

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi telah menjadi masalah kesehatan yang sangat serius pada lansia karena prevalensi yang tinggi dan asosiasinya terhadap kejadian penyakit cerebro kardiovaskuler seperti penyakit stroke dan jantung serta penyakit ginjal.(Pramitasari & Cahyati, 2022). Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang mengalami peningkatan diatas batas normal sehingga meningkatkan morbiditas dan mortalitas (Tanjung et al., 2022). Hipertensi adalah suatu penyakit yang ditandai dengan adanya tekanan darah arteri yang meningkat dan membuat kerja jantung akan lebih berat dalam mengedarkan darah ke seluruh tubuh (Pohan, 2021). Penyakit hipertensi menimbulkan angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitasnya (kematian) yang tinggi. Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang timbul akibat adanya interaksi dari berbagai faktor resiko yang dimiliki seseorang. (Anam, 2020).

Menurut WHO (2018), prevalensi hipertensi di dunia sebesar 26,4% atau 972 juta orang terkena penyakit hipertensi, angka ini mengalami peningkatan di tahun 2021 menjadi 29,2%. WHO (2018) memperkirakan terdapat 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat dari komplikasi hipertensi. Di negara maju ditemukan kasus hipertensi sebanyak 333 juta dari 972 juta penderita hipertensi dan 639 juta lainnya ditemukan di negara berkembang termasuk di negara Indonesia. Hipertensi dapat berkontribusi sebagai penyebab kematian ketiga sesudah stroke dan tuberkulosis sebesar 6,8% dari populasi kematian

pada semua kategori umur di Indonesia. Persentase kematian akibat stroke sendiri sebesar 15,4% dan penyakit tuberkulosis sebesar 7,5%.

Berdasarkan Riskesdas (2018), prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Prevalensi hipertensi tertinggi berada di Kalimantan Selatan yaitu sebanyak 44,1%, sedangkan prevalensi hipertensi terendah berada di Papua yaitu sebesar 22,2%. Di Indonesia, jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang dan angka kematian akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Kasus hipertensi pada kelompok umur 31-44 tahun sebanyak 31,6%, umur 45-54 tahun sebanyak 45,3%, dan umur 55-64 tahun kasus hipertensi sebanyak 55,2%. Sampai saat ini, banyak masyarakat yang tidak menyadari bahwa dirinya memiliki tekanan darah tinggi sehingga perlu dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebagai upaya diagnosis dini apabila terkena hipertensi. Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa di Indonesia terjadi peningkatan prevalensi hipertensi pada penduduk usia produktif. Sebanyak 50% dari 15 miliar orang memiliki tekanan darah tidak terkendali. (Casmuti & Fibriana, 2023).

Prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57 persen. Prevalensi hipertensi pada perempuan (40,17%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (34,83%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11 persen) dibandingkan dengan perdesaan (37,01%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur. Jumlah estimasi penderita hipertensi berusia >15 th tahun 2019 sebanyak 8.070.378 orang atau sebesar 30,4 persen dari seluruh penduduk berusia >15 ahun. Dari jumlah estimasi tersebut, sebanyak 2.999.412 orang atau 37,2 persen sudah mendapatkan pelayanan kesehatan. Data pada Kota Salatiga sebanyak 63,7%. (Profil Dinkes Kesehatan Jawa Tengah, 2019).

Tekanan darah tinggi memiliki beberapa tanda dan gejala, namun beberapa tidak menunjukkan gejala. Hal ini menyebabkan tekanan darah tinggi terus-

menerus dan menyebabkan beberapa komplikasi. Gejala yang ditimbulkan seperti setelah kerusakan organ yaitu jantung, ginjal, otak dan mata. Tekanan darah tinggi datang dengan gejala umum seperti sakit kepala, pusing/migren, rasa berat di leher, sulit tidur, lemas dan lelah (Sunandar, 2020). Dampak yang terjadi jika hipertensi tidak diatasi adalah tekanan darah yang meningkat secara persisten dalam waktu yang lama dapat menimbulkan kerusakan pada pembuluh darah, stroke, ginjal, jantung dan mata. Dalam hal ini, tekanan darah dapat merusak bagian dalam arteri dan memungkinkan untuk terjadinya pembekuan darah (Sya'fiatul, 2020).

Selain farmakologis, tatalaksana nonfarmakologis seperti menurunkan berat badan bagi pasien yang obesitas, berhenti mengonsumsi alkohol, olahraga, dan tidak merokok, terbukti dapat menurunkan tekanan darah. Laju kontrol tekanan darah pasien hipertensi yang tidak obesitas lebih cepat dibandingkan dengan yang obesitas dan pasien yang tidak merokok memiliki kecenderungan untuk terkontrol 8 kali lebih besar dibandingkan dengan yang merokok. (Andora et al., 2021). Secara ilmiah juga ditemukan beberapa buah-buahan yang bermanfa'at untuk manusia, salah satu tumbuhan itu adalah buah naga yang mengandung kalium yang berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah dalam tubuh, sehingga aliran darah dalam tubuh menjadi lebih cepat dan lancar serta meringankan beban kerja jantung dalam memompa darah pada penderita hipertensi, sehingga hal tersebut dapat menormalkan kembali tekanan darah dalam tubuh. Salah satu upaya terapi non farmakologis yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu dengan pemberian jus buah naga merah. Buah naga memiliki berbagai macam jenis yaitu buah naga putih, buah naga merah dan buah naga super. Dalam buah naga terkandungan kalium yang berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah dalam tubuh, sehingga aliran darah dalam tubuh menjadi lebih cepat dan lancar serta meringankan beban kerja jantung dalam memompa darah pada penderita

hipertensi, sehingga hal tersebut dapat menormalkan kembali tekanan darah dalam tubuh. (yulianti & Ariyani, 2022).

Buah naga merah (*Hylocereus undatus*) merupakan buah dari marga kaktus yang memiliki keunggulan kaya serat, kalium dan antioksidan yang tinggi yaitu Vitamin B3 (Niacin), vitamin E, vitamin C yang memiliki kemampuan untuk melenturkan pembuluh darah dan menstabilkan tekanan darah tinggi. Kandungan kalsium pada buah naga merah selain dapat menguatkan tulang juga dapat menurunkan tekanan darah. Kandungan buah naga merah inilah yang dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi jika dikonsumsi dengan benar (Indra yulianti et al., 2020).

Berdasarkan penelitian Kurniawati (2019), buah naga merah mengandung lycopene, antioksidan alami yang membantu melawan kanker, penyakit jantung, hipertensi serta memelihara kelenturan pembuluh darah. (Anggraeni et al., n.d. 2023). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aprianti (2021), rerata tekanan darah sistolik per 100 gram buah naga merah yang diberikan sebelum intervensi yaitu 149,93 mmHg dan setelah intervensi jadi sebesar 133,14 mmHg. Tekanan darah diastolik sebelum 285 diberikan terapi yaitu 88,00 mmHg tetapi setelah diberikan terapi tekanan darah diastolik menjadi 76,57 mmHg. (Sodikin & Fauzi, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh di Desa Genuk Ungaran pada bulan Januari-Mei, terdapat 72 orang penderita hipertensi. Dari wawancara terhadap 4 orang penderita hipertensi, 2 orang mengatakan bahwa mereka meminum obat anti hipertensi namun takut akan efek sampingnya, sementara 2 orang lainnya mengatakan mengkonsumsi obat anti hipertensi tapi tidak rutin dengan alasan harganya cukup mahal dan juga banyak efek sampingnya. Saat ditanya apakah pernah melakukan terapi lain selain minum obat mereka mengatakan hanya mengubah pola hidup saja seperti berolahraga, melakukan aktivitas fisik dan mengubah pola makan. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti merasa

penting untuk melakukan penelitian mengenai “Penerapan terapi konsumsi jus buah naga untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi di Desa Genuk Ungaran barat”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penulis ini adalah bagaimana “ Penerapan terapi konsumsi jus buah naga untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi di Desa Genuk Ungaran barat”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan Penerapan terapi konsumsi jus buah naga untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi di Desa Genuk Ungaran barat

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden usia, jenis kelamin, dan pendidikan.
- b. Mendeskripsikan penurunan tekanan darah tinggi sebelum dilakukan terapi pemberian jus buah naga pada penderita hipertensi
- c. Mendeskripsikan penurunan tekanan darah tinggi sesudah dilakukan terapi pemberian jus buah naga pada penderita hipertensi
- d. Mendeskripsikan pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan terapi pemberian jus buah naga pada penderita hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini dapat dijadikan referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait penerapan konsumsi jus buah naga untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

2. Bagi Perawat

Karya ilmiah ini dapat memperluas wawasan ilmu dibidang keperawatan, khususnya dalam meningkatkan implementasi penerapan konsumsi jus buah naga untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

3. Bagi Peneliti

Karya ilmiah ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat,menambah wawasan, serta sebagai referensi terkait penerapan konsumsi jus buah naga untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

