

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tingginya pada penderita hipertensi merupakan salah satu permasalahan yang berpengaruh pada derajat kesehatan masyarakat. Penyebab hipertensi yang meningkat dikarenakan oleh faktor perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas, aktivitas fisik, stress psikososial dan sikap yang mendorong timbulnya penyakit hipertensi. Hipertensi terjadi berkaitan dengan beragam faktor risiko yang dapat diubah maupun tidak dapat diubah. Faktor risiko yang dapat diubah yaitu seperti kegemukan atau obesitas pada tubuh, merokok, konsumsi garam berlebihan, dislipdemia (kelainan lemak), konsumsi alkohol berlebihan, stress dan kurang aktifitas fisik. Faktor risiko yang tidak dapat diubah meliputi faktor genetik, jenis kelamin, keadaan gizi dan umur (Budiman, 2021).

Hipertensi adalah tekanan darah sistolik lebih dari 140mmhg dan tekanan darah diastolik dari 90mmhg yang dapat mengancam kesehatan masyarakat dan berpotensi mengakibatkan kondisi komplikasi (Kemenkes RI, 2022).

Organisasi kesehatan dunia *WHO (World Health Organization)* memperkirakan sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. *WHO (World Health Organization)* juga menyebutkan bahwa 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut, dan kurang dari separuh orang dewasa (42%) dengan hipertensi didiagnosis dan diobati. Hanya sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengendalikan tekanan darah yang dimiliki. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Hal inilah yang mendasari *WHO* menetapkan salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (Lukitaningtyas, 2023)

Prevalensi kejadian hipertensi di Indonesia yang didapatkan dari hasil pengukuran tekanan darah pada penduduk berusia ≥ 18 tahun mengalami peningkatan dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,11% pada lansia yaitu usia 45-54 tahun sejumlah 35,65% pada usia 55-64 tahun sejumlah 45,9% pada usia 65-74 tahun sejumlah 57,6% dan pada usia >75 tahun sejumlah 63.8%. (Kemenkes RI, 2023)

Berdasarkan data dari kemenkes peningkatan kasus hipertensi di *Provinsi Nusa Tenggara Timur* mulai meningkat, dengan jumlah kasus 76.130 orang, yang meninggal sebanyak 1.301 orang (Kesehatan, 2020). Di Kota Kupang jumlah kasus hipertensi tahun 2017 sama besar dengan tahun sebelumnya, jumlah kasus hipertensi mulai meningkat pada tahun 2019 sampai saat ini (Dinkes Kupang, 2021). Angka kejadian penyakit tidak menular yang salah satunya hipertensi disebabkan karena gaya hidup yang kurang sehat (Kementerian Kesehatan, 2021). Gaya hidup ini antara lain obesitas, konsumsi alkohol, kurang olahraga, konsumsi garam yang berlebihan, dan kebiasaan merokok (Setyanda et al., 2020). Akibat dari gaya hidup yang kurang sehat ini angka hipertensi semakin meningkat prevelensinya dari tahun ke (Marlita & dkk., 2022)

Hipertensi tidak dapat disembuhkan namun hipertensi dapat dikontrol apabila penderita rutin mengonsumsi obat antihipertensi dan memodifikasi gaya hidup seperti mempertahankan berat badan ideal, diet berdasarkan DASH, aktivitas fisik, mengurangi asupan natrium dan terapi komplementer (Ananda, 2022). Penatalaksanaan hipertensi secara umum dapat dibagi menjadi dua cara yaitu secara farmakologi dan non-farmakologi (Waruwu et al., 2021). Penatalaksanaan secara farmakologi dengan cara memperhatikan tingkat kepatuhan dan mekanisme kerja pada obat. Penatalaksanaan hipertensi secara farmakologi yaitu dengan mengonsumsi obat - obatan antihipertensi sesuai dengan resep dokter. Sedangkan penatalaksanaan secara non-farmakologi diantaranya manajemen diet rendah garam, manajemen berat badan, olahraga teratur, perubahan gaya hidup, mengurangi konsumsi alkohol, mengurangi rokok dan pengobatan komplementer atau tradisional (Budiman & Erisandi, 2021).

Penggunaan obat tradisional ini semakin meningkat digunakan karena harga yang lebih murah, tidak menggunakan bahan kimia dan efek penyembuhan yang cukup signifikan. Terapi komplementer dipilih karena efek samping penggunaan obat tradisional relatif lebih sedikit dibandingkan dengan pengobatan modern (Ananda, 2022). Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa jus mentimun dapat menurunkan tekanan darah. Salah

satu obat tradisional untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu jus mentimun.

Salah satu terapi herbal yang sering digunakan untuk menurunkan hipertensi yaitu Jus Mentium atau *mentimum (cucumis sativus L)* salah satu khasiat mentimun. Mentimun mempunyai sifat hipotensif (menurunkan tekanan darah), karena kandungan air dan kalium dalam mentimun akan menarik natrium kedalam intraseluler dan bekerja dengan membuka pembuluh darah (vasodilatasi) dapat menurunkan tekanan darah yang dapat mengendurkan otot-otot arteri atau merelaksasi pembuluh darah. Zat tersebut yang mengatur aliran darah sehingga memungkinkan pembuluh darah membesar dan mengurangi tekanan darah. Selain itu, apigenin berfungsi sebagai beta blocker yang dapat memperlambat detak jantung dan menurunkan kekuatan kontraksi jantung sehingga aliran darah yang terpompa lebih sedikit dan tekanan darah menjadi berkurang. Manitol dan apiin, bersifat diuretik yaitu membantu ginjal mengeluarkan kelebihan cairan dan garam dari dalam tubuh, sehingga berkurangnya cairan dalam darah akan menurunkan tekanan darah (Putri et al., 2023)

Penelitian Jus mentimum yang dilakukan oleh Christine, M, Ivana, T & Martini, M, 2020, menunjukkan terdapat efektifitas jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dan juga mengungkapkan manfaat mentimun sebagai diuresis terbaik yaitu sebagai pelancar air seni (Christine dkk., 2021) menyatakan bahwa jus mentimun dapat menurunkan tekanan darah karena menurut teori kandungan gizi yang terdapat pada mentimun selain itu terapi herbal yang diberikan dalam bentuk jus sehingga dapat langsung diserap tubuh. Maka dari itu, didapatkan keadaan pada responden sesuai dengan teori yang ada bahwa mentimun dapat menurunkan tekanan darah serta dalam hasil penelitian ini telah membuktikan bahwa ada pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi (Simamora, 2021).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan di puskesmas oesapa pada pasien hipertensi tahun 2022 jumlah estimasi penderita hipertensi berusia berjumlah laki-laki 2546 orang dan perempuan berjumlah 2439 orang (dinas kesehatan kota kupang, 2022).

Dari uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Keefektifan Terapi Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada pasien hipertensi di puskesmas oesapa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Efektifan Terapi Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Oesapa”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisa pengaruh pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di puskesmas oesapa.

1.3.2 Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi Puskesmas oesapa.
2. Mengidentifikasi tekanan darah sesudah pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi di puskesmas oesapa
3. Menganalisa pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di puskesmas oesapa

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teori

Adapun manfaat dari penulis karya ilmiah ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan bagi pembaca tentang bagaimana pentingnya pemberian jus mentimun sebagai terapi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi penulis

Sebagai sarana dan bahan untuk menambah pengetahuan dan memperoleh pengalaman khususnya dibidang keperawatan dengan pemberian terapi jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk kepastakaan dan referensi untuk penelitian yang akan dilakukan selanjutnya, terutama yang berhubungan dengan mentimun), selain itu dapat dijadikan tambahan referensi dalam pembelajaran sebagai terapi komplementer pada pasien hipertensi.

3. Bagi perawat

Dapat memberian infrmasi dan menambah keilmuan bagi perawat dalam penerapan terapi jus mentimun untuk mengurangi tekanan darah pada pasien hipertensi

4. Bagi klien

Diharapan klien mengetahui tentang masalah penyakit hipertensi dan mampu menerapkan terapi jus metimun untuk enurunkan tekanan darah

5. Bagi Pembaca

Studi kaaus ini dapat menjadi infosmasi tentang penerapan jus mentimun untuk mengurangi tekana darah pada pasien hipertensi