

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah penyakit tidak menular yang perlu diperhatikan karena sering terjadi dan sering kali tidak disadari oleh penderitanya. Banyak orang baru menyadari mengalami hipertensi setelah muncul gejala lain. Karena sifatnya yang tidak bergejala, hipertensi dikenal sebagai “pembunuh diam-diam” (Dian, 2024).

Seiring bertambahnya usia, tubuh mengalami penurunan fungsi yang sering disebut sebagai proses degeneratif. Hipertensi adalah salah satu penyakit yang umum terjadi, ditandai dengan meningkatnya tekanan darah dalam pembuluh, yang membuat jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah.

Menurut WHO (2021), sekitar 1,28 miliar orang dewasa di dunia menderita hipertensi, sebagian besar berada di negara berkembang. Secara global, prevalensi hipertensi mencapai 22%, dengan Afrika memiliki angka tertinggi (27%), dan Amerika terendah (18%). Di Asia Tenggara, prevalensinya mencapai 25%, dan menurut Jeemon (2021), angkanya naik menjadi 39,9% pada tahun 2020.

Di Indonesia, data Riskesdas 2018 mencatat prevalensi hipertensi sebesar 31,4% pada pria dan 36,85% pada wanita. Angka ini meningkat seiring usia, terutama pada kelompok usia di atas 60 tahun. Kalimantan Selatan memiliki prevalensi tertinggi (44,13%), diikuti Jawa Barat (39,3%), dan Nusa Tenggara Timur (27,7%). Papua tercatat sebagai provinsi dengan angka terendah, yaitu 22,2% (Maulidah, 2022).

Secara spesifik, di Provinsi Nusa Tenggara Timur terdapat 76.130 kasus hipertensi atau sekitar 7,2% dari populasi. Di Kota Kupang tercatat 29.149 kasus pada tahun 2022, sedangkan di Kabupaten Kupang terdapat 63.327 kasus (15,74%). Dari angka prevalensi 34,1%, hanya 8,8% yang terdiagnosis, dan sebagian besar tidak minum obat secara rutin. Alasan utamanya karena merasa

sehat, jarang ke fasilitas kesehatan, lebih memilih obat tradisional, lupa minum obat, atau tidak mampu membeli obat.

Di Puskesmas Waingapu, jumlah penderita hipertensi mengalami fluktuasi. Tercatat 34 kasus pada tahun 2020, menurun menjadi 30 kasus di 2021, lalu 12 kasus di 2023, dan kembali naik menjadi 38 kasus di tahun 2024. Meskipun telah dilakukan kunjungan rumah dan penyuluhan, masih banyak pasien yang tidak patuh dalam minum obat dan mengikuti diet yang dianjurkan untuk mengontrol tekanan darah.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi yang bisa menimbulkan berbagai masalah serius, seperti penyakit jantung, gagal jantung, stroke, gangguan penglihatan, dan kerusakan ginjal. Jika tidak diobati, hipertensi dapat merusak organ tubuh dan memperpendek usia karena dampaknya sangat besar, perawat harus mampu memberikan perawatan yang tepat sesuai keahliannya.

Penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu menggunakan obat (terapi farmakologis) dan tanpa obat (terapi non-farmakologis). Terapi non-obat biasanya melalui perubahan gaya hidup, seperti berhenti merokok, mengurangi konsumsi alkohol, mengurangi garam dan lemak, makan lebih banyak buah dan sayur, menurunkan berat badan, serta rutin berolahraga. Selain itu, ada juga terapi tambahan seperti herbal, meditasi, akupunktur, refleksiologi, hingga hidroterapi.

Pada pasien hipertensi, tekanan darah tinggi bisa merusak pembuluh darah di otak dan menyebabkan gangguan perfusi serebral. Pembuluh darah yang rapuh bisa pecah atau tersumbat karena plak, sehingga aliran darah ke otak terganggu. Inilah mengapa tekanan darah harus dijaga tetap stabil agar otak mendapat suplai darah yang cukup. Perawat berperan penting dalam memantau tekanan darah pasien secara rutin, memberikan obat, serta mengedukasi pasien tentang pentingnya pola hidup sehat. Pasien dianjurkan untuk makan makanan rendah garam, olahraga, menghindari stres, dan mengonsumsi makanan sehat seperti labu siam. Posisi tubuh juga perlu diperhatikan, misalnya tidur dengan kepala sedikit lebih tinggi untuk membantu aliran darah ke otak. Jika muncul gejala seperti pusing, lemas, gangguan penglihatan, atau perubahan kesadaran,

perawat harus segera mengambil tindakan karena bisa jadi itu tanda terganggunya aliran darah ke otak.

Salah satu terapi non-obat yang mudah dan murah adalah konsumsi jus labu siam. Labu siam mengandung kalium yang bersifat diuretik, membantu tubuh mengeluarkan garam melalui urin, sehingga tekanan darah bisa turun (Utami et al., 2020). Penelitian oleh Dian (2024) menunjukkan bahwa mengonsumsi jus labu siam selama lima hari mampu menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Melintang Kota Pangkalpinang.

Terapi non-obat seperti jus labu siam bisa menjadi alternatif yang aman dan mendukung efektivitas obat antihipertensi. Meski hasilnya tidak secepat obat, terapi ini cukup efektif jika dilakukan secara rutin. Perawat juga dapat membantu melalui pengkajian keperawatan, merencanakan intervensi, memberikan tindakan, dan mengevaluasi hasilnya agar komplikasi hipertensi dapat dicegah.

Berdasarkan uraian diatas, saya tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Implementasi Efektivitas pemberian Jus Labu Siam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada penderita Hipertensi Dengan Masalah Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif Di Wilayah kerja Puskesmas”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah implementasi Pemberian Jus Labu Siam (*Sechium edule*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Berbasis Asuhan Keperawatan Di Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu

## **1.3 Tujuan Penulisan**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Untuk Mengetahui Implementasi Pemberian Labu Siam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Penulis mampu melakukan pengkajian pada pasien dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Waingapu.
2. Penulis mampu merumuskan diagnosa keperawatan yang tepat pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Waingapu.

3. Penulis mampu menentukan intervensi keperawatan pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas Waingapu.
4. Penulis mampu melakukan tindakan keperawatan pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas Waingapu.
5. Penulis mampu mengevaluasi asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Waingapu.

#### **1.4 Manfaat**

1. Bagi penulis menambah pengembangan dalam ilmu pengetahuan dan informasi bagi penulis tentang penerapan asuhan keperawatan pada pasien dengan Hipertensi
2. Bagi institusi pendidikan dapat mengevaluasi sejauh mana mahasiswa menguasai penerapan asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi
3. Bagi puskesmas Waingapu dapat dijadikan sebagai masukan bagi perawat yang ada untuk melaksanakan asuhan keperawatan yang benar dalam rangka meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan pada pasien yang menderita Hipertensi
4. Bagi pasien sebagai bahan informasi yang dapat menambah wawasan pengetahuan tentang asuhan keperawatan Hipertensi.

## 1.5 Keaslian penelitian

No	Judul	Desain Penelitian	Sampel dan teknik sampling	Variabel	Instrumen	Analisis	Hasil dan kesimpulan
1	Pengaruh Pemberian jus Lau Siam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Melintang Kota Pangkalpinang Tahun 2023	Desain studi kasus	digunakan 1 orang pasien Hipertensi S ubyek yang	Intervensi Penerapan pemberian jus labu siam untuk menurunkan tekanan darah dan mengurangi terjadinya resiko perfusi serebral tidak efektif	Instrumen yang digunakan yaitu SOP	Menggunakan analisis deskriptif	Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Dian, 2024) yang berjudul pengaruh pemberian jus labu siam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah puskesmas melintang kota pangkal pinang tahun 2023, Setelah dilakukan pemberian jus labu siam selama 5 hari di dapatkan hasil dari data pengukuran hari pertama dan kelima tekanan darah adalah 0,00 sistolik 10 mmHg dan diastolic 6 mmHg

Yang membedakan penelitian saya dari penelitian sebelumnya adalah lokasi yang saya pilih. Saya melakukan penelitian di Kabupaten Sumba Timur, khususnya di Kelurahan Kambajawa Puskesmas Waingapu, dengan fokus pada “Pemberian jus labu siam pada pasien hipertensi”.