

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan paling umum di seluruh dunia, berdampak pada lebih dari 1,13 miliar individu, dengan sekitar dua pertiga dari mereka tinggal di negara-negara dengan sumber daya terbatas. Diperkirakan pada tahun 2025, jumlah individu yang menderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,56 miliar, karena hipertensi adalah salah satu faktor risiko utama yang membuat seseorang lebih rentan terhadap penyakit kardiovaskular, yang pada gilirannya menyebabkan sekitar 18,6 juta kematian setiap tahun. Kondisi ini ditandai oleh peningkatan tekanan darah, dengan tekanan sistolik yang mencapai atau melebihi 140 mmHg dan tekanan diastolik yang sama dengan atau lebih dari 90 mmHg ketika diukur dua kali dalam jangka waktu(Afgan M et al., 2024)

Tinjauan terhadap perkembangan terkini menunjukkan bahwa jumlah orang dewasa yang mengalami hipertensi telah meningkat dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015, dengan sebagian besar peningkatan terjadi di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah. Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia (2019), tingkat kejadian hipertensi bervariasi diberbagai wilayah WHO dan golongan pendapatan negara, di mana tingkat tertinggi terlihat di Wilayah Afrika WHO (27%), sementara tingkat terendah terdapat di Wilayah Amerika WHO (18%). Organisasi Kesehatan Dunia (2022) memperkirakan bahwa secara global, 22% dari populasi dunia mengalami hipertensi. Di Indonesia, kasus hipertensi

menunjukkan peningkatan sebesar 8,31%, dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,11% pada tahun 2018.

Berdasarkan data terbaru Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, sebanyak 34,11% masyarakat Indonesia mengidap hipertensi atau tekanan darah tinggi. Angka tersebut menempatkan Indonesia di peringkat kelima dunia sebagai negara dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak.

Menurut data Riskesdas 2018 menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 34,1%. Sehingga bisa disederhanakan bahwa ada 1 dari 3 orang Indonesia menderita hipertensi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia 2023, Di NTT sendiri, prevalensi hipertensi juga cukup tinggi yaitu, 28,2%. Tingginya jumlah penderita hipertensi yang tidak rutin berobat mengakibatkan semakin banyak pula komplikasi tersebut yang dapat terjadi di masa depan" tambahnya. Dalam memperingati Hari Hipertensi Sedunia atau World Hypertension Day, 17 Mei 2024, masyarakat dihimbau untuk melakukan pengukuran tekanan darah rutin.

Menurut data yang dikumpulkan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Sumba Timur, hipertensi adalah penyakit tidak menular paling umum di Kabupaten Sumba Timur. Kasus hipertensi meningkat menjadi 4489 pada tahun 2022, dengan 1903 kasus pada laki-laki dan 2586 kasus pada perempuan. Ini lebih tinggi daripada tahun sebelumnya dengan 3236 kasus hipertensi dari 2020 hingga 2021 (Dinas Kesehatan Sumba Timur, 2023). Menurut Data dari laporan tahunan Puskesmas Pambotanjara, pada tahun 2020 jumlah kasus hipertensi sebanyak 4 kasus. Terjadi peningkatan pada tahun 2021 sebanyak 38 kasus. terjadi penurunan pada tahun 2022 dengan jumlah 25 kasus. Pada bulan januari

hingga september 2023 kasus hipertensi di Puskesmas Pambotanjara mengalami peningkatan yaitu mencapai 45 kasus.

Menurunkan tekanan darah bisa dilakukan melalui pendekatan farmakologi, yang melibatkan penggunaan obat-obatan, atau pendekatan non-farmakologi. Sumber daya nabati juga mempunyai peran penting dan bisa dimanfaatkan untuk mengendalikan tekanan darah, meskipun penggunaan obat antihipertensi telah lama dikenal sebagai metode yang efektif untuk mengelola tekanan darah tinggi. Mengonsumsi sayur dan buah yang mengandung serat, vitamin dan mineral merupakan sumber daya yang bisa digunakan untuk mengontrol tekanan darah(Emi Inayah, 2022)

Mentimun mengandung sejumlah besar kalium, yang berperan dalam melebarkan pembuluh darah dan akhirnya mengakibatkan penurunan tekanan darah. Kandungan air yang tinggi membuat mentimun memiliki sifat diuretik, membantu menurunkan tekanan darah dan merangsang produksi urine(Rezal & Setiawan, 2023)

Menurut(Rezal & Setiawan, 2023) melakukan penelitian yang melibatkan 23 partisipan dalam kelompok intervensi. Selama periode penelitian selama enam hari, hasil memperlihatkan bahwa pemberian jus mentimun memiliki efek menurunkan tekanan darah. Sebelum menerima jus mentimun, nilai rata-rata tekanan sistolik pada kelompok intervensi adalah 149,13 mmHg, dan setelah mendapatkan jus mentimun, tekanan ini turun menjadi 136,09 mmHg. Begitu juga dengan nilai rata-rata tekanan diastol, yang menurun dari 97,83 mmHg menjadi 86,96 mmHg pada kelompok intervensi setelah pemberian jus mentimun.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimanakah implementasi pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi di desa Pambotanjara?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Mampu memberikan implementasi pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi di desa pambotanjara.

### 2. Tujuan khusus

- 1) Melakukan pengkajian pada pasien hipertensi di desa pambotanjara.
- 2) Merumuskan diagnosa keperawatan yang tepat pada pasien hipertensi di desa pambotanjara.
- 3) Melakukan intervensi pada pasien hipertensi di desa pambotanjara.
- 4) Melakukan implementasi pada pasien hipertensi di desa pambotanjara.
- 5) Melakukan evaluasi pada pasien hipertensi di desa pambotanjara.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat praktis

#### a. Bagi Perawat

Menambah wawasan perawat dalam bidang keperawatan terkait dengan penyampaian pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi untuk mengatasi tekanan darah tinggi.

b. Bagi pasien

Pasien mendapatkan pengetahuan tentang jus mentimun sebagai terapi non-farmakologis yang dapat membantu menurunkan tekanan darah.

c. Bagi penulis

Hasil dari studi kasus ini dapat memperkaya pengalaman, pengetahuan, dan wawasan dalam pengembangan, terutama dalam memberikan jus mentimun pada pasien hipertensi untuk menangani tekanan darah tinggi.