

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah merupakan kekuatan darah saat mendorong pembuluh darah. Dalam keadaan tidak normal yaitu kekuatan dorongan lebih tinggi dari kemampuan fleksibilitas pembuluh darah, maka hal tersebut memberikan gambaran tekanan dalam pembuluh darah yang tinggi atau dengan kata lain hipertensi (AHA, 2016). Menurut La Ode (2012), hipertensi juga didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg.

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak menular yang prevalensinya cukup tinggi di dunia. Pola makan, penanganan stres, kebiasaan olahraga, serta gaya hidup berpeluang besar menimbulkan berbagai masalah kesehatan apabila tidak disikapi dengan baik. Perubahan gaya hidup, terutama diperkotaan telah menyumbang munculnya berbagai penyakit tidak menular diantaranya hipertensi (Hardinsyah, 2010).

Hipertensi adalah kondisi tekanan seseorang yang berada di atas batas-batas tekanan darah normal didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik 120 mmHg (WHO,2013). Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang paling umum terjadi hampir semua golongan masyarakat diseluruh dunia, baik laki-laki maupun perempuan pada umur 45-59 tahun (Fitrina,2013).

Menurut WHO tahun 2016 melaporkan khusus hipertensi sejumlah 839juta, diperkirakan akan meningkat menjadi 1,15 milyar pada tahun 2025 atausekitar 29% dari total penduduk dunia, dimana penderitanya lebih banyak pada wanita (30%) dibandingkan pria (29%). Penyakit hipertensi akan meningkat dengan bertambahnya usia dan tanpa adanya gejala yang khas selama belum ada komplikasi yang ditemukan pada organ tubuh. Saat ini, ada 50 juta (21,7%) orang dewasa yang mengalami hipertensi di Amerika Serikat. Penderita hipertensi juga menyerang Thailand sebesar 17% dari total penduduk, Vietnam 34,6%, Singapura 24,9%, Malaysia 29,9%. Menurut *National Health and Nutrition Examination Survey* (NHNES), prevalensi hipertensi pada dewasa muda di Amerika tahun 2010-2012 adalah sekitar 58-65 juta orang menderita hipertensi dan terjadi peningkatan 15 juta dari data NHNES III (Cerry,dkk,2015).

Hasil RISKESDAS 2013 menunjukkan angka prevalensi hipertensi secara nasional (25,8 persen), jika dibandingkan hasil RISKESDAS 2007 (31,7/1000) menunjukkan adanya penurunan angka prevalensi, namun hal ini tetap perlu di waspadai meningkatkan hipertensi merupakan salah satu faktor resiko penyakit degeneratif antara lain penyakit jantung, stroke dan penyakit pembuluh darah lainnya. Jumlah penduduk berisiko (>18 tahun) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2017 tercatat sebanyak 8.888. 585 atau 36,53 persen Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 1.153.371 orang atau 12,98 persen

dinyatakan hipertensi/tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, presentase hipertensi pada kelompok perempuan sebesar 13,10 persen, lebih rendah dibanding pada kelompok laki-laki yaitu 13,16 persen. Hipertensi terkait dengan perilaku dan pola hidup. Pengendalian hipertensi dilakukan dengan perubahan perilaku antara lain menghindari asap rokok, diet sehat, rajin aktifitas fisik dan tidak mengkonsumsi alkohol. Dari hasil pengukuran kabupaten/kota dengan presentase hipertensi tertinggi adalah kota Salatiga (77,72 persen) dan terendah kendal (2,72 persen) (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2017).

Penggunaan obat-obatan hipertensi sering menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan yang merupakan hal yang harus dihindari oleh penderita hipertensi. Salah satu contoh efek samping yang umum terjadi adalah meningkatnya kadar gula dan kolesterol, kelelahan serta kehilangan energi. Tidak sedikit penderita yang harus mengonsumsi obat lain untuk menghilangkan efek samping dari pengobatan hipertensinya. Satu-satunya cara yang dapat dilakukan untuk menghindari efek samping tersebut adalah dengan mengurangi terapi pengobatan farmakologis. (Kharisna, 2012).

Penatalaksanaan non farmakologis dilakukan dengan cara mengatur pola hidup dan terapi non farmakologi pada penderita hipertensi diantaranya dengan menggunakan terapi herbal yang diyakini rendah efek samping, mudah ditemukan disekitar lingkungan serta biaya yang murah. Terapi non-farmakologis merupakan terapi tanpa

menggunakanagen obat dalam prosesterapinya.Oleh karena itu menggunakan obat antihipertensi modern dapat menimbulkan efek samping, maka obat tradisional bisa menjadi pilihan. Beberapa tanaman baik secartradisional ataupun yang telah didukung denganpembuktian secara preklinis maupun secara klinis dapat mengontrol atau mengendalikan tekanan darah diantaranya daun salam dan mentimun.Mekanisme secara umum tanaman obat dalam mengontrol tekanan darah, antara lain memberikan efek dilatasi pada pembuluh darah dan menghambat*Angiotensin Converting Enzyme* (ACE) (Antika dan Diana,2016).Dikalanganmasyarakat umum,mentimun sudah lazim dikonsumsi untuk pelengkap hidangan maupun dengan maksud khusus untuk tekanan darah. Kandungan pada mentimun yang membantu menurunkan tekanan darah (Zuhaini dan Zainal ,2012).

Tingginya kandungan kalium,menjadikan mentimun sebagai salah satu pilihan dalam upaya terapi nonfarmakologis penyakit hipertensi. Asupan kalium terhadap tekanan darah,menemukan bahwa asupan kalium berhubungan dengan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik dengan arah korelasi negatif, hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi konsumsi kalium maka dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. (Kusumastuty,2016). Selain Kalium, mentimun juga mengandung magnesium yang berperan dalam menurunkan tekanan darah suplementasi nagesium (Mg) secara signifikan mengurangi tekanan darah (Wang dan Naghavi, 2016).

Daun salam mengandung minyak astiri untuk mengurangi nyeri, tenin mampu mengendurkan otot arteri sehingga menurunkan tekanan darah dan flavonoid sebagai inhibitor ACE dengan menghambataktivitas ACE maka pembentukan angiotensin II dapat dibatasi sehingga dapat menghambat hipertensi (Agoes, 2010).

Menurut (Lelono *et a*, 2009) yang dilakukan peneliti membuktikan bahwa daun salam mengandung *flavonoid* yang menunjukkan aktivitas antioksidan. *Flavonoid* dalam daun salam berfungsi sebagai antioksidan yang mampu mencegah terjadinya oksidan sel tubuh. Semakin tinggi oksidan dalam tubuh, maka semakin tinggi kemungkinan seseorang untuk menderita penyakit degeneratif. Kandungan flavonoid pada daun salam dapat mencegah terjadinya hipertensi (Utami dan Puspaningtyas, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan hasil wawancara di Dusun Gondangsari Wilayah Jatisrono dari 12 orang pasien hipertensi di dapatkan keterangan bahwa selama ini usaha yang mereka lakukan untuk mengatasi hipertensi dengan menggunakan terapi herbal dan farmakologis, tetapi untuk pemberian jus mentimun dan rebusan daun salam belum pernah dilakukan dan klien tidak ada yang mengetahui bahwa jus mentimun dan rebusan daun salam dapat menurunkan tekanan darah. Dari 12 orang pasien hipertensi 4 orang menggunakan terapi semangka dan 2 orang menggunakan terapi daun sledri untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Sebanyak 6 orang lainnya

lebih mengonsumsi obat farmakologi dan sama sekali belum pernah mengonsumsi obat herbal untuk menurunkan tekanan darahnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait perbedaan efektivitas pemberian jus mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) terhadap tekanan darah belum diketahui, sehingga peneliti ingin mengetahui perbedaan efektivitas pemberian jus mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) terhadap hipertensi di Dusun Gondangsari Jatisrono.

B. Rumusan Masalah

Apakah efektif pemberian jus mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) terhadap tekanan darah di Dusun Gondangsari Jatisrono?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas pemberian jus mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) terhadap tekanan darah di Dusun Gondangsari Jatisrono.

2. Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengidentifikasi efektivitas pemberian jus mentimun (*Cucumis sativus L*) pada penderita hipertensi di Dusun Gondangsari Jatisrono

- 2) Untuk mengidentifikasi efektifitas pemberian daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) pada penderita hipertensi di Dusun Gondangsari Jatisrono.
- 3) Untuk membandingkan keefektifan pemberian jus mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) terhadap hipertensi di Dusun Gondangsari Jatisrono.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan penjelasan efektifitas pemberian jus mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) terhadap tekanan darah di Dusun Gondangsari Jatisrono.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada responden seluruh masyarakat Dusun Gondangsari Jatisrono mengenai manfaat dari mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) terhadap tekanan darah.

b. Bagi Perawat

Mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) dapat digunakan untuk terapi komplementer yang efektif dapat diterapkan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita Hipertensi

c. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan mengenai manfaat dari mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) terhadap tekanan darah.

d. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan peneliti ini dapat menjadi informasi tambahan bagi seluruh masyarakat Dusun Gondangsari Jatisrono manfaat dari mentimun (*Cucumis sativus L*) dan daun salam (*Eugenia polyantha Wight*) terhadap tekanan darah.

e. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dijadikan sebagai sumbangsi peneliti untuk institusi dan bisa dijadikan sebagai bahan masukan untuk kegiatan penelitian sejenis di kemudian hari.

f. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk penelitian selanjutnya dan pengembangan keperawatan dimasa mendatang, serta memberikan masukan khususnya bagi ilmu keperawatan.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang menjadi dasar dari penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh :

Penulis	Judul	Metode	Hasil Penelitian	Perbedaan dan Persamaan
Andriani Suwito & Mila Sari (2019)	Efektifitas Pemberian Jus Belimbing Manis dan Mentimun Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi.	Menggunakan Quasi Eksperimental dengan pendekatan Pretest-Posttest dengan jumlah sampel sebanyak 20 orang dengan Hipertensi ringan. Teknik pengambilan sampel purposive sampling. Pengolahan data dilakukan secara komputerisasi	Hasil penelitian didapatkan rata-rata tekanan darah kelompok jus belimbing manis adalah 132.000 dan rata-rata tekanan darah kelompok jus mentimun adalah 133.000. Pada penelitian ini terdapat perbedaan rata-rata tekanan darah -2,919, dengan nilai $p=0,000$. Berdasarkan hasil diatas dapat disimpulkan bahwa ada efektifitas jus belimbing manis dan mentimun dapat menurunkan tekanan darah.	Perbedaan : Variabel independen yaitu jus mentimun dan daun salam dan lokasi penelitian di Posyandu. Persamaan : Sampel yang digunakan manusia, variabel dependen yaitu hipertensi dan sama menggunakan mentimun.

Dina Wahyu Astina (2019)	Upaya Penurunan Nyeri Hipertensi Dengan Rebusan Daun Salam Pada Asuhan Keperawatan Gerontik	Penelitian studi kasus ini menggunakan desain studi kasus. Dilakukan pada 3 pasien, kriteria hipertensi ringan, skala nyeri sedang dan usia lebih dari 60 tahun. Metode pengumpulan menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Instrumen menggunakan format asuhan keperawatan lansia, nursing kit, alat ukur skala nyeri visual numerik –numerikal. Standar operasional prosedur rebusan daun salam	Sejumlah 3 responden memiliki tingkat nyeri berbeda, setelah dilakukan rebusan daun salam sebanyak 200cc diberikan pada pagi dan sore sebanyak 100 cc selama 6 hari. Responden satu sebelum diberi rebusan nyeri skala 6 setelah diberikan menjadi skala 3, responden 2 sebelum diberikan skala 5 setelah diberikan menjadi skala 2, responden 3 sebelum diberikan nyeri skala 5 setelah diberikan menjadi nyeri skala 2.	Perbedaan : Menggunakan jus Mentimun, daun salam dan lokasi penelitian Persamaan : Sama-sama menggunakan daun salam sampel yang digunakan manusia.
Mardiati Barus, Agusrtaria Ginting, & Agnes Juliana Turnip (2019)	Terapi Jus Mentimun Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	Metode yang digunakan Pra-eksperimen satu kelompok Desain Pra-Pasca Tes. Ada 23 partisipan yang terdiri dari pria dan wanita dengan sistem tekanan darah yang tidak normal.	Subjek diberi jus mentimun sebanyak 100g selama 7 hari. Uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk dan analisis sistematis menggunakan uji Wilcoxon rank dengan nilai p sekitar 0,001 (P<0,05). Dalam penelitian ini ditunjukkan bahwa ada tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian mentimun.	Perbedaan : Menggunakan jus mentimun dan daun salam serta lokasi penelitian. Persamaan : Menggunakan mentimun dalam menurunkan tekanan darah, sampel yang digunakan manusia.