

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan masalah kesehatan utama yang menjadi pemicu primer penyakit kardiovaskuler. Prevalensi hipertensi yang terus meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas, dan stres psikososial. Hampir di setiap negara, hipertensi menduduki peringkat pertama sebagai penyakit paling sering dijumpai di seluruh global (Hanifa, 2016). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), kurang lebih 972 juta orang atau 26,4% mengidap Hipertensi di seluruh dunia, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025. Diperkirakan setiap tahun terdapat 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi serta komplikasi, 333 juta dari 972 juta pengidap hipertensi berada di negara maju dan sisanya berada di negara berkembang termasuk Indonesia (Pratama, 2016).

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 yaitu sebanyak 34,11%. Prevalensi hipertensi pada penduduk di Indonesia dalam rentang usia 18-24 tahun sebanyak (13,22%), usia 25-34 tahun (20,13%), usia 35-44 tahun (31,61%), usia 45-54 tahun (45,32%), usia 55-64 tahun (55,22%), usia 65-74 tahun (63,22%) serta mengalami peningkatan di usia >75 tahun (69,53%) (Kemenkes RI, 2018).

Prevalensi hipertensi yang paling tinggi di Indonesia berada di Provinsi Kalimantan Selatan yaitu sebanyak (44,13%)', serta yang terendah berada di Provinsi Papua (22,22%). pada tahun 2018 prevalensi hipertensi di Provinsi Bali cukup tinggi yaitu sebanyak (29,97%) (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Di Provinsi Jawa Barat, berdasarkan Riskesdas (2018) pada tahun 2018 Jawa Barat menduduki urutan ke 2 sebagai Provinsi dengan masalah Hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu sebanyak 39,6% sesudah Kalimantan Selatan yaitu sebanyak 44,1%. Secara demografi pada tahun 2000 jumlah lansia meningkat menjadi 9,99% dengan rentan usia harapan hidup 65-70 tahun dan di perkirakan meningkat pada tahun 2020 menjadi 11,09% dengan rentan usia harapan hidup 70-75 tahun.

Menurut Depkes (2017) sekitar 57,6% hipertensi merupakan penyakit pada sistem kardiovaskuler yang sering dialami lansia. Tingginya risiko lansia terkena penyakit hipertensi disebabkan oleh banyak perubahan yang terjadi yang di sebut dengan proses penuaan. Proses penuaan ini bisa menyebabkan perubahan di dalam struktur dan fungsi tubuh seperti penuaan pada sistem kardiovaskuler yang bisa menyebabkan risiko terjadinya penyakit hipertensi. Kondisi yang demikian di yakinkan dengan teori dari (Ahmad.2011) yang mengatakan ketika semakin tua kemampuan tubuh juga semakin berkurang dan diperlukan penanganan lanjutan terhadap lansia yang memiliki riwayat penyakit hipertensi.

Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam al-Qur'an yang mengingatkan manusia dalam berbagai ayat agar hidup tidak berlebihan, salah satunya terdapat dalam surat Al-A'raf ayat 31, Allah berfirman:

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ (سورة الأعراف: 31)

“Makan dan Minumlah kalian, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.” (QS. Al-A’raf: 7 : 31).

Pasien hipertensi apabila tekanan darahnya tidak dikendalikan maka akan mengakibatkan berbagai macam komplikasi di antaranya : masalah pada pembuluh darah serta jantung misalnya (serangan jantung, gagal jantung, serta penyakit arteri perifer), masalah pada otak misalnya (stroke serta penurunan daya ingat), kerusakan mata, gangguan ginjal, sindrom metabolik serta disfungsi seksual. oleh karena itu diperlukan penatalaksanaan yang baik (Ardiansyah, 2012).

Menurut Tri Cahyono (2010), menyatakan bahwa penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi di antaranya modifikasi gaya hidup seperti pola diet, aktivitas fisik, larangan merokok, pembatasan konsumsi alkohol, dan terapi relaksasi. Sedangkan untuk terapi farmakologi dapat diberikan obat anti hipertensi tunggal maupun kombinasi. Pengobatan hipertensi berubah dari farmakologi ke non farmakologi dikarenakan mahalnya obat anti hipertensi dan efek samping yang akan disebabkan (Depkes, 2012).

Banyak sekali terapi non farmakologi yang bisa diberikan atau dilakukan sebagai cara menurunkan tekanan darah pada pasien dengan penyakit hipertensi seperti mengonsumsi jus mentimun, jus semangka, jus belimbing, jus tomat, dan masih banyak lagi terapi non farmakologi yang bisa di berikan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Salah satu cara terapi non farmakologi yang bisa digunakan serta dikonsumsi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien

hipertensi adalah dengan mengonsumsi buah tomat yang dijadikan jus tomat (Sari & Ismail, 2017). Kenapa demikian dikarenakan pada buah tomat terdapat banyak vitamin, banyak manfaat dan mengandung kalium yang bekerja menurunkan tekanan darah yang mengakibatkan *vasodilatasi*, dan kalium juga dapat mengatur saraf ferifer dan sentral yang mempengaruhi tekanan darah. Hal ini diperkuat dengan penelitian bahwa dengan mengonsumsi tomat yang di jadikan jus mampu untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi (Basith,2013).

Salah satu sifat Allah Swt. memberikan petunjuk (*Huda*) kepada manusia melalui firman-firmannya yang terdapat dalam Al-Qur'an tentang berbagai tumbuhan dan sayuran yang dapat memberikan manfaat bagi kehidupan manusia, salah satunya sayuran itu adalah buah tomat. Allah mengisyaratkan tentang sayuran di dalam Al-Qur'an, surat Al-Baqarah ayat 61:

فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْتَبِثُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِهَا وَبَصَلِهَا. (سورة البقرة: 61)

"Sebab itu mohonkanlah untuk kami kepada Tuhanmu, agar Dia mengeluarkan bagi kami dari apa yang ditumbuhkan bumi, yaitu sayur-mayurnya, ketimunnya, bawang putihnya, kacang adasnya, dan bawang merahya". (QS. Al-Baqarah: 61)

Ayat di atas dapat dipahami bahwa, ketika Allah Swt. menyebutkan suatu perkara secara khusus di dalam al-Qur'an, itu menunjukkan pentingnya perkara yang dimaksud. Perkara yang penting itu adalah sayur-sayuran yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh, salah satunya adalah tomat.

Tomat kaya akan kalium (235 mg/100gr tomat), sedikit natrium, dan lemak. Kerja kalium dalam menurunkan tekanan darah adalah dapat menyebabkan vasodilatasi, sehingga terjadi penurunan retensi perifer dan meningkatkan curah jantung; kalium berfungsi sebagai diuretika, sehingga pengeluaran natrium dan cairan akan meningkat, kalium menghambat pelepasan renin, sehingga mengubah aktivitas sistem renin angiotensin, kalium dapat mengatur saraf perifer dan sentral yang mempengaruhi tekanan darah (Engelmann et al., 2012).

Menurut Lestary (2012) menyebutkan bahwa mengonsumsi jus tomat yang berasal dari 150 gram tomat mampu menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 11,76 % (kurang lebih 7,276 mmHg) dan diastolic sebesar 8,82 % (sebesar 3,321 mmHg). Berdasarkan Riskesdas (2018) pada tahun 2018 Jawa Barat menduduki urutan ke 2 sebagai Provinsi dengan masalah Hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu sebanyak 39,6%. Menurut data dari dinas kesehatan kota Tasikmalaya pada tahun 2020 adalah sebanyak 36.466 yang mempunyai penyakit hipertensi.

Dan berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terdapat 467 orang yang mengidap hipertensi dari beberapa kelurahan yang ada di Kecamatan Mangkubumi. menurut hasil wawancara dengan tenaga kesehatan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi menyatakan bahwa penyakit hipertensi merupakan penyakit terbesar kedua dengan grafik yang terus naik. Kenapa demikian bisa terjadi dikarenakan ketidakpatuhan pasien dalam mengontrol tekanan darah dan juga dalam mengonsumsi obat anti hipertensi. Menurut kader kesehatan Kelurahan Mangkubumi juga bahwa Hipertensi merupakan penyakit yang selalu meningkat setiap bulannya dan menempati peringkat ke 2 penyakit

tidak menular setelah *Common Cold* (CC). Setelah di kaji juga dengan diawali pengetesan tekanan darah dan wawancara dengan 5 orang pasien hipertensi, menyebutkan bahwasanya walaupun sudah mengonsumsi obat terkadang tekanan darah masih tidak stabil, dan juga sifat pengobatannya yang jangka panjang dan mengakibatkan kebosanan sehingga pasien sering kali tidak patuh dalam mengonsumsi obat anti hipertensi sehingga merasa perlu untuk dikombinasikan dengan terapi alami (komplementer) yang minimal dengan efek samping.

Beberapa intervensi yang sudah dilakukan di Puskesmas Mangkubumi yaitu pemberian obat anti hipertensi dan Pendidikan kesehatan terkait hipertensi. Intervensi pemberian jus tomat ini pada pasien dengan hipertensi belum pernah dilakukan di Puskesmas Mangkubumi. Maka dari itu berdasarkan hal diatas dan juga mengacu pada peran perawat sebagai *educator* dan koordinator dalam mengkoordinasikan serta memberikan pengetahuan mengenai kesehatan, gejala hingga tindakan yang perlu dilakukan untuk menambah perilaku hidup sehat pada pasien, maka peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul Pengaruh Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya

B. Rumusan Masalah

Dilihat dari angka kejadian klien yang mengidap hipertensi di kelurahan mangkubumi sampai dengan 467 orang ,maka dari itu penyakit hipertensi merupakan penyakit yang menjadi permasalahan yang sangat serius jika terus menerus dibiarkan. Banyak sekali intervensi yang bisa dilakukan untuk mengatasi persoalan kesehatan terkait penyakit hipertensi ini baik farmakologis maupun non

farmakologis. Intervensi atau cara yang bisa dilakukan untuk menurunkan tekanan darah terhadap penyakit ini dengan cara terapi farmakologi obat anti hipertensi, dan juga terapi non farmakologi yaitu dengan mengonsumsi buah tomat yang dijadikan jus tomat. Berdasarkan hal tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh jus tomat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui tekanan darah pada lansia sebelum diberikan pengaruh jus tomat di Puskesmas Mangkubumi
- b. Diketahui tekanan darah pada lansia setelah di berikan pengaruh jus tomat di puskesmas Mangkubumi
- c. Diketahui pengaruh pemberian intervensi jus tomat pada pasien lansia dengan hipertensi di puskesmas Mangkubumi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kota Tasikmalaya

Dengan penelitian ini menjadi referensi bagi civitas akademika Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya dalam melaksanakan catur dharma Perguruan Tinggi agar lebih aplikatif dalam

pembelajaran tentang materi non farmakologi pemberian jus tomat terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik, untuk menambah wawasan dalam peningkatan kualitas Pendidikan khususnya dalam dunia keperawatan

2. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman, latihan, penambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti dalam mengadakan suatu penelitian serta sebagai sarana pengaplikasian teori yang sudah diperoleh selama mengikuti perkuliahan dalam pemberian terapi non farmakologi pemberian jus tomat terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai *evidence based practice* dan terapi alternatif bagi perawat mengenai terapi non farmakologi dengan pemberian jus tomat dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi.

4. Bagi Puskesmas Mangkubumi

Sebagai bahan informasi tambahan dan masukan bagi petugas pelayanan kesehatan untuk menjadikan serta mempertimbangkan terapi non farmakologi pemberian jus tomat untuk pasien hipertensi di samping minum obat dan mengurangi kebiasaan pola hidup yang tidak baik.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai data dasar dan acuan untuk peneliti lain yang berminat dalam menggali masalah dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada

pasien hipertensi dengan menggunakan terapi non farmakologi khususnya dengan pemberian jus tomat agar bisa lebih spesifik.

