

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi ialah salah satu penyakit sistem kardiovaskuler yang banyak ditemui di masyarakat. Hipertensi atau lebih dikenal dengan tekanan darah tinggi adalah meningkatnya tekanan darah pada arteri. Dimana *Hiper* artinya berlebihan dan *Tensi* artinya tekanan/ketegangan, maka hipertensi adalah gangguan yang terdapat pada sistem kardiovaskuler yang menyebabkan tekanan darah di atas normal (Musakkar & Djafar, 2021).

World Health Organization (WHO) menyatakan orang di dunia yang mengalami hipertensi sekitar 1,13 Miliar, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Prevalensi orang dengan hipertensi setiap tahunnya mengalami peningkatan, tahun 2025 WHO memperkirakan sekitar 1,5 Miliar orang mengalami hipertensi, kemudian setiap tahunnya diperkirakan sebanyak 9,4 juta orang meninggal dunia akibat hipertensi serta komplikasinya (WHO, 2015 dalam Zuriati & Suriya, 2020)

Kasus hipertensi di Indonesia menurut Riskesdas (2018) 34,1% lebih banyak dibandingkan Riskesdas 2013, naik 25,8%. Di Indonesia, hanya sekitar 1/3 kasus hipertensi yang didiagnosis, sisanya tidak terdiagnosis. Pada usia 18 tahun, 34,1% penderita hipertensi memenuhi kriteria pengukuran. Kalimantan Selatan sebagai provinsi dengan prevalensi terbesar di Indonesia memiliki prevalensi masalah hipertensi hingga 44,1%, Jawa Barat provinsi dengan prevalensi masalah hipertensi kedua tertinggi

di Indonesia, memiliki prevalensi hingga 39,6%. Persentase penderita hipertensi pada kelompok umur 31 - 44, 45 - 54, dan 55 - 64 masing-masing adalah 31,6%, 45,3%, dan 55,2%.

Laporan Seksi P2PTM Kota Tasikmalaya (2022), jumlah prevalensi hipertensi di Kota Tasikmalaya pada tahun 2022 sebanyak 50.521 jiwa, dengan presentase tertinggi yaitu Puskesmas Cihideung sebanyak 9.40% (4.746), yang diikuti presentase ke – 2 oleh Puskesmas Purbaratu sebanyak 6.83% (3.455) dan Puskesmas Urug termasuk deretan dengan populasi tinggi ke – 8 dengan presentase 5.42% (2.741) jiwa dengan presentase 32.4% (889) berjenis kelamin laki-laki dan 67.6% (1.852) berjenis kelamin perempuan.

Faktor risiko menurut Fauzi (2014) selain yang tidak dapat dimodifikasi seperti usia dan keturunan, ada juga faktor risiko hipertensi yang dapat dimodifikasi antara lain konsumsi garam berlebihan, kolesterol tinggi, obesitas, dan kurang aktivitas. Kemudian Petrika et al., (2019) menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat dimodifikasinya ialah rendahnya asupan kalium. Menurut penelitian Pedagogos et al., (2021) kategori usia terjadinya hipertensi ialah dewasa, pra lansia dan lansia, yang paling banyak terjadi adalah pada pra lansia.

Allah SWT Berfirman dalam Qs Ar-Ra'd ayat 11 :

لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُعَيِّرُوا
مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah

Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia” (QS Ar-Ra’d: 11)

Sejalan dengan ayat diatas kita sebagai umat-Nya tentu harus berikhtiar dalam segala hal termasuk dalam proses pengobatan, ayat diatas ialah motivasi bagi manusia bahwa Allah SWT tidak akan mengubah nasib manusia menjadi lebih baik melainkan dengan usaha dan jerih payanya sendiri. Begitupun manusia, dalam berbagai proses penyembuhannya manusia harus berusaha serta berikhtiar akan kesembuhannya, baik dengan pengobatan secara farmakologi maupun secara non farmakologi.

Pentalaksanaan hipertensi secara farmakologi yaitu pemberian obat-obatan yang meliputi: ACE inhibitor, beta bloker, antagonis kalsium dan diuretic. Pengobatan dalam jangka panjang menimbulkan efek samping bagi tubuh serta memerlukan biaya yang cukup, selain itu seringkali masyarakat tidak patuh dengan proses pengobatan tekanan darah secara rutin. Pentalaksanaan non farmakologi adalah terapi tanpa obat-obatan medis untuk menghindari faktor risiko yang memungkinkan terjadi serta mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat, oleh karena itu penatalaksanaan hipertensi secara non farmakologi menjadi salah satu alternative dalam proses menurunkan tekanan darah pada hipertensi (Fahriza, et all., 2014).

Mengonsumsi makanan tinggi kalium dan memperbanyak konsumsi serat merupakan salah satu pengobatan non farmakologis yang disarankan untuk hipertensi. Banyak orang yang masih belum menyadari bahwa buah-buahan efektif untuk menurunkan tekanan darah, terutama semangka

kuning, pepaya, dan tomat (Aminati, F. R., & Yastutik, I. Y. (2022)). Menurut Fahriza, et all., (2014) Salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan serta dikonsumsi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi adalah dengan mengonsumsi air kelapa muda.

Dari berbagai macam kelapa, salah satu yang tinggi akan kalium ialah jenis kelapa genjah salak atau sering dikenal dengan kelapa hijau, yang mengandung kalium 266.13 mg/100 ml air kelapa muda. Penelitian Zuriati & Suriya, (2020) konsumsi air kelapa muda setiap hari dapat menurunkan tekanan darah. Kandungan kalium yang tinggi pada air kelapa muda membantu kemampuan tubuh menahan kalsium yang berdampak pada pembuluh darah yang mengalami penyempitan dan menurunkan tekanan darah tinggi.

Hasil penelitian Listiana et al., (2022) dari 16 lansia yang mengalami hipertensi di PSTW Pagar Dewa Kota Bengkulu, terdapat 13 lansia yang mengalami penurunan tekanan darah sistolik setelah terapi air kelapa muda. Pada penelitian ini terbukti bahwa terapi air kelapa muda yang diberikan selama 3 hari berturut-turut dapat membantu pasien untuk menurunkan tekanan darah sistolik. Terdapat 3 lansia yang tekanan darah sistolik tetap setelah mengonsumsi air kelapa muda, hal ini disebabkan karena pasien kurang menjaga pola makan dan pola hidup sehat. Hasil Wilcoxon Sign Rank Test didapat ada pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di PSTW Pagar Dewa Kota Bengkulu dengan $p\text{-value} = 0,001 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa

pemberian terapi air kelapa muda efektif menurunkan tekanan darah sistolik pada pasien hipertensi. Peneliti memilih terapi non farmakologi air kelapa muda ini karena dibandingkan dengan herbal lain yang dapat menurunkan tekanan darah tinggi air kelapa muda merupakan terapi minim efek samping. Disamping itu, kelapa termasuk tumbuhan yang banyak ditemukan dan mudah didapatkan.

Kepada manusia, Allah SWT memberikan petunjuk (Huda) dalam Al-Qur'an yang tertera mengenai keyakinan bahwa Allah sebagai penyembuh dalam surat Asy-Syu'ara ayat 80 :



وَإِذَا مَرَضْتُ فَبُهِتَ النَّاسُ وَهِيَ كَأَنَّهَا كَلْبٌ إِفْرَسٌ أَبْغَضْتُهُ لَمَّا بَكَرَ وَقَعَزْتُهُ لَمَّا وَضَعَتْهَ إِذْ يَبْغُضُ الْبَاسُ

“Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan” (Qs.26:80)

Ayat diatas menjelaskan bahwa Allah maha penyembuh penyakit manusia. Allah yang senantiasa menyembuhkan manusia dari penyakit apapun yang diderita hambanya. Namun, manusiapun mesti berikhtiar mencari peluang dalam memperoleh kesembuhannya. Sejalan dengan ayat al-qur'an diatas selain dengan mengkonsumsi obat, manusiapun sebaiknya berikhtiar untuk mencapai kesembuhan, yaitu salahsatunya dengan mengkonsumsi air kelapa muda yang banyak bermanfaat bagi kesehatan tubuh dari berbagai penyakit.

Kemudian dalam hadits HR. Muslim, Abu Daud dan Ahmad yang berbunyi :

عَنْ جَابِرٍ عَنِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ { رواه مسلم, وابو داود وأحمد }

“dari Jabir dari rasulullah SAW. Beliau bersabda : setiap penyakit ada obatnya. Apabila ditemukan obat yang tepat untuk suatu penyakit, maka akan sembuhlah penyakit itu dengan izin Allah (HR. Muslim, Abu Daud dan Ahmad)”.

Hadits diatas sebagai dorongan kepada orang-orang yang sedang sakit untuk berikhtiar melalui pengobatan, yang mana allah menciptakan berbagai obat-obatan untuk membantu menyembuhkan berbagai penyakit dan dengan izin allah juga akan sembuh penyakit tersebut.

Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di wilayah kerja Puskesmas Urug terdapat 615 orang mengalami Hipertensi di kelurahan Tanjung. Puskesmas Urug mengalami angka kejadian yang lebih tinggi pada tahun 2022 yaitu sebanyak 2.741 jiwa, sedangkan Puskesmas Kawalu pada tahun 2022 sebanyak 2.083 jiwa orang dengan hipertensi. Hasil wawancara kepada tenaga kesehatan Puskesmas Urug menyatakan bahwa hipertensi termasuk 10 penyakit tertinggi di Puskesmas Urug dengan presentase yang terus meningkat setiap tahunnya. Setelah melakukan pengkajian awal dengan melakukan pengecekan tekanan darah serta wawancara kepada 3 pasien hipertensi, menyatakan bahwa meskipun mengkonsumsi obat anti hipertensi secara rutin terkadang tekanan darahnya masih tidak stabil, dengan sifat pengobatannya yang jangka panjang dan menimbulkan kebosanan seringkali membuat pasien tidak patuh meminum obat anti hipertensi, maka peneliti merasa perlu untuk melakukan kombinasi terapi komplementer yang akan efek sampingnya minimal.

Maka dari itu berdasarkan yang telah peneliti uraikan di atas, hasil studi pendahuluan terkait penyakit hipertensi yang grafiknya semakin meningkat di kota tasikmalaya, tingginya angka hipertensi serta belum pernah ada yang melakukan penelitian mengenai terapi non farmakologi di wilayah kerja tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Urug Kota Tasikmalaya”.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi masih banyak ditemui di masyarakat dan juga merupakan masalah yang masih sangat serius baik secara global maupun nasional. Dilihat dari faktor resiko pemicu hipertensi, hipertensi masih menjadi penyakit dengan angka kejadian yang terus meningkat. Dampak dari hipertensi yang tidak terkontrol dapat mengakibatkan berbagai masalah pada berbagai organ seperti otak, jantung, mata, dan ginjal. Dari begitu banyak terapi non farmakologi air kelapa muda namun tidak semua orang mengetahui bahwa air kelapa muda hijau dapat menurunkan tekanan darah. Dengan demikian rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Urug Kota Tasikmalaya?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Urug Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya tekanan darah pada pasien dengan hipertensi sebelum di berikan air kelapa muda di wilayah kerja Puskesmas Urug Kota Tasikmalaya.
- b. Diketuainya tekanan darah pada pasien dengan hipertensi setelah diberikan air kelapa muda di wilayah kerja Puskesmas Urug Kota Tasikmalaya.
- c. Diketuainya pengaruh pemberian air kelapa muda pada pasien dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Urug Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kota Tasikmalaya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan refensi dalam melaksanakan catur dharma Perguruan Tinggi akademika bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya serta bahan pustaka tambahan mengenai materi terapi non farmakologi dengan konsumsi air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada pasien dengan hipertensi.

2. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini merupakan pengalaman nyata yang sangat bermanfaat bagi peneliti, apa yang peneliti dapatkan selama melakukan penelitian mengenai pengaruh air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Urug Kota Tasikmalaya sangat menambah keterampilan dalam meningkatkan pengetahuan bagi peneliti.

3. Bagi Wilayah Kerja Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi pihak puskesmas dalam melakukan edukasi ataupun terapi komplementer dengan mengkonsumsi air kelapa muda yang dapat dilakukan dirumah oleh pasien-pasien dengan hipertensi, serta terapi komplementer ini mudah terjangkau sebagai upaya pendamping proses perawatan di samping meminum obat anti hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini semoga senantiasa memperluas pemahaman peneliti selanjutnya mengenai terapi non farmokologi yang dapat dilakukan terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi, serta sebagai referensi tambahan bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian.