

## BABI

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit degenerative yang sering terjadi di masyarakat dan beresiko meningkat secara terus menerus dari tahun ke tahun. Penyakit ini bahkan dapat menyebabkan kematian. *World Health Organization* (2020) menyebutkan bahwa terdapat sekitar 1,56 miliar orang dewasa diseluruh dunia mengalami tekanan darah tinggi. Hipertensi menjadi salah satu penyakit yang menyebabkan kematian di seluruh dunia yaitu sekitar 9,4 juta warga dunia meninggal setiap tahunnya. Di Indonesia prevalensi hipertensi cukup tinggi yaitu pada usia 18 tahun mencapai 63.309.620 orang (34,1%) dan pada usia 31- 44 tahun sebanyak 31,6% sedangkan usia 55- 64 tahun sebanyak 55,2% (Risikesdas, 2018).

Data Risikesdas 2018 penderita hipertensi di Jawa Barat terdapat peningkatan sebanyak 8,3% menjadi 34,1%. Tasikmalaya menjadi salah satu kota di Jawa Barat dengan prevalensi yang cukup tinggi yaitu sekitar 24.451 orang. Kemudian mengalami peningkatan di tahun 2018 menjadi 25.310 orang, sehingga penyakit hipertensi sudah menjadi masalah kesehatan yang sangat besar (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya 2017-2018). Data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya 2022, prevalensi penyakit hipertensi sebanyak 50.521 orang. Wilayah kerja Puskesmas Purbaratu menempati angka tertinggi kedua dengan prevalensi 3.455 orang.

Hipertensi merupakan penyakit pembuluh darah dimana suplai nutrisi dan oksigen sulit mencapai jaringan tubuh, sehingga memaksa jantung bekerja keras dalam memenuhi kebutuhan tersebut. Hipertensi ditandai dengan peningkatan sistolik  $\geq 140$  mmHg, dan diastolik  $\geq 90$  mmHg. Adapun gejala yang muncul yaitu sakit kepala, mudah marah, mimisan (epitaksin), telinga berdenging, kaku kuduk, pandangan berkunang-kunang, dan susah tidur (Awan Haryanto & Rini Sulistyowati, 2015).

Penatalaksanaan hipertensi terbagi dua, yaitu farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi mengkonsumsi obat antihipertensi seperti *hydrochlorothiazide* dan *lasix* (Arturo, 2014). Adapun obat hipertensi lainnya adalah amlodipine.

Pengobatan hipertensi secara non farmakologi merupakan metode pengobatan darah tinggi yang tidak menggunakan obat-obatan kimia seperti jus mentimun, jus belimbing, dan terapi jus semangka. Terapi jus semangka merupakan salah satu metode pengendalian tekanan darah tinggi dengan memanfaatkan buah semangka yang dihaluskan (diblender). Semangka dapat memberikan efek anti hipertensi karena kandungan, beta karoten, dan kalium yang bermanfaat dalam menurunkan resistensi perifer, meningkatkan curah jantung, menetralsir tekanan darah, dan meningkatkan kerja jantung. Buah semangka memiliki kandungan L-arginine dan air yang sangat tinggi sehingga dapat membantu menjaga tekanan darah normal (Yufriza, 2022).

Hasil penelitian Umrah, Harun & Idris (2022) bahwa terdapat pengaruh jus semangka terhadap penurunan tekanan darah dari nilai rata-rata *sistole* sebesar 153, 8 mmHg dan *diastole* 100, 7 mmHg menjadi nilai rata-rata *sistole* sebesar 132, 5 mmHg dan *diastole* 90, 2 mmHg. Begitu juga dengan temuan (Stikes & Padang, 2019) menyatakan hal yang serupa yaitu jus semangka mampu menurunkan tekanan darah dari nilai 150 menjadi 130. Hal tersebut sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Permata Sari et al., n.d.) yang menyatakan bahwa dari 15 orang kelompok intervensi mengalami penurunan tekanan darah dari 174, 00/ 96,67 mmHg menjadi 156, 00/ 82,00 mmHg.

Menurut ajaran islam bahwa manusia harus menjaga kesehatannya dengan cara berobat dan senantiasa berdoa meminta perlindungan kepada Allah SWT. Berikut ini adalah doa yang bisa kita lantunkan:

مَسْحُ الْبَاسِ رَبِّ النَّاسِ بِيَدِكَ الْإِشْفَاءُ لِكَاثِفَتِ لَهُ إِنَّ أَنْتَ

Artinya: *Hilangkanlah rasa sakit wahai Rabb manusia, di tangan-Mu lah segala kesembuhan, dan tidak ada yang dapat menyingkap penyakit tersebut melainkan Engkau.* (HR Buhari-Muslim).

Pemberian nonfarmakologi terapi jus semangka dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi terdapat dalam Al-Quran Surat An-nahl ayat 11, dijelaskan bahwa terdapat buah-buahan yang dapat bermanfaat mengobati penyakit.

Salah satu pendidikan kesehatan yang diberikan kepada masyarakat khususnya penderita hipertensi yaitu dengan menganjurkan pada klien agar menggunakan bahan alami untuk menurunkan atau menstabilkan darah tinggi salah satunya dengan mengkonsumsi buah semangka, karena buah ini salah satu buah yang sering dimakan oleh Nabi Muhammad SAW. Buah menyegarkan ini selain rasa yang enak juga terdapat kandungan vitamin serta mineral yang sangat baik untuk tubuh. Bahkan, Nabi Muhammad SAW pernah bersabda, “Tak satupun dari wanita yang sedang hamil dan makan semangka akan gagal untuk menghasilkan keturunan yang baik di wajah dan sangat baik dalam sifat.” Selain itu, kegemaran Nabi Muhammad SAW dalam mengonsumsi buah semangka juga dijelaskan dari riwayat Aisyah bahwa, “Sesungguhnya Nabi -SAW- sering makan semangka disertai ruthab.” (HR.at-Tirmidzy no.1843, dishahihkan oleh al-Albany dalam Shahih at-Tirmidzy no.1843).

Dalam Surah An-Nahl (Lebah), tepatnya ayat 11, disebutkan:

يُنْبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ  
لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya: "Dia menumbuhkan bagi kamu dengan air hujan itu tanam-tanaman; zaitun, korma, anggur, dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar ada tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang memikirkan."

Ayat Al-Quran diatas menerangkan tentang tumbuhan-tumbuhan yang dapat dijadikan obat. Buah-buahan memiliki kandungan zat yang dapat mengobati penyakit. Hal tersebut sangat bermanfaat untuk kesehatan manusia. Terdapat pesan bahwa manusia senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatannya.

Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Purbaratu menunjukkan bahwa jumlah kasus penyakit hipertensi pada tahun 2021 sekitar 2217 orang, dan mengalami peningkatan pada tahun 2022 data sebanyak 3455 orang dengan nilai rata-rata 140-160 mmHg. Menurut keterangan dari salah satu perawat di Puskesmas Purbaratu mengatakan bahwa masyarakat melakukan penanganan hipertensi dengan mengkonsumsi obat antihipertensi seperti amlodipine, dan terapi non farmakologi seperti mengkonsumsi mentimun, daun salam, dan labu siam tetapi tidak diketahui hasilnya.

Menurut keterangan dari 10 orang penderita hipertensi mengatakan bahwa penanganan hipertensi selain dengan mengkonsumsi obat, mereka juga mengetahui terapi non farmakologi dengan mengkonsumsi mentimun, labu siam, daun salam, belimbing. Tetapi tidak dikonsumsi secara rutin. Sehingga tidak mengetahui apakah hasilnya efektif atau tidak. Masyarakat kurang mengetahui manfaat buah semangka, sehingga tidak mengkonsumsi buah semangka untuk menurunkan tekanan darahnya. Asam amino berfungsi dalam meningkatkan fungsi arteri sehingga mampu mempertahankan tekanan darah yang normal atau menurunkan tekanan darah tinggi.

Berdasarkan uraian tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh konsumsi jus semangka terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu.

## **B. Rumusan Masalah**

Hipertensi menyebabkan komplikasi seperti penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal, dan retinopati. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengobati hipertensi dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi memiliki efek samping yang lebih tinggi dibandingkan dengan terapi non farmakologi. Berdasarkan literatur terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengobati hipertensi adalah dengan mengkonsumsi jus semangka. Berdasarkan permasalahan tersebut maka rumusan dalam penelitian adalah apakah ada pengaruh konsumsi jus semangka terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu?

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini mengetahui pengaruh konsumsi jus semangka terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya tekanan darah sistolik sebelum pemberian terapi jus semangka pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu.
- b. Diketuainya tekanan darah diastolik sebelum pemberian terapi jus semangka pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu.
- c. Diketuainya tekanan darah sistolik sesudah pemberian terapi jus semangka pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu.
- d. Diketuainya tekanan darah diastolik sesudah pemberian terapi jus semangka pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu.
- e. Diketuainya pengaruh jus semangka terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu.

- f. Diketuinya pengaruh jus semangka terhadap penurunan tekanan darah diastolik pada penderita hipertensi diwilayah kerja Puskesmas Purbaratu.

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan untuk menambah pengalaman serta sebagai sarana untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang telah diberikan.

##### 2. Bagi tempat penelitian (wilayah kerja Puskesmas Purbaratu)

Dengan penelitian ini diharapkan masyarakat mampu menurunkan angka kejadian kekambuhan penderita hipertensi.

##### 3. Profesi Keperawatan

Diharapkan dapat menjadikan bahan informasi bagi tenaga keperawatan untuk menjadikan terapi jus semangka terapi nonfarmakologi dalam memberikan Evidence Based Practice pada hipertensi.

##### 4. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Diharapkan dapat menjadi acuan dasar dalam pelaksanaan catur dharma perguruan tinggi khususnya masalah hipertensi.