

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular sampai saat ini masih dijuluki sebagai *The Silent Killer* karena gejalanya sulit dikenali bahkan sering tidak menunjukkan gejala dan tanpa keluhan (Nonasri, 2021). Menurut data yang dikeluarkan oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2018, sekitar 26,4% penduduk dunia menderita tekanan darah tinggi, meliputi 26,6% pria dan 26,1% wanita. Sekitar 60% penderita hipertensi hidup di negara berkembang, termasuk Indonesia. Menurut data Kementerian Kesehatan RI (2019) hipertensi dan penyakit jantung lain meliputi lebih dari sepertiga penyebab kematian, dimana hipertensi menjadi penyebab kematian kedua setelah stroke (Aziz, 2021).

Jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebanyak 63.309.620 sedangkan jumlah kematian akibat hipertensi di Indonesia sebanyak 427.218. Kelompok umur penderita hipertensi adalah 31-44 tahun (31,6%) dan 45-54 tahun (45,3%). Tingkat prevalensi hipertensi adalah 34,1%. Diketahui bahwa 8,8% orang terdiagnosis hipertensi, dimana 13,3% pasien hipertensi tidak minum obat, dan 32,3% tidak minum obat secara teratur (Kemenkes RI, 2019). Data yang didapat dari buku profil kesehatan Jawa Barat 2020, Prevalensi hipertensi di Jawa Barat berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk >18 tahun sebesar 39,6 % mengalami peningkatan dibandingkan hasil Riskesdas Tahun 2013 yaitu sebesar 29,4 %. Kasus terbanyak di Jawa Barat yaitu berada di Kota Cirebon (154,27%), Kabupaten Karawang

(100%), Kabupaten Tasikmalaya (100%) dan Kota Tasikmalaya (30,6%) (Dinkes Jawa Barat,2020).

Data dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya terdapat angka kejadian hipertensi pada tahun 2021 sebanyak 36.408 orang dan ditahun 2022 sebanyak 50.521 orang dan menempati urutan ke-5 terbanyak kasus Hipertensi di Jawa Barat Sedangkan puskesmas tamansari terdapat angka kejadian hipertensi pada tahun 2022 sebanyak 2.998 orang (Data Dinkes Kota Tasikmalaya, 2022).

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih 140 mmHg dan diastoliknya lebih dari 90 mmHg. Hipertensi Merupakan Penyakit kronis umum di seluruh dunia dan merupakan faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Penyebab utama hipertensi adalah faktor genetik, perilaku dan gaya hidup (Suprayitno & Huzaimah, 2020). Hipertensi dapat dicegah dengan penanganan yang tepat dan efisien supaya tidak menyebabkan komplikasi lebih lanjut. Pada prinsipnya pengobatan hipertensi ada dua cara, yaitu pengobatan dengan obat dan pengobatan tanpa obat. Terapi obat termasuk mengambil diuretik, agen simpatik,  $\beta$ -receptor blockers, dan vasodilator, dan perhatian harus diberikan pada tempat obat, mekanisme kerja, dan kepatuhan pengobatan. Obat dianggap oleh masyarakat mahal dan memiliki efek samping. Pengobatan tekanan darah tinggi non obat berupa anjuran perubahan gaya hidup. Tekanan darah tinggi dapat dikurangi dengan gaya hidup sehat, termasuk penurunan berat badan, olahraga teratur, diet rendah garam dan rendah lemak, serta terapi komplementer. (Telaumbanua dan Rahayu, 2021).

Dalam mengatasi tekanan darah tinggi, peran perawat sebagai anggota tim medis menjadi krusial dalam mengubah perilaku pasien yang sedang mengalami kondisi sakit, dengan tujuan untuk mencegah perkembangan penyakit atau mengurangi risikonya. Sebagai pendidik, perawat memiliki fungsi penting dalam membimbing pasien untuk memahami tentang kesehatan dan langkah-langkah perawatan yang perlu dilakukan guna memulihkan atau menjaga kesehatannya. Dalam penyampaian informasi seputar hipertensi, tujuan utamanya adalah meningkatkan pengetahuan individu yang menderita tekanan darah tinggi, sehingga kesadaran akan pentingnya pencegahan dan penanganan kondisi ini semakin meningkat. Selain itu, upaya ini bertujuan untuk membentuk sikap positif agar pasien mampu mengambil langkah-langkah perawatan terhadap tekanan darah tinggi dengan mandiri, sehingga risiko komplikasi dapat diminimalkan (Supriadi, 2020). Islam sebagai agama yang sempurna, telah mengajarkan kepada penganutnya untuk terus berusaha berobat ketika sakit, sebagaimana dijelaskan dalam Hadist Nabi Muhammad SAW berikut ini :

إن الله تعالى أنزل الداء والدواء وجعل لكل داء دواء فتداؤوا ولا تداؤوا بالحرام

“Sesungguhnya Allah menurunkan penyakit dan obatnya dan menjadikan bagi setiap penyakit ada obatnya. Maka berobatlah kalian, dan jangan kalian berobat dengan yang haram”(HR. Abu Dawud dari Abu Darda).

Terapi komplementer merupakan jenis terapi yang digunakan bersamaan dengan pengobatan medis utama. Terapi ini bertujuan untuk melengkapi efek pengobatan medis yang telah diresepkan oleh dokter sebelumnya. Terapi

komplementer umumnya melibatkan metode non-farmakologis seperti penggunaan ramuan tradisional, pelaksanaan olahraga, dan penerapan teknik relaksasi (Anugerah et al., 2022). Kemajuan dalam bidang pengobatan komplementer telah mengalami peningkatan yang signifikan dalam beberapa waktu terakhir.. Secara global terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah telah banyak dilakukan seperti terapi tawa (Tage, 2014), masase kaki (Fitriani, 2015), penggunaan minyak esensial (Shaleha, 2016), terapi music (Mahatidanar & Khairun, 2017) terapi herbal (Asih, 2018) dan terapi buah (Isna, 2022).

Keanekaragaman hayati diciptakan Allah SWT untuk dapat dimanfaatkan oleh manusia dan merupakan sebuah rahmat yang diberikan Allah SWT terhadap manusia sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 22 sebagai berikut :

الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ فِرَاشًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقًا  
 ۝ فَلَنْ تَجْعَلُوا لِلَّهِ أَنْدَادًا وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ لَكُمْ

Artinya:“(Dialah yang telah menjadikan) menciptakan (bagimu bumi sebagai hampan), yakni hampan yang tidak begitu keras dan tidak pula begitu lunak sehingga tidak mungkin didiami secara tetap (dan langit sebagai naungan) sebagai atap (dan diturunkan-Nya dari langit air hujan lalu dikeluarkan-Nya daripadanya) maksudnya bermacam (buah-buahan sebagai rezeki bagi kamu) buat kamu makan dan kamu berikan rumputnya pada binatang ternakmu (maka janganlah kamu adakan sekutu-sekutu bagi Allah), artinya serikat-serikat-Nya dalam pengabdian

(padahal kamu mengetahui) bahwa Dia adalah pencipta, sedangkan mereka itu tidak dapat menciptakan apa-apa, maka tidaklah layak disebut dan dikatakan tuhan” [Q.S. Al Baqarah:22]. Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah telah menggunakan hujan untuk menumbuhkan segala tumbuhan dan buah-buahan dan diciptakan sebagai rezeki bagi manusia. Dalam hal ini buah-buahan selain bermanfaat sebagai sumber makanan, juga dapat digunakan untuk menjaga kesehatan serta pengobatan.

Salah satu buah – buahan yang digunakan untuk mencegah hipertensi atau menurunkan tekanan darah yaitu buah pepaya. Buah pepaya merupakan salah satu buah yang memiliki kandungan tinggi antioksidan. Antara lain vitamin C, flavonoid, folat, vitamin A, mineral, magnesium, vitamin E, kalium, serat dan vitamin B. Antioksidan memerangi radikal bebas dalam tubuh dan menjaga kesehatan sistem kardiovaskular (Yulianti, 2017).

Pepaya terbukti efektif dalam mengurangi tekanan darah sistolik pada para partisipan. Dari perspektif komposisi mineral, setiap 100 gram buah pepaya matang mengandung sekitar 257 mg kalium dan jumlah natrium yang minimal, hanya sekitar 3 mg. Pepaya memiliki sifat antihipertensi yang bekerja dengan mengurangi beban kerja jantung melalui mekanisme diuretik yang meningkatkan pengeluaran air dan natrium dari tubuh. Kandungan kalium juga berperan dalam menjaga keseimbangan elektrolit tubuh melalui kerja pompa natrium-potassium yang mengurangi akumulasi air dan garam dalam tubuh (Momongan et al., 2022).

Jus pepaya adalah hasil campuran buah pepaya dan air yang dihaluskan menggunakan blender. Konsumsi pepaya dalam bentuk jus memungkinkan proses pencernaan yang lebih cepat dibandingkan dengan mengonsumsi buah pepaya secara langsung. Penyerapan nutrisi akan lebih efisien ketika jus pepaya dicerna dengan cepat. Jus pepaya teridentifikasi memiliki kandungan antioksidan yang mampu mengikat dan mengeliminasi radikal bebas, sisa pencernaan makanan, dan zat-zat beracun. Selain itu, jus pepaya memiliki potensi yang besar dalam mengatasi penyakit tekanan darah tinggi. Dengan semakin sering mengonsumsi jus pepaya, manfaat yang diperoleh oleh tubuh akan sangat positif. (Yulianti, 2017).

Hasil penelitian Yulianti (2017); Pratama (2017); Adam,L & Aswad,A (2020); Agustin, S (2022); (Ilohuna et al., 2023). menunjukkan bahwa mengonsumsi jus pepaya mampu menurunkan tekanan darah dengan hasil penelitian menunjukkan pemberian jus papaya terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi ada pengaruh pemberian jus pepaya terhadap penurunan tekanan darah sistolik penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi yaitu jus pepaya.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 Maret 2023 di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya, jumlah penderita hipertensi pada tahun 2022 sebanyak 2.998 orang yang mengalami hipertensi dari beberapa kelurahan yang ada di kecamatan tamansari. Di Kelurahan Mulyasari yang mengalami hipertensi meningkat dari tahun 2021 sebanyak 1.003 (26,3%), pada



tahun 2022 sebanyak 2.281 (50,3%) dan di posbindu sukamaju RW 03 sebanyak 33 orang.

Hasil wawancara dengan tenaga kesehatan yang berada di Puskesmas Tamansari menyatakan bahwa penyakit hipertensi merupakan termasuk 10 terbesar penyakit dengan grafik yang terus naik. Setelah dikaji dengan diawali pengecekan tekanan darah dan wawancara dengan 10 orang pasien hipertensi menyebutkan bahwa walaupun sudah mengkonsumsi obat anti hipertensi terkadang tekanan darah tidak stabil. Sifat pengobatan yang jangka panjang dan mengakibatkan kebosanan pada pasien sehingga tidak patuh mengkonsumsi obat anti hipertensi, sehingga perlu dikombinasikan dengan terapi non farmakologi yang minimal efek sampingnya.

### **B. Rumusan Masalah**

Hipertensi merupakan penyakit yang menjadi permasalahan yang sangat serius jika terus dibiarkan. Cara untuk menurunkan tekanan darah dalam menghadapi kondisi hipertensi melibatkan intervensi, baik melalui pendekatan farmakologi seperti penggunaan obat antihipertensi, maupun pendekatan non-farmakologi melalui konsumsi buah pepaya. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul “Pengaruh Jus Pepaya Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Posbindu PTM Sukamaju RW 03 Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari”.

### C. Tujuan

#### 1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Jus Pepaya Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Posbindu PTM Sukamaju Rw 03 Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari

#### 2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya tekanan darah sistolik sebelum diberikan jus papaya di Posbindu PTM Sukamaju Rw 03 Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari
- b. Diketuainya tekanan darah diastolik sebelum diberikan jus papaya di Posbindu PTM Sukamaju Rw 03 Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari
- c. Diketuainya tekanan darah sistolik sesudah diberikan jus papaya di Posbindu PTM Sukamaju Rw 03 Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari
- d. Diketuainya tekanan darah diastolik sesudah diberikan jus papaya di Posbindu PTM Sukamaju Rw 03 Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari
- e. Diketuainya pengaruh jus papaya Terhadap Penurunan Tekanan Darah sistolik Pada Penderita Hipertensi di Posbindu PTM Sukamaju Rw 03 Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari



- f. Diketuainya pengaruh jus pepaya Terhadap Penurunan Tekanan Darah diastolik Pada Penderita Hipertensi di Posbindu PTM Sukamaju Rw 03 Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari

#### D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman, latihan, hasil yang diperoleh dapat menambah pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai cara dan metode dalam melakukan penelitian, dan membangun jiwa peneliti untuk terus mengembangkan berbagai terapi komplementer pada hipertensi.

b. 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 Pepaya terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik, untuk menambah wawasan dalam peningkatan kualitas Pendidikan khususnya dalam dunia keperawatan.

c. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai *evidence based practice* dan terapi bagi perawat mengenai terapi non farmakologi dengan pemberian jus

papaya dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi.

d. Bagi Puskesmas Tamansari

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai *evidence based practice* dan sebagai bahan informasi tambahan masukan bagi petugas pelayanan kesehatan untuk menjadikan serta mempertimbangkan terapi non farmakologi pemberian jus papaya pada pasien hipertensi sebagai terapi pendamping untuk menurunkan tekanan darah.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai dasar dan pembanding untuk peneliti lain yang berminat dalam menggali masalah dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi dengan menggunakan terapi non farmakologi.

