

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di negara-negara maju maupun berkembang, penyakit kardiovaskular merupakan satu dari banyak masalah kesehatan yang paling serius dan menjadi penyebab utama kematian global setiap tahunnya. Atas beragam jenis penyakit kardiovaskular, hipertensi merupakan satu dari banyak yang paling umum dan kerap dijumpai di masyarakat. Hipertensi yakni kondisi di mana tekanan darah sistolik melampaui 120 mmHg dan tekanan darah diastolik melampaui 80 mmHg, biasanya ditandai dengan sakit kepala, mudah tersinggung, mimisan (epistaksis), gangguan tidur dan telinga berdenging, leher kaku dan peningkatan tekanan darah (Risksedas, 2021). Beberapa faktor penyebab darah tinggi berbeda dan amat bervariasi pada setiap orang. Faktor umum penyebab hipertensi yakni keturunan, usia, jenis kelamin, obesitas, pola hidup yang tidak sehat. Penyakit hipertensi juga dipengaruhi oleh diet, usia, olahraga, faktor stress sehingga bisa menimbulkan pusing, yang bisa mengganggu kenyamanan secara fisik sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari (Laksana et al., 2022).

Maulidina (2019), menyatakan bahwasanya faktor-faktor yang bisa menyebabkan hipertensi diantaranya yakni usia dimana masyarakat usia ≥ 40 tahun lebih banyak mengalami hipertensi sejumlah (67,6%), tingkat pendidikan pendidikan rendah 63,6 %, masyarakat yang tidak bekerja mengalami hipertensi sejumlah 67,2%, riwayat keluarga yang menyimpan hipertensi sejumlah 58% dan status gizi (kelebihan berat badan) sejumlah (60,7%).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), sejumlah 600 juta orang di seluruh dunia mengalami tekanan darah tinggi. Angka prevalensi tertinggi yakni Afrika sejumlah 46% atas populasi dewasa, sedangkan prevalensi terendah terdapat di Amerika dengan 35%. Selain itu, kasus hipertensi masih cukup tinggi di negara berkembang dan juga negara maju, mencapai 35% atas populasi dewasa di banyak negara, dengan 40% atas populasi dewasa (Hiremath & Hiremath, 2013).

Persentase angka kejadian hipertensi di Indonesia yakni 34,1%. Diperkirakan hanya sepertiga penyakit hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis, selebihnya tidak terdiagnosis. Diperkirakan ada 63.309.620 kasus hipertensi di Indonesia, dengan besaran kematian akibat hipertensi mencapai 427.218 orang. Penyakit ini umumnya terjadi pada usia 31-44 tahun sejumlah 31,6%, 45-54 tahun sejumlah 45,3%, dan 55-64 tahun sejumlah 55,2%. Dari total populasi, hanya 7,2% yang menyadari bahwasanya mereka merasakan hipertensi dan hanya 0,4% kasus yang memakai obat penurun tekanan darah. Provinsi Bangka Belitung mempunyai prevalensi hipertensi tertinggi yakni 30,9%, sementara Papua dengan prevalensi terendah yakni 16,8%. Provinsi Kalimantan Selatan, Kalimantan Timur dan Jawa Barat dengan prevalensi hipertensi yang lebih tinggi dibandingkan angka nasional (Riskesdas, 2021).

Data statistik hipertensi di Jawa Barat pada tahun 2018 sejumlah 39,6%, tahun 2019 sejumlah 41,6%, tahun 2020 sejumlah 39,8% yang bisa disimpulkan terjadi peningkatan prevalensi penyakit hipertensi setiap tahunnya dan terjadi penurunan di tahun 2020 (Badan Pusat Statistik, 2019). Menurut data Dinas

Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya, prevalensi penyakit hipertensi yakni 69.443 orang pada tahun 2019, 69.706 orang pada tahun 2020, 86.176 orang pada tahun 2021, dan 153.474 orang pada tahun 2022. Hal ini menunjukkan bahwasanya terdapat peningkatan prevalensi hipertensi setiap tahunnya.

Berdasarkan data P2PTM Kemenkes RI (2019), penyakit tidak menular (PTM) menyumbang sekitar 71% atas total kematian global, dengan 36 juta kematian terjadi setiap tahunnya. Sekitar 80% atas kematian ini terjadi di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah. Kini, 73% kematian disebabkan oleh penyakit tidak menular, di mana 35% di antaranya disebabkan oleh penyakit jantung dan pembuluh darah, 12% oleh kanker, 6% oleh penyakit pernapasan kronis dan 6% oleh diabetes, sementara 15% disebabkan oleh penyakit tidak menular lainnya.

Hipertensi bisa merusak lapisan endotel dan memicu terjadinya aterosklerosis. Hipertensi dianggap selaku faktor risiko utama guna penyakit serebrovaskular, seperti stroke, juga bisa menaikkan risiko penyakit arteri koroner, termasuk infark miokard, angina pektoris, gagal ginjal, demensia, ataupun fibrilasi atrium. Adanya faktor risiko kardiovaskular pada penderita juga menaikkan risiko hipertensi sehingga berkontribusi atas peningkatan mortalitas dan morbiditas pada pasien hipertensi (Anshari, 2020).

Pengobatan hipertensi terdiri atas dua cara: farmakologis dan nonfarmakologis. Cara farmakologis digunakan pada jangka panjang dengan tujuan menjaga tekanan darah tetap stabil, tapi bisa menimbulkan efek samping seperti penurunan fungsi beberapa organ, termasuk penglihatan, fungsi kognitif,

juga perubahan pada farmakokinetik ataupun farmakodinamik. Sementara itu, pengobatan nonfarmakologis, yang berfungsi selaku terapi pendukung ataupun komplementer sesuai dengan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia), melibatkan pemakaian metode alami ataupun perubahan gaya hidup, seperti rutin berolahraga, menghindari stres, mengurangi konsumsi alkohol, mengatur pola makan dengan menambah asupan sayuran segar, susu rendah lemak, protein tinggi (seperti daging unggas, ikan, dan kacang-kacangan), juga mengurangi natrium dan menaikkan konsumsi buah-buahan, termasuk jus semangka yang mempunyai efek samping minimal, harga terjangkau, dan kandungan zat yang bisa mengurangi tekanan darah (Iqbal & Handayani, 2022).

Jus semangka yakni satu dari banyak terapi pendamping yang bisa memudahkan mengurangi tekanan darah selain pemakaian obat antihipertensi. Semangka memuat 93,4% air, 0,5% protein, 5,3% karbohidrat, 0,1% lemak, 0,2% serat, juga beragam vitamin (A, B, C). Selain itu, semangka mengandung asam amino seperti citrulline dan arginin, juga asam asetat, asam malat, asam folat, likopen, karoten, bromin, kalium, fruktosa, glukosa, dan sukrosa. Kalium pada semangka mendukung fungsi jantung dan memudahkan menormalkan tekanan darah. Asam amino berperan pada memaksimalkan fungsi arteri dan mengurangi tekanan darah di aorta. Selain itu, kalium, likopen, vitamin C, dan karbohidrat bisa menaikkan fungsi jantung, citrulline menaikkan aliran darah ke seluruh tubuh, dan vitamin B6 merangsang hormon yang bisa mengurangi tekanan darah tinggi. Asam folat juga berfungsi guna mengurangi risiko penyakit jantung koroner (Shanti & Zuraida, 2016).

Nurleny (2019), menyatakan bahwasanya sebelum pemberian jus semangka, 8 responden (80,0%) merasakan hipertensi dan 2 orang (20,0%) mengalami pra hipertensi. Tekanan darah responden mengalami penurunan sesudah pemberian jus semangka, 5 orang (50,0%) pada keadaan normal dan 2 orang (20,0%) pada keadaan pra hipertensi. Sehingga disimpulkan bahwasanya jus semangka mempunyai efek guna mengurangi tekanan darah. Sejalan dengan penelitian Permata sari et al., (2017) pada pengukuran tekanan darah sesudah penelitian, rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi yakni 156,00 mmHg dan tekanan darah diastolik 82,00 mmHg. Sebaliknya, rata-rata tekanan darah pada kelompok kontrol yakni 167,33 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 93,33 mmHg tekanan darah diastolik. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwasanya pemberian jus semangka bisa memudahkan mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi. Hasil penelitian mengindikasikan adanya perbedaan tekanan darah antara kelompok intervensi yang menerima jus semangka dan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan. Terjadi penurunan tekanan darah pada kelompok intervensi, sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan.

Berdasarkan hasil penelitian Yohana Adibah & Triana Indrayani (2018), sesudah 7 hari pemberian intervensi jus semangka setiap pagi, didapatkan hasil tekanan darah responden mengalami penurunan, dengan nilai rata-rata tekanan darah sistolik akhir sejumlah 130 mmHg, tekanan darah sistolik tertinggi mencapai 140 mmHg, dan terendah 120 mmHg. Rata-rata tekanan darah

diastolik akhir yakni 82 mmHg, dengan tekanan darah diastolik tertinggi 90 mmHg dan terendah 70 mmHg.

Puskesmas Jamanis yakni satu dari banyak puskesmas di Kabupaten Tasikmalaya dengan kasus hipertensi yang meningkat setiap tahunnya. Hasil studi pendahuluan pada November 2023 menunjukkan bahwasanya prevalensi hipertensi di Puskesmas Jamanis pada tahun 2022 mencapai 1.425 orang, terdiri atas 453 pasien laki-laki dan 972 pasien perempuan. Pada tahun 2023 (Januari-November) besaran kasus hipertensi yang terjadi sejumlah 1.608 orang, bisa disimpulkan terjadi peningkatan besaran penderita hipertensi sejumlah 183 orang dengan rentang usia penderita hipertensi remaja, dewasa hingga lansia. Penderita hipertensi dengan usia terendah yakni 15 tahun dan usia tertinggi yang merasakan hipertensi yakni >59 tahun. Di Puskesmas Jamanis terdapat kegiatan PROLANIS yang berjalan setiap bulannya. PROLANIS yakni sistem layanan kesehatan terintegrasi yang melibatkan peserta, fasilitas kesehatan, dan BPJS Kesehatan. Tujuan atas sistem ini yakni guna memelihara kesehatan peserta BPJS Kesehatan yang merasakan penyakit kronis, guna mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efisien dan efektif (Kesehatan, 2014).

Besaran peserta PROLANIS hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jamanis yakni sejumlah 100 orang dengan program yang diluncurkan yakni pemberian obat atas penderita hipertensi dan senam. Berdasarkan hasil wawancara pada 5 orang penderita hipertensi peserta PROLANIS 3 orang diantaranya hanya memakai obat penurun tekanan darah dan 2 orang lainnya

meminum jus mentimun disertai dengan konsumsi obat penurun tekanan darah secara rutin. Responden mengatakan sesudah rutin mengkonsumsi obat penurun tekanan darah juga jus mentimun, tekanan darah responden menurun dan keluhan pusing menurun. Jus semangka juga bisa dilangsungkan selaku satu dari banyak cara terapi komplementer guna mengurangi tekanan darah sebab minim efek samping, harganya terjangkau, mudah ditemui, disebutkan juga pada hadits bahwasanya buah semangka merupakan buah syurga dan menyimpan banyak kandungan yang bisa mengurangi tekanan darah.

Pemberian jus semangka guna mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi hanya selaku terapi pendamping pelaksanaan senam hipertensi dan tindakan farmakologis. Penulis memilih Puskesmas Jamanis sebagai tempat penelitian sebab besaran penderita penyakit hipertensinya banyak dan juga adanya peningkatan prevalensi setiap tahunnya.

Perawat selaku tenaga kesehatan mempunyai peran selaku pemberi asuhan keperawatan, pelaksana pelayanan keperawatan dan edukator guna memudahkan klien memahami kondisi kesehatannya. Perawat memberikan asuhan keperawatan pada pasien meliputi pemenuhan kebutuhan dasar pasien. Peran edukator yakni memberikan pengetahuan perihal status kesehatan pasien dengan memberikan pengetahuan ataupun pendidikan kesehatan perihal perawatan, prosedur medis dan terapi pendamping (komplementer) yang bisa dilangsungkan oleh pasien satu dari banyaknya terapi jus semangka yang bisa diterima pasien sehingga pasien dan keluarga memperoleh pengetahuan yang

penting guna menaikkan kepatuhan pengobatan hipertensi (Erni Djibu & Nurma Afiani, 2021).

Pada literatur Islam, seperti yang disebutkan pada kitab At-Tadzkirah, Imam Al Qurtubi mengutip Ali Radhiyallahu anhu yang menyampaikan bahwasanya Rasulullah Shallallahu alaihi wassallam bersabda: "Ya Ali, seringlah makan buah semangka, sebab airnya berasal atas air surga dan rasanya yakni rasa manis surga. Setiap hamba yang memakan satu suap buah ini, Allah akan memasukkan 70 jenis obat ke pada perutnya dan mengeluarkan 70 jenis penyakit atas perutnya. Guna setiap suap, Allah mencatat 10 kebajikan, menghapus 10 keburukan, dan mengangkatnya 10 derajat." (Ahmad haidir, 2021).

عَنْ أُمِّ الْمُؤْمِنِينَ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا: أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَأْكُلُ الْبَطِيخَ بِالرُّطْبِ

“Ummul Mukminin Aisyah radhiyallahu 'anha menyatakan bahwasanya Nabi Shallallahu 'alaihi wa sallam makan semangka bersama kurma.” (HR Tirmidzi 1843 dishahihkan oleh Imam Al-Albani pada Shahih At-Tirmidzi) (Ustadz Abdul Aswad Al Bayati, 2017).

Berdasarkan hadist diatas peneliti berasumsi bahwasanya buah semangka menyimpan banyak manfaat sebagaimana yang disebutkan pada hadits bahwasanya buah semangka bisa mengeluarkan 70 penyakit pada perut selain itu pada satu suap, Allah mengangkatnya 10 derajat, menghapus darinya 10 keburukan, dan mencatat untuknya 10 kebajikan. Selain menyimpan manfaat mengkonsumsi buah semangka juga termasuk kedalam sunah Nabi SAW.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik guna melangsungkan penelitian mengenai pengaruh pemberian jus semangka atas penurunan tekanan

darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jamanis Kabupaten Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Penyakit hipertensi di pengaruhi oleh diet, usia, olahraga, faktor stress yang bisa menimbulkan permasalahan secara klinis yang paling dirasakan yakni pusing, yang bisa mengganggu kenyamanan secara fisik sehingga terganggunya aktivitas sehari-hari. Penatalaksanaan penyakit hipertensi secara nonfarmakologi berdasarkan SIKI (Standar intervensi keperawatan indonesia) bisa dilangsungkan dengan terapi komplementer yakni jus semangka yang sifatnya selaku penunjang ataupun pelengkap penatalaksanaan medis. Penatalaksanaan nonfarmakologi ini diberikan selaku pendamping pengobatan medis sehingga wajib dilangsungkan secara bersamaan agar tekanan darah bisa menurun. Terapi komplementer yang sudah dilangsungkan pada kegiatan PROLANIS di wilayah kerja Puskesmas Jamanis yakni senam hipertensi. Pemakaian terapi jus semangka guna mengurangi tekanan darah belum pernah diteliti di wilayah kerja Puskesmas Jamanis. Oleh sebab itu, rumusan masalah pada penelitian ini yakni: apakah jus semangka berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mempelajari dampak konsumsi jus semangka atas penurunan tekanan darah pada peserta Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) hipertensi di area kerja Puskesmas Jamanis.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik peserta PROLANIS hipertensi, termasuk usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan tingkat pendidikan.
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum pemberian intervensi jus semangka pada peserta Prolanis hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jamanis.
- c. Menilai tekanan darah sesudah pemberian intervensi jus semangka pada peserta Prolanis hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jamanis.
- d. Menilai efek pemberian jus semangka atas penurunan tekanan darah pada peserta Prolanis hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jamanis.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil atas penelitian ini diharapkan bisa memberikan kontribusi positif pada bidang ilmu keperawatan, khususnya terkait dengan dampak pemberian jus semangka atas penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Diharapkan bisa menambah pengetahuan khususnya pada Ilmu Keperawatan. Hasil penelitian bisa menjadi referensi bagi program studi dan terintegrasi pada materi perkuliahan khususnya departemen keperawatan medikal bedah.

b. Manfaat Bagi Puskesmas Jamanis

Hasil penelitian diharapkan bisa menjadi masukan ataupun pertimbangan dan menjadi alternatif penatalaksanaan program mengurangi angka kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jamanis.

c. Manfaat Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan bahwasanya efek jus semangka bisa dipakai selaku dasar bukti pada praktik keperawatan guna mengurangi tekanan darah.

d. Manfaat Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini bisa memperluas pemahaman peneliti mengenai efek jus semangka pada mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi.

e. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini bisa menjadi data dasar bagi peneliti selanjutnya dengan metode ataupun terapi komplementer lainnya pada masalah hipertensi.