

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah salah satu penyebab utama mortalitas dan morbiditas di Indonesia, sehingga tatalaksana penyakit ini merupakan intervensi yang sangat umum dilakukan di berbagai tingkat fasilitas kesehatan. Hampir semua consensus/pedoman utama baik dari dalam walaupun luar negeri, menyatakan bahwa seseorang akan dikatakan hipertensi bila memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolic ≥ 90 mmHg, pada pemeriksaan yang berulang. Tekanan darah sistolik merupakan pengukuran utama yang menjadi dasar penentuan diagnosis hipertensi. (PERKI, 2015 dalam Tela, 2017).

Prevalensi hipertensi menurut data statistic terbaru (WHO, 2016), menyatakan bahwa terdapat 24,7% penduduk Asia Tenggara dan 23,3% penduduk Indonesia dan di seluruh dunia berkisar satu miliar orang yang menderita hipertensi dan dua pertiga di antaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Menurut data (Kemenkes, 2015), prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada kelompok umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%. Prevalensi hipertensi pada setiap propinsi di Indonesia pada kelompok umur ≥ 18 tahun tergolong cukup tinggi. Prevalensi hipertensi di Jawa Barat masih tinggi, berdasarkan hasil pengukuran Jawa Barat pada tahun 2013 rata rata di atas 29,4%. Data tersebut mengindikasikan bahwa kasus Hipertensi di Jawa Barat

cukup tinggi, hal ini didukung dengan tingginya kasus Hipertensi di Kota Tasikmalaya.

Berdasarkan survey data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, data 10 penyakit terbesar yang diperoleh bahwa penyakit hipertensi merupakan penyakit yang memiliki angka kejadian ketiga tertinggi di Kota Tasikmalaya. Kasus hipertensi Tahun 2017 sebanyak 24.451 orang terdiri dari 7.860 laki-laki dan 16.591 perempuan. Pada Tahun 2018 sebanyak 25.310 orang terdiri dari 9.086 laki-laki dan 16.224 perempuan (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2018).

Penyakit hipertensi sangat membahayakan bagi penderita karena dapat menyebabkan stroke dan penyakit jantung, tidak hanya serangan jantung, hipertensi juga dapat menyebabkan gagal jantung. Ketika jantung memompa darah ke seluruh tubuh, tekanan darah yang tinggi membuat jantung kerja lebih keras. Jika hal ini berlangsung dalam jangka waktu yang lama akan membuat otot jantung menjadi lebih besar. Otot jantung yang membesar itu akan membuat jantung menjadi kaku dan bengkak. Pembengkakan jantung akan mengakibatkan sesak napas, bahkan gagal jantung, maka dari itu untuk mencegah terjadinya komplikasi kita dapat memberikan dengan metode farmakologis dan non farmakologis (Triyanto, 2014).

Pada prinsipnya ada dua macam terapi yang bisa dilakukan untuk mengobati penyakit hipertensi, yaitu terapi farmakologi dengan menggunakan obat, dan terapi nonfarmakologi, yaitu dengan modifikasi pola hidup sehari-hari dan kembali ke produk alami (*Back to Nature*). Mengacu pada konsep *back to nature* yaitu dengan mengacu pada bahan lokal yang

banyak terdapat di masyarakat. Salah satunya, adalah mentimun yang telah dipercaya oleh masyarakat dapat menurunkan tekanan darah (Lailatul & Bambang, 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Zauhani & Zainal pada tahun 2012, yang bertujuan untuk mengidentifikasi penurunan tekanan darah yang ditimbulkan oleh pemberian jus mentimun. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terbukti secara empiris ada efek dari pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah. (Zauhani & Zainal, 2012). Penelitian serupa juga dilakukan oleh Lailatul, Bambang & Kuntoro (2007) yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian jus buah belimbing dan mentimun terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik penderita hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan tekanan darah diastolic antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. (Lailatul, Bambang & Kuntoro, 2012). Dikalangan masyarakat umum, mentimun sudah lazim dikonsumsi untuk sekedar melengkapi hidangan maupun dengan maksud khusus untuk menurunkan tekanan darah. Kandungan pada mentimun mampu menurunkan tekanan darah (Zauhani & Zaenal, 2012).

Kandungan pada mentimun di antaranya kalium (potassium), magnesium, dan fosfor efektif mengobati hipertensi. Selain itu, mentimun juga bersifat *diuretic* karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Kalium merupakan elektrolit intraselular yang utama, dalam kenyataan 98 % kalium tubuh berada dalam

sel, 2% sisanya berada di luar sel. Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skelet maupun otot jantung (Dewi & Familia, 2010).

Peran perawat yang bisa dilakukan untuk merawat pasien dengan masalah hipertensi salah satunya dengan memberikan terapi non farmakologi. Selain itu, perawat melakukan wawancara, observasi dan pemberi dukungan. Dukungan perawat sangatlah besar bagi pasien, di mana perawat adalah pengelola pasien, sebab perawat adalah yang paling sering berinteraksi, sehingga pemahaman terhadap kondisi fisik maupun psikis menjadi lebih baik dengan sering baik. Sehingga dapat mempengaruhi rasa percaya pasien dan menerima kehadiran perawat dapat ditumbuhkan dalam diri pasien dengan baik.

Berdasarkan penelitian di atas bahwa mentimun merupakan terapi nonfarmakologi herbal yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah, maka peneliti tertarik untuk melakukan studi *literature review* tentang “Pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi”.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi termasuk suatu kondisi yang dapat dicegah atau dikendalikan. Namun dari hasil pengamatan data bahwa penderita hipertensi semakin meningkat setiap tahunnya hampir di seluruh dunia. Berbagai macam pengobatan telah banyak dikembangkan baik pengobatan farmakologi, nonfarmakologi. Salah satu terapi nonfarmakologi yaitu dengan pemberian jus mentimun. Berdasarkan permasalahan tersebut maka rumusan

masalahnya adalah pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Bagaimanakah pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi berdasarkan *literature review*?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi berdasarkan hasil *literature review* jurnal penelitian.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menambah akses wawasan dan pengalaman khususnya dalam hal penelitian. Serta sebagai sarana untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang telah diberikan dan diterima selama perkuliahan.

2. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Literature review ini dapat dipergunakan sebagai bahan referensi dalam rangka catur dharma Perguruan Tinggi khususnya dalam bidang pendidikan dan pengabdian masyarakat dalam mengaplikasikan terapi non farmakologi dalam penatalaksanaan pasien hipertensi.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Literature review ini dapat dipergunakan sebagai bahan kajian dalam meningkatkan pengembangan ilmu karena menjadi *evidence based*

dalam proses pengaplikasian perawatan komplementer khususnya tentang pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Literature review ini dapat dijadikan dasar bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian primer yaitu penelitian pemberian jus mentimun secara langsung pada pasien hipertensi dalam menurunkan tekanan darah.

