

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah penyebab utama penyakit kardiovaskuler aterosklerotik, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Arie, 2014). Tekanan darah paling tinggi terdapat pada arteri arteri besar yang meninggalkan jantung dan secara bertahap menurun sampai ke arterior (Jitowijoyo & Sugeng, 2018).

Hipertensi adalah penyakit penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Hipertensi juga merupakan gangguan sistem peredaran dalam darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah dari batas normal yaitu 140/90 mmhg (KEMENKES RI, 2010).

Badan Kesehatan Dunia atau *world health organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang didunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada tahun 2025 mendatang menjadi 1,5 miliar atau sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi (Sundari, 2013).

Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, dinyatakan prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun sebesar (34,1%), tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), Sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Berdasarkan Riset Kesehatan (RIKESDAS) Jawa Barat tahun 2013 angka kejadian hipertensi di Jawa Barat sebesar 29,4%. Di Kota Tasikmalaya sendiri menunjukkan angka sebesar 29,1% pada umur  $>18$  tahun. Perkiraan jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian.

Hipertensi disebut sebagai *the silent killer* karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui dirinya menyandang hipertensi dan baru di ketahui setelah terjadi komplikasi. Menurut Carlos,

(2016) beberapa komplikasi penyakit kardiovaskuler karena hipertensi terdiri dari stroke, infark miokardia, gagal ginjal dan ensefalopati (kerusakan otak) dan hipertensi dalam jangka panjang dapat menyebabkan komplikasi melalui aterosklerosis, dimana pembentukan plak menyebabkan penyempitan pembuluh darah. Dan ada factor pengaruh terhadap komplikasi hipertensi.

Tekanan darah tinggi ( hipertensi ) dipengaruhi oleh faktor faktor yaitu usia, tingkat pendidikan, genetik, etnis, obesitas, penggunaan alkohol, merokok, *stress*, medikasi, jenis kelamin, pola asuhan garam berlebihan mempunyai risiko tinggi menderita hipertensi awal (Nuratif& Kusuma, 2015 ). Hasil penelitian Hidayat (2013) bahwa laki-laki juga mempunyai risiko yang lebih besar terhadap morbilitas dan mortilitas beberapa penyakit kardiovaskuler, sedangkan di atas umur 50 tahun hipertensi lebih banyak terjadi pada perempuan, kelebihan berat badan, mereka yang memiliki kelebihan berat badan lebih cenderung memiliki tekanan darah tinggi dibanding mereka yang memiliki badan kurus. Pada orang yang gemuk, jantung akan bekerja lebih keras dalam memompa darah.

Hipertensi dapat di cegah dengan mengendalikan perilaku merokok, diet yang tidak sehat seperti kurang konsumsi sayuran dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebihan, obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan stress. Juga membutuhkan penanganan yang tepat baik secara farmakologi maupun non farmakologi ( Williams & Wilkins, 2007 ).

Penatalaksanaan hipertensi menurut Syaifuddin, ( 2013) yaitu meliputi terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi dapat diberikan anti hipertensi tunggal maupun kombinasi sedangkan non farmakologi untuk menangani hipertensi diantaranya Terapi herbal, beberapa jenis buah dan sayuran berkhasiat pemberian buah yang mengandung kalium, dan kalsium dan magnesium seperti pepaya, semangka, melon, belimbing dan mentimun juga dapat menurunkan tekanan darah yang signifikan ( Sulistyono, 2009). Allah Swt memberikan

petunjuk (*Huda*) kepada manusia melalui firman-firmannya yang terdapat dalam al-Qur'an tentang berbagai tumbuhan dan sayuran yang dapat memberikan manfa'at bagi kehidupan manusia, salah satunya adalah mentimun yang secara khusus Allah menyebutkannya di dalam al-Qur'an, Allah berfirman di dalam surat al-Baqarah ayat 61:

فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِيهَا وَبَصِلِهَا. (سورة البقرة: 61)

*"Sebab itu mohonkanlah untuk kami kepada Tuhanmu, agar Dia mengeluarkan bagi kami dari apa yang ditumbuhkan bumi, yaitu sayur-mayurnya, ketimunnya, bawang putihnya, kacang adasnya, dan bawang merahnya". (QS. Al-Baqarah: 61).*

Ayat di atas dapat dipahami bahwa, ketika Allah Swt. menyebutkan suatu perkara secara khusus di dalam al-Qur'an, itu menunjukkan pentingnya perkara yang dimaksud. Perkara yang penting itu adalah mentimun dan sayur-sayuran yang lainnya yang ternyata memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh.

Nabi Muhammad Saw. adalah teladan bagi ummatnya dalam menjaga kondisi jantungnya tetap sehat. Dalam sebuah hadits disebutkan bahwa Rasulullah Saw. sering memakan timun dengan kombinasi kurma segar untuk menjaga kesehatan.

حَدَّثَنَا حَفْصُ بْنُ عُمَرَ النَّمَرِيُّ حَدَّثَنَا إِبْرَاهِيمُ بْنُ سَعْدٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ جَعْفَرٍ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَأْكُلُ الْقِثَاءَ بِالرُّطْبِ. (رواه أبو داود: 3338)

*"Telah menceritakan kepada kami Hafsh bin Umar An Namari telah menceritakan kepada kami Ibrahim bin Sa'd dari ayahnya dari Abdullah bin Ja'far bahwa Nabi Saw. pernah makan mentimun dengan ruthab (kurma segar)." (HR. Abu Daud: 3338).* Buah mentimun juga sudah dikenal sejak lama oleh masyarakat mudah didapat serta harganya yang relatif sangat terjangkau, bisa dikonsumsi secara mentah atau diolah sebagai jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah.

Mentimun, timun, atau ketimun ( *Cucumis Sativus* L.; suku labu - labuan atau Cucurbitaceae ) merupakan tumbuhan yang menghasilkan

buah yang dapat dimakan manfaat mentimun itu bisa membantu menurunkan berat badan, membantu menurunkan kolesterol hingga dalam buah mentimun terkandung nutrisi seperti magnesium dan serat yang bagus untuk menurunkan tekanan darah tinggi. ( Stevi & Agustyas, 2016).

Hasil Penelitian Fitra Pringgayuda dkk ( 2018 ) terdapat pengaruh jus mentimun yang di berikan 2x sehari pagi dan sore hari dengan komposisi buah mentimun murni sebanyak 250 ml. Hasil rata rata tekanan sistolik sebelum ( *pre-test* ) diberikan tindakan yaitu 168,8 mmHg dengan nilai terendah 140 mmHg dan yang tertinggi 190 mmHg. Sedangkan rata rata tekanan sistolik sesudah ( *post test* ) diberikan tindakan yaitu 137,27 mmHg dengan nilai terendah 120 mmHg dan tertinggi 160 mmHg.

Penelitian serupa dilakukan oleh Dendy dkk ( 2010 ) yang di berikan kepada 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control. Hasil dari pengukuran yang diperoleh nilai rata raya tekanan arteri ( MAP ) pada kelompok eksperimen sebelum mengkonsumsi jus mentimun sebesar 117,9 mmHg dan pada kelompok kontrol 113,6 mmHg. Setelah diberikan perlakuan dengan mengkonsumsi jus mentimun selama 1 minggu sebanyak 1 gelas (  $\pm 200$  cc ) , pada kelompok eksperimen terjadi penurunan rata rata tekanan arteri sebesar 104,2 mmHg, sedangkan kelompok kontrol yang tidak di berikan perlakuan mengalami peningkatan sebesar 117,4 mmHg.

Jus mentimun adalah salah satu ikhtiar klien hipertensi dalam pengobatan yang dilakukan, karena Allah SWT telah menganjurkan umat nya untuk selalu bertawakal, termasuk dalam hal kesembuhan atas suatu penyakit, di riwayatkan dalam hadist, dan Rasulullah SAW bersabda “ *setiap penyakit ada obatnya. Apabila ditemukan obat yang tepat untuk suatu penyakit, akan sembuhlah penyakit itu dengan izin Allah ‘ azza wajalla* “( HR. Muslim ).

Dalam hal ini tenaga kesehatan khususnya perawat juga mempunyai peranan penting sebagai pemberi asuhan keperawatan yang meliputi

tindakan mendampingi serta membantu pasien dalam meningkatkan dan memperbaiki mutu kesehatan diri melalui proses keperawatan. Pemberian asuhan keperawatan ini mencakup aspek biopsikososial hingga spiritual pasien ( Berman, 2016). Peranan penting untuk membantu pasien dalam mengidentifikasi penyebab terjadinya kenaikan tekanan darah sehingga dapat mewujudkan intervensi yang sesuai dalam mengatasi dalam penurunan tekanan darah.

Berdasarkan uraian diatas, diharapkan penderita hipertensi dapat mengaplikasikannya dengan mengkonsumsi jus mentimun. Jus mentimun ini berkhasiat untuk menurunkan tekanan darah pada hipertensi, maka penulis tertarik untuk melakukan studi *Literature Review* tentang Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Terapi Non Farmakologi Jus Mentimun ( *Cucumis Sativus L*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.

## **B. Rumusan Masalah**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit mematikan di dunia. Hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong berat seperti stroke, infark miokardia, gagal ginjal dan ensefalopati ( kerusakan otak). Prevalensi penderita hipertensi dari tahun ketahun semakin meningkat. Upaya untuk menurunkan hipertensi yaitu meliputi terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi adalah terapi herbal yang banyak digunakan oleh masyarakat dalam menangani penyakit hipertensi dikarenakan memiliki efek samping yang sedikit seperti terapi pemberian jus mentimun. Demikian rumusan masalah yang dapat diambil adalah “ Bagaimana Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Terapi Non Farmakologi Jus Mentimun ( *Cucumis Sativus L*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Berdasarkan *Literature review* ?”

## **C. Tujuan Masalah**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Bagaimana Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Terapi Non Farmakologi Jus Mentimun (

*Cucumis Sativus L*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Berdasarkan *Literature review* ?”.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Sebagai penerapan catur darma perguruan tinggi khusus nya untuk program studi diploma III untuk meningkatkan kompetensi mahasiswa dalam keperawatan medikal bedah tentang terapi non farmakologi pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah. Dan penelitian ini bagi masyarakat luar kiranya dapat digunakan menjadi salah satu bahan masukan mengenai pengobatan nonfarmakologi untuk menurunkan hipertensi dengan menggunakan jus mentimun.

2. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah manfaat dasar bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan yaitu meningkatkan riset keperawatan agar dapat dihasilkannya *evidence based practice* dalam pemberian asuhan keperawatan khususnya pada pasien hipertensi, dengan mengintegritaskan nilai Al- Islam Kemuhammadiyah.

3. Bagi Penulis

Sebagai pengalaman, latihan, penambah wawasan dan pengetahuan bagi penulis dalam menyusun *literature review* serta mengetahui Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Terapi Non Farmakologi Jus Mentimun ( *Cucumis Sativus L*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.