

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyebab paling penting dari kematian dini karena erat kaitannya dengan resiko penyakit kardiovaskuler. Banyak orang yang menganggap ringan penyakit hipertensi karena tidak adanya tanda dan gejala atau penyakit yang membunuh secara diam-diam atau terselubung (Komaling, 2013). Hipertensi sering disebut sebagai “*Silent Killer*” karena sering kali penderita hipertensi bertahun-tahun tanpa merasakan gangguan atau gejala. Tanpa disadari penderita mengalami komplikasi pada organ-organ vital seperti jantung, otak, dan ginjal. Gejala-gejala akibat hipertensi, seperti pusing, gangguan penglihatan dan sakit kepala, sering kali terjadi pada saat tekanan darah sudah mencapai angka tertentu (Triyanto, 2014).

Menurut JNC VII 2003 didapatkan prevalensi nasional sebesar 5,3% (laki-laki 6,0% dan perempuan 4,7%) dan di daerah Jawa Timur sebesar 26,2%. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2000 menunjukkan di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara sedang berkembang, termasuk Indonesia (Andria, 2013). Jumlah penderita hipertensi di India pada tahun 2000 sekitar 60,4 juta pada laki-laki dan 57,8 juta pada wanita, penderita ini diperkirakan akan meningkat menjadi 107.3 juta penderita pada tahun 2025 (Chaturvedi, Saurabh, & Rajeev, 2009).

Sedangkan menurut Bustan dan Nur (1988) prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 1997 berkisar antara 0,65% sampai 2,6% sedangkan di Jawa Timur 25% penduduknya penderita hipertensi.

Hipertensi dapat terjadi pada laki-laki maupun perempuan pada segala umur. Hampir 90% kasus hipertensi tidak diketahui penyebabnya, bahkan pada tahap awal sebagian besar kasus tidak memberikan gejala (Susilo, 2011). Penyebab hipertensi sangat beragam. Pada hipertensi primer penyebabnya antara lain adalah faktor keturunan, ciri perseorangan (umur, jenis kelamin), gaya hidup (konsumsi garam yang tinggi, kegemukan atau makan berlebih, stress, merokok, minum alkohol, minum obat-obatan). Penyebab dari hipertensi sekunder antara lain: stenosis arteri, gagal ginjal, kelebihan noradrenalin. Pengobatan awal pada hipertensi sangatlah penting karena dapat mencegah timbulnya komplikasi pada beberapa organ tubuh seperti jantung, ginjal dan otak. Untuk pengobatan hipertensi tidak hanya menggunakan obat-obatan, karena obat-obatan menimbulkan efek samping yang sangat berat, selain itu menimbulkan ketergantungan dan apabila penggunaan obat dihentikan dapat menyebabkan peningkatan resiko terkena serangan jantung dan stroke (Gunawan, 2007; Dalimarta, 2008; Kenia, 2013 )

Terapi pengobatan pada pasien hipertensi dapat dilakukan sebagai berikut terapi farmakologi dan terapi nonfarmakologi. Terapi farmakologi yaitu pemberian obat hipertensi, pengobatan hipertensi merupakan pengobatan jangka panjang bahkan seumur hidup yang bisa menimbulkan efek samping. Terapi nonfarmakologi bertujuan bukan sebagai pengganti pengobatan

farmakologi melainkan sebagai upaya pelengkap yang bisa mempercepat proses penyembuhan (Sustrani, 2004).

Terapi nonfarmakologi yang dapat digunakan yaitu meningkatkan konsumsi buah dan sayur. Ada beberapa buah dan sayur yang terbukti mampu menurunkan tekanan darah seperti buah mentimun. Buah mentimun mampu menurunkan tekanan darah karena mempunyai kandungan Kalium (potassium), Magnesium, dan Fosfor yang terbukti dapat menurunkan hipertensi, selain itu buah mentimun juga bersifat diuretic karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah (Dewi & Famalia, 2010).

Penduduk di pulau Madura khususnya di desa talang kecamatan saronggi mayoritas penduduknya mempunyai tanaman mentimun, namun banyak yang tidak mengetahui bahwa buah mentimun mempunyai banyak manfaat, salah satunya dapat mengontrol tekanan darah tinggi. Dampak dari kurangnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat buah mentimun sebagai penurun tekanan darah tinggi menyebabkan masyarakat menggunakan obat-obatan hipertensi yang mempunyai efek samping. Dan untuk menghindari efek samping tersebut adalah menghentikan terapi pengobatan farmakologis, Hal inilah yang membuat pasien merasa tidak patuh terhadap terapi obat-obatan dan memilih terapi yang lain (Lewis, Hetkemper, & Dirksen, 2004).

Mentimun diharapkan dapat menjadi sebuah terobosan baru dalam mengatasi permasalahan hipertensi. Disamping mengandung zat-zat yang bermanfaat bagi kesehatan, mentimun juga terbilang jauh lebih murah dan ekonomis jika dibandingkan dengan biaya pengobatan farmakologis dan mudah diperoleh di tengah-tengah masyarakat. Berdasarkan penjelasan yang

telah dikemukakan, maka peneliti sangat tertarik untuk meneliti ” pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi “

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh jus mentimun (*Cucumis Sativus L*) terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum diberikan jus mentimun
2. Mengidentifikasi tekanan darah sesudah diberikan jus mentimun
3. Menganalisis pengaruh jus mentimun sebelum dan sesudah pemberian

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Teoritis**

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan terapi Komplementer dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan meminum jus mentimun.

### **1.4.2 Praktis**

#### **1. Bagi Pelayanan Puskesmas**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan dan bahan pertimbangan perawat dalam pencegahan atau pendidikan

kesehatan pada pasien hipertensi dalam mengatur gaya hidup, jus mentimun sebagai alternatif sebagai penurun tekanan darah pada pasien hipertensi.

## **2. Bagi Peneliti**

Sebagai bentuk asuhan keperawatan, khususnya dalam pencegahan, perawatan dan pendidikan kesehatan pada penderita hipertensi.

## **3. Bagi Responden**

jus mentimun dapat dijadikan terapi alternatif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.