

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Seiring pertambahan usia akan terjadi penurunan elastisitas dari dinding aorta. Pada lansia umumnya juga akan terjadi penurunan ukuran dari organ-organ tubuh tetapi tidak pada jantung. Jantung pada lansia umumnya akan membesar. Hal ini nantinya akan berhubungan kelainan pada sistem kardiovaskuler yang akan menyebabkan gangguan pada tekanan darah seperti hipertensi (Fatmah, 2010). Tekanan darah pada orang lanjut usia sedikit lebih tinggi dibandingkan usia muda, karena perbedaan usia tersebut maka seseorang dikatakan mengidap hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi 140/90 mmHg. Bila hipertensi tidak segera diobati akan mengakibatkan berbagai komplikasi, dapat terjadi pada otak yang meliputi stroke dan demensia, pada mata yaitu kebutaan, pada pembuluh darah yaitu arteriosklerosis, aterosklerosis, aneurisma, hipertrofi pada bilik jantung, gagal jantung dan gagal ginjal (Marliani, 2007)

Di dunia, hipertensi diperkirakan menyebabkan 7,5 juta kematian atau sekitar 12,8% dari total kematian. Hal ini menyumbang 57 juta dari *disability adjusted life years* (DALY). Sekitar 25% orang dewasa di United State menderita penyakit hipertensi pada tahun 2011-2012. Tidak ada perbedaan prevalensi antara laki-laki dan wanita tetapi prevalensi terus meningkat berdasarkan usia: 5% usia 20-39 tahun, 26% usia 40-59 tahun, dan 59,6% untuk usia 60 tahun ke atas (Aoki dkk, 2014). Di Indonesia, data nasional dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes) tahun 2010 menunjukkan hipertensi pada lansia

sebagai penyebab kematian tertinggi (31,7%) dan diperkirakan insiden ini akan semakin meningkat.

WHO (2014) mengemukakan bahwa secara global, hipertensi di perkirakan menyebabkan 7,5 juta kematian, sekitar 12,8% dari seluruh kematian. Menurut Hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga tahun 2010 bahwa penyakit kardiovaskuler yang disebabkan oleh hipertensi merupakan penyakit nomor satu penyebab kematian di Indonesia. Hasil Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2010, menunjukkan bahwa proporsi kelompok usia 45-54 tahun dan lebih tua selalu lebih tinggi pada kelompok hipertensi. Menurut STP (Surveilans Terpadu Penyakit) Puskesmas di Jawa Timur total penderita hipertensi di Jawa Timur tahun 2011 sebanyak 285.724 pasien. Jumlah tersebut dihitung mulai bulan Januari hingga September 2011. Dengan jumlah penderita tertinggi pada bulan Mei 2011 sebanyak 46.626 pasien (Dinkes Jatim, 2011).

Hipertensi telah menjangkit 30,4% populasi didunia dengan perbandingan 29,6% pada pria dan 28% pada wanita, sedangkan tahun 2012 mencapai 45%. Prevalensi hipertensi didunia menurut WHO 2013 kasus hipertensi terus meningkat di berbagai negara, saat ini di perkirakan mencapai 15-25% dari populasi usia lanjut. Berdasarkan data pola 10 besar penyakit terbanyak di Indonesia tahun 2010, jumlah kasus hipertensi sebanyak 8.423 pada laki-laki dan 11.45 pada perempuan dengan 30% kelompok usia > 60 tahun. Penyakit ini termasuk dalam kategori penyakit dengan angka kematian tertinggi setelah pneumonia yaitu 4.81% (Kemenkes RI, 2011).

Penelitian epidemiologi oleh Darmojo (2000) membuktikan bahwa hipertensi berhubungan secara linear dengan morbiditas dan mortalitas penyakit kardiovaskular. Seiring bertambahnya usia kadar kolesterol pada lansia semakin meningkat, sehingga memicu terjadinya hipertensi. Penyakit hipertensi semakin berkembang karena faktor usia, selain itu dapat terjadi karena adanya pola makan atau gaya hidup yang tidak terkontrol seperti mengonsumsi makanan siap saji yang mengandung lemak, protein dan kadar garam yang tinggi. Gaya hidup yang berhubungan dengan hipertensi antara lain aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan stres. Kurangnya aktivitas fisik cenderung mengalami obesitas sehingga dapat menaikkan tekanan darah.

Dengan adanya peningkatan tekanan darah tersebut, dapat dilakukan penatalaksanaan medis berupa pemberian obat-obatan seperti golongan diuretik, betabloker dan vasodilator. Adapun penatalaksanaan non medis yang bisa dilakukan dengan pemberian puding pepaya. Puding pepaya merupakan suatu hidangan penutup yang dibuat menggunakan campuran agar-agar, susu serta buah pepaya. Menurut para ilmuwan Jepang, kandungan agar-agar rumput laut dalam puding bisa menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Untuk pengidap stroke, juga berguna untuk menyerap kelebihan garam pada tubuh.

Berdasarkan penelitian Asmi Farwati (2012), buah pepaya memiliki beberapa kandungan seperti mineral. Buah pepaya matang memiliki kandungan kalium sebesar 257 mg/100 g dan sangat sedikit natrium sebesar 3 mg/100 g. Kalium berfungsi mempertahankan keseimbangan cairan intrasel, selain itu pepaya juga mengandung antioksidan yang tinggi yaitu Vitamin C.

Pepaya merupakan sumber vitamin C yang baik, sehingga mampu mencegah kerusakan sel yang disebabkan oleh radikal bebas dan sebagai donor elektron. Kerjasama vitamin E, vitamin C dan betakaroten akan mempermudah melumpuhkan radikal bebas. Dan buah Pepaya mengandung papain, asam amino *arginine*, mineral (kalium dan magnesium), dan flavonoid yang dapat menurunkan tekanan darah.

Dari latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui sejauh mana pengaruh puding pepaya terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adakah pengaruh pemberian puding pepaya terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan Umum dalam penelitian ini adalah Untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian puding pepaya terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia sebelum diberikan puding pepaya
2. Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia sesudah diberikan puding pepaya

3. Menganalisis pengaruh pemberian puding terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat memperluas pengetahuan dalam bidang ilmu keperawatan gerontik, dan menambah wawasan sebagai acuan pada mahasiswa ilmu keperawatan di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

###### **1. Bagi Responden**

Memberikan Informasi tentang pemanfaatan buah pepaya untuk hipertensi, sehingga dapat meningkatkan kesadaran untuk mencegah penyakit hipertensi.

###### **2. Bagi Profesi Kesehatan**

Memberikan wawasan keilmuan yang lebih luas mengenai puding pepaya untuk hipertensi pada lansia

###### **3. Bagi Institusi Terkait**

Dalam penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk tenaga kesehatan dibidang kesehatan, khususnya dalam penderita hipertensi pada lansia.