

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian diseluruh dunia yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah systolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg. Biasanya masyarakat menganggap penyakit hipertensi adalah penyakit yang biasa dan tidak segera ditangani dengan cepat, apalagi penyakit tersebut tidak menimbulkan tanda dan gejala sehingga disebut dengan *silent killer* (Bangun, 2018). Beberapa faktor penyebab hipertensi menurut Musakkar & Djafar (2021) adalah keturunan, usia, konsumsi garam, kolesterol, obesitas/kegemukan, stres, rokok, kafein, dan kurang olah raga. Menurut Fandinata dan Ernawati (2020) dampak yang terjadi jika hipertensi tidak diatasi dapat menimbulkan komplikasi yang berbahaya seperti payah jantung, stroke, kerusakan ginjal, dan kerusakan penglihatan.

Berdasarkan data WHO tahun 2019 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Prevalensi penderita hipertensi sebagian besar terjadi di negara dengan pendapatan rendah salah satunya di Indonesia mencapai 34,1% (Kemenkes RI, 2021).

Hasil Riskesdas Provinsi Banten tahun 2020 menjelaskan bahwa total penderita hipertensi adalah 1.857.866 jiwa dengan persentase pengidap hipertensi

lebih banyak adalah pada perempuan, sedangkan penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan baru 50% dari total estimasi penderita hipertensi se Provinsi Banten. Kabupaten Pandeglang merupakan kabupaten dengan presentasi hipertensi sebanyak 16,5% (Dinkes Provinsi Banten, 2021).

Berdasarkan data di Puskesmas Cimanggu yang merupakan salah satu wilayah Kabupaten Pandeglang Banten menyebutkan tahun 2019 dari 2.508 jumlah kunjungan, yang menderita hipertensi sebanyak 409 orang (16,3%), tahun 2020 dari 2.832 jumlah kunjungan, yang menderita hipertensi sebanyak 454 orang (16,03%) dan pada tahun 2021 dari 2.832 jumlah kunjungan, yang menderita hipertensi sebanyak 488 orang (17,23%). Hal ini dapat dilihat bahwa pada tahun 2021 mengalami peningkatan yang cukup signifikan sebanyak 1,2%, bahkan jika dilihat dari 20 jenis penyakit terbesar, hipertensi berada pada urutan ke 9.

Langkah yang dilakukan guna mencegah hipertensi meliputi upaya nonfarmakologi dan farmakologi. Di dunia internasional, penggunaan obat tradisional sudah sangat berkembang, cenderung meningkat, dan diperhitungkan sebagai komponen penting dalam pelayanan kesehatan dasar sejak dikeluarkannya Deklarasi Alma-Ata tahun 1978 dan dibentuknya program pengobatan tradisional oleh WHO (*World Health Organization*). Keseriusan pemerintah mendukung pemanfaatan obat tradisional terlihat dari berbagai peraturan yang ada, terutama sejak dikeluarkannya Peraturan Menteri Kesehatan tentang Saintifikasi Jamu pada tahun 2010 (Ahmad dan Nurdin, 2019). Penggunaan obat tradisional sebagai bagian dari pengobatan hipertensi semakin meningkat dalam dekade terakhir. Hal ini disebabkan adanya beberapa faktor, terutama harga obat tradisional yang

dianggap lebih murah dengan efek samping yang dianggap lebih sedikit (Fauziah *et al*, 2019). Berdasarkan hal tersebut diatas, maka penelitian ini bermaksud untuk mengetahui pola penggunaan obat bahan alam sebagai terapi komplementer pada pasien hipertensi di puskesmas.

Cunningham (2017) menjelaskan bahwa upaya nonfarmakologi salah satunya dengan makan lebih banyak buah dan sayur. Sustrani (2019) menambahkan bahwa memperbanyak serat dan memperbanyak asupan kalium dapat menurunkan tekanan darah dimana kalium bekerja mengusir natrium dari senyawanya sehingga lebih mudah dikeluarkan. Kalium berpengaruh terhadap sekresi aldosteron sehingga diuresis meningkat yang menyebabkan berkurangnya volume darah, sehingga tekanan darah menurun. Selain itu kalium juga bersifat diuretik dengan cara menurunkan reabsorpsi garam dan air oleh tubulus melalui mekanisme pemblokatan transport aktif natrium melalui dinding tubulus sehingga cairan yang dikeluarkan oleh tubuh meningkat dan volume di intravaskuler menurun (Andriani, 2022).

Sumber kalium mudah didapatkan dari asupan makanan sehari-hari salah satunya labu siam dan mentimun. Menurut Elisabeth (2017) labu siam mengandung kalium yang cukup tinggi sehingga dapat mengobati tekanan darah tinggi. Menurut Kemenkes RI (2019) kandungan kalium yang ada dalam labu siam mencapai 167,1 miligram. Hasil penelitian Indrayani & Komala (2020) dengan pemberian labu siam dengan cara dikukus dikonsumsi setiap hari selama seminggu dengan dosis sebanyak 250gram menunjukkan ada pengaruh pemberian labu siam terhadap tekanan darah Wanita Usia Subur dengan hipertensi. Penelitian yang sama dilakukan Utami *et al* (2018) dengan cara pemberian jus labu siam

sebanyak 100 gram sehari sekali selama 7 hari menunjukkan bahwa rerata tekanan darah pada kelompok yang diberikan jus labu siam terdapat perbedaan signifikan dimana nilai sistolik kelompok intervensi mengalami penurunan tekanan darah sebesar 20 mmHg.

Pemberian mentimun juga dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Menurut Kemenkes RI (2019) kandungan kalium yang ada dalam mentimun mencapai 57,1 miligram. Kalium yang terkandung pada mentimun bersifat vasoaktif. Kalium dapat menimbulkan vasodilatasi sebagai hasil dari hiperpolarisasi sel otot polos vaskular yang terjadi akibat stimulasi kalium pada pompa natrium (Na^+) / kalium (K^+) dan juga mengaktifkan Kir channels. Ion kalium juga dilepaskan oleh sel endotel sebagai respon terhadap mediator neurohumoral dan stress fisik, hasilnya akan terjadi relaksasi endotel. Kalium yang terkandung pada mentimun juga menghindari terjadinya retensi natrium sehingga memberikan efek penurunan tekanan darah (Dongfeng, 2018).

Hasil penelitian Ahmad & Nurdin (2019) dengan pemberian 200 gram mentimun dibuat dalam bentuk jus menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan perlakuan jus mentimun 146,1mmHg, setelah diberikan perlakuan rata-rata tekanan darah sistolik responden adalah 127,6 mmHg. Hasil penelitian lainnya dilakukan oleh Cholifah, *et al.* (2020) dengan pemberian mentimun 2 kali 100gram sehari selama 7 hari didapatkan hasil rata – rata pengukuran sistolik pada pengukuran sebelum mendapatkan intervensi adalah 147,67 mmHg, sesudah diberikan jus mentimun adalah 126,33 mmHg. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 21,34, hasil uji statistik ada pengaruh antara tekanan darah sebelum pemberian jus mentimun dan

sesudah pemberian jus mentimun. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pemberian jus mentimun 2 kali sehari selama seminggu efektif dapat menurunkan tekanan darah di Puskesmas Sukatani.

Selama ini buah mentimun dan labu siam di Desa Cimanggu banyak beredar di pasaran dengan harga yang murah, bahkan sebagian besar petani sudah terbiasa menanam buah tersebut. Buah mentimun dan labu siam selain bisa digunakan sebagai sayur, juga bisa digunakan sebagai lalaban. Proses panen dilakukan setelah 21-24 hari terhitung dari proses bakal tumbuh dengan harga mentimun jika dari petani 2000-3000 per kilogram sementara di pasar 5000-6000 per kg, sementara labu siam antara 4000-5000 per kilonya sementara di pasar berharga 7000-8000 per kilonya. Adapun buah tersebut yang peneliti gunakan adalah buah yang muda agar proses pemakaiannya lebih bagus dan mengurangi efek bengkak.

Berdasarkan pernyataan tersebut, maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Labu Siam dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data di Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten selama tahun 2022 periode Januari-Mei ditemukan 121 pasien penderita hipertensi. Terapi yang diberikan atas instruksi dokter, disamping itu menganjurkan pasien untuk mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung protein, sayur yang berwarna hijau dengan menu gizi seimbang, sementara itu

tidak terlalu ditegaskan bahwa mengkonsumsi labu siam maupun mentimun dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Melihat penelitian sebelumnya jumlah pemberian antara 100gram hingga 250gram dengan lama waktu pemberian selama satu minggu (7 hari). Peneliti akan mencoba mengolah labu siam maupun mentimun dengan cara dijus sebanyak 250gram yang diberikan pada pagi hari dengan meminta kader untuk membagikannya pada masing-masing responden. Hal ini peneliti lakukan karena dengan cara di jus tidak mengubah pengurangan zat atau bahan, hanya terjadi proses perubahan bentuk dari padat menjadi cair.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah pengaruh pemberian labu siam dan mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian labu siam dan mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui nilai rata-rata tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan sesudah pemberian labu siam di wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten.

- 2) Mengetahui nilai rata-rata tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan sesudah pemberian mentimun di wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten.
- 3) Mengetahui pengaruh pemberian labu siam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten.
- 4) Mengetahui pengaruh pemberian mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten
- 5) Mengetahui perbedaan pengaruh pemberian labu siam dan mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Pasien Hipertensi dan Keluarga

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan kesehatan bagi penderita hipertensi dan keluarga bahwa selain dengan menggunakan obat-obatan, bisa juga dengan mengkonsumsi labu siam atau mentimun yang banyak dipasarkan.

1.4.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat memberi pengetahuan baru bagi para tenaga kesehatan dalam memanfaatkan buah-buahan yang ada di sekitar tempat tinggal atau mudah didapatkan dengan harga terjangkau untuk membantu pasien hipertensi menurunkan tekanan darah.

1.4.3 Bagi Puskesmas dan Posbindu

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan inovasi baru dalam memberikan pelayanan khususnya pada penderita hipertensi selain dengan pengobatan farmakologi dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang pentingnya mengkonsumsi sayuran khususnya labu siam dan mentimun agar dapat menurunkan tekanan darah.

