

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau biasa disebut dengan penyakit darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada di atas batas normal atau optimal yaitu 120 mmHg untuk sistolik dan 80 mmHg untuk diastolik (Agrina, et al, 2011). Hipertensi sering disebut *silent killer* karena seseorang dapat mengidap hipertensi dalam jangka waktu yang lama tanpa disadari sampai terjadi kerusakan jantung yang cukup berat dan berisiko kematian (Kowalksi, 2010).

Prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu Bangka Belitung (30,9%), diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%). Total pengukuran hipertensi keseluruhan di Indonesia pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8 persen dan mengalami penurunan jika dibanding hasil riskesdas tahun 2007 yaitu sebesar 31,7 persen (Riset Kesehatan Dasar Nasional tahun 2013).

Laporan tahunan dinas kesehatan Provinsi Jawa Tengah menyatakan penyakit hipertensi masih menempati proporsi terbesar dengan angka prevalensi 57,87 persen. Sedangkan urutan kedua terbanyak adalah Diabetes Mellitus sebesar 18,33 persen. Dua penyakit tersebut menjadi prioritas utama pengendalian PTM di Jawa Tengah. Dari hasil

pengukuran tekanan darah pada usia >15 tahun menurut kabupaten atau kota di Jawa Tengah yaitu dengan angka prevalensi tertinggi adalah Kabupaten Wonosobo 42,82 persen dan angka prevalensi terendah adalah Kabupaten Pati 4,50 persen. Sedangkan pada Kota Semarang menduduki tingkat ke empat terendah yaitu 7,38 persen (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2015).

Pada tahun 2015 di Kota Semarang, hipertensi essensial sebanyak 29.335 kasus dan hipertensi lain sebanyak 1.247 kasus. Berdasarkan kelompok umur, hipertensi essensial dan hipertensi lain tertinggi terjadi pada umur 45-65 tahun sebanyak 14.454 kasus dan 636 kasus (Profil Kesehatan Kota Semarang, 2015).

Menurut laporan data di puskesmas Kedungmudu tahun 2017 terdapat kasus hipertensi esensial pada lansia dengan jumlah 317 kasus pada jenis kelamin laki-laki dan 612 kasus pada jenis kelamin perempuan. Laporan data di bulan januari-maret tahun 2018 terdapat 94 kasus pada jenis kelamin laki-laki dan 126 kasus pada jenis kelamin perempuan.

Jumlah keseluruhan penduduk di Kelurahan Tandang yaitu 24.423 jiwa dengan jenis kelamin laki-laki 12.146 jiwa dan jenis kelamin perempuan 12.277 jiwa. Menurut data yang didapat pada daerah Kelurahan Tandang di RW XIII, terdapat 53 orang lansia. Jumlah lansia laki-laki yaitu 17 orang dan jumlah lansia perempuan yaitu 36 orang. Dengan adanya posyandu lansia di RW tersebut didapatkan laporan

pemeriksaan tekanan darah dan terjadi peningkatan yaitu sekitar 30 orang lansia, diantaranya 7 orang lansia laki-laki dan 23 orang lansia perempuan.

Pengobatan hipertensi terdiri dari terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis menggunakan obat antihipertensi sedangkan terapi nonfarmakologis dengan cara memodifikasi gaya hidup menjadi lebih sehat. Dengan cara berolahraga secara teratur, menurunkan konsumsi alkohol, mengonsumsi makanan yang rendah garam dan rendah lemak, serta meningkatkan asupan buah dan sayur. Salah satu buah yang dianjurkan untuk menurunkan tekanan darah adalah buah pisang. Dengan mengonsumsi buah pisang tekanan darah akan stabil karena kandungan kalium yang tinggi dapat menormalkan irama jantung dan membantu peredaran oksigen ke otak (Evira, Desty, 2013). Buah pisang cocok digunakan untuk penderita hipertensi akibat pengerasan pembuluh darah serta kelebihan berat badan dan kolesterol. Kalium pada pisang berfungsi menjaga keseimbangan air dalam tubuh, kesehatan jantung, dan menurunkan tekanan darah tinggi (Julianti, 2005).

Di Indonesia, pisang merupakan buah yang mudah ditemukan. Buah pisang ternyata memiliki banyak manfaat bagi kesehatan para konsumen. Namun tidak semua konsumen menyadari khasiat buah pisang itu, dimana salah satunya dapat menurunkan tekanan darah tinggi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Pujiani, Nurapriyanti, Widyawati, Ulfiana di tahun 2017 terhadap hipertensi pada ibu hamil dengan judul *Effect of Ambon Banana Consumption to Decrease Blood*

Pressure In Pregnant Woman with Preeclamps menyatakan ada penurunan tekanan darah tinggi pada 10 responden ibu hamil hipertensi dengan diberikan konsumsi pisang ambon sebanyak 400gr sehari dengan jumlah dosis 200gr pada pagi dan sore hari. Sebelum dilakukan intervensi rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik adalah 145 mmHg dan 90 mmHg. Setelah dilakukan intervensi rata-rata tekanan darah menurun menjadi 126,171 mmHg untuk sistolik dan 83,4286 mmHg untuk diastolik.

Berdasarkan penelitian dari Rini di tahun 2016 pada 10 responden lansia hipertensi dengan dilakukan pemberian jus pisang ambon yaitu sebelum dilakukan intervensi rata-rata tekanan darah sistolik dan diastoliknya 160 mmHg dan 102 mmHg. Setelah diberikan intervensi pemberian jus pisang ambon rata-rata tekanan darah sistolik dan diastoliknya menurun yaitu 151 mmHg dan 93 mmHg.

Menurut penelitian Lestari dan Kartikasari tahun 2015, buah pisang dapat menurunkan tekanan darah diastolik pada ibu hamil hipertensi. Sebelum dilakukan intervensi pada 18 responden, tekanan darah diastolik rata-rata adalah 90 mmHg. Setelah diberi perlakuan dengan pemberian buah pisang secara rutin 3 kali sehari, 14 responden mengalami penurunan tekanan darah diastolik dengan rata-rata 78,8 mmHg. Sedangkan 4 responden lain, tekanan darah diastoliknya tidak mengalami perubahan. Hipertensi pada kehamilan dapat membahayakan ibu dan janin jadi harus diwaspadai dan buah pisang efektif menurunkan tekanan darah diastolik pada ibu hamil hipertensi.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Alini tahun 2015 dengan mengkonsumsi 3 buah pisang ambon (420gr)/hari dapat menurunkan tekanan darah pada 22 responden lansia penderita hipertensi. Dimana sebelum diberikan konsumsi pisang ambon rata-rata tekanan darah sistolik responden 167 mmHg dan setelah diberikan konsumsi pisang ambon rata-rata tekanan darahnya menurun hingga 153,14 mmHg. Pada pengukuran tekanan darah diastolik sebelum diberikan konsumsi pisang ambon didapatkan rata-rata 92 mmHg dan setelah diberikan konsumsi pisang ambon rata-rata tekanan darah diastoliknya menjadi 82 mmHg. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi 3 buah pisang ambon perhari berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Penelitian dari Sutria dan Insani pada tahun 2015 dilakukan pada responden pra lansia hipertensi dengan cara pemberian konsumsi pisang ambon sebanyak 3 kali sehari yaitu pagi, siang, dan sore hari. Sebelum intervensi dilakukan rata-rata tekanan darah pada sistolik 139 mmHg dan pada diastolik 87 mmHg. Sedangkan hasil pengukuran tekanan darah setelah dilakukan intervensi, rata-rata sistolik 120 mmHg dan diastolik 77 mmHg.

Pada penelitian Suwandi tahun 2013 dilakukan perlakuan pada lansia penderita hipertensi dengan tekanan darah $\geq 160/90$ mmHg dan diberikan konsumsi buah pisang ambon sebanyak 140gr (2 buah/hari) pada pagi dan sore hari. Pada saat sebelum pemberian intervensi, 9 responden mengalami hipertensi sedang dan setelah dilakukan intervensi tekanan

darah mengalami penurunan dengan 6 responden menjadi hipertensi ringan, 1 responden tekanan darahnya menjadi normal, dan 2 responden tetap hipertensi sedang. Pada sebelum pemberian konsumsi buah pisang ambon, 3 responden mengalami hipertensi berat dan setelah dilakukan intervensi mengalami penurunan menjadi hipertensi sedang sebanyak 2 responden dan 1 responden tetap hipertensi berat.

Penelitian menurut Tangkilisan tahun 2013 terhadap 22 responden hipertensi dengan diberikan terapi diet pisang ambon sebanyak tiga buah sehari. Saat sebelum dilakukan pemberian terapi rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolikanya yaitu 140,45 mmHg dan 93,64 mmHg. Setelah dilakukan pemberian terapi diet pisang ambon rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolikanya menurun menjadi 130,91 mmHg dan 84,55 mmHg.

Dari hasil studi terhadap 7 riset penelitian terdahulu, penulis menyimpulkan bahwa mengkonsumsi buah pisang dalam sajian apapun dapat menjadi terapi komplementer untuk mengatasi penyakit hipertensi. Dengan proporsi yang sesuai kebutuhan tubuh dan tidak berlebihan, buah pisang mampu menurunkan tekanan darah tinggi dan menstabilkan irama jantung. Dengan begitu masyarakat dari kalangan manapun bisa menjadikan buah pisang sebagai terapi non farmakologis bagi penderita hipertensi. Dimana buah pisang sangat terjangkau dari biaya dan bisa didapatkan dimana saja.

Oleh karena itu penulis tertarik untuk menerapkan terapi “Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu sebagai berikut “Bagaimana penerapan konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum:

Untuk mengaplikasikan pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

2. Tujuan Khusus:

- a. Mendeskripsikan hasil pengkajian pada lansia yang mengalami hipertensi
- b. Mendeskripsikan diagnosa keperawatan pada lansia dengan hipertensi
- c. Mendeskripsikan intervensi keperawatan pada lansia dengan hipertensi
- d. Mendeskripsikan tindakan keperawatan yang sesuai dengan rencana keperawatan pada lansia dengan hipertensi

- e. Mendeskripsikan hasil evaluasi tindakan keperawatan pada lansia dengan hipertensi
- f. Mendeskripsikan sebelum dan sesudah pemberian konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

Pada penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pengalaman, wawasan, dan bisa menjadi informasi bagi tenaga kesehatan lain dalam pengelolaan kasus yang bersangkutan.

2. Manfaat praktisi

a. Bagi penulis

Pada hasil penulisan ini dapat menjadi pengalaman dan menambah pengetahuan tentang pemberian konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

b. Bagi institusi pendidikan

Pada hasil penulisan ini dapat menambah referensi perpustakaan dan sebagai sumber bacaan tentang pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

c. Bagi klien dan keluarga

Menambah informasi dan motivasi kepada klien untuk memanfaatkan buah pisang ambon sebagai terapi non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

