

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi di Indonesia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang utama, hal ini dikarenakan masih tingginya angka kejadian hipertensi. Hipertensi sering disebut *the silent killer* karena gangguan ini pada tahap awal adalah asimtomatis, tetapi ini mengakibatkan kerusakan yang permanen pada organ-organ tubuh vital (Baradero, Wilfrid & Siswandi, 2008).

Hipertensi merupakan penyakit yang sering dijumpai di Indonesia. Penyakit ini dapat menyerang siapa saja dari berbagai kelompok umur dan kelompok sosial ekonomi. Hipertensi yang berlangsung lama akan menyebabkan berbagai komplikasi apabila tidak ditangani dengan baik (Kemenkes RI, 2010).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2011 menunjukkan satu milyar orang di dunia menderita hipertensi, 2/3 diantaranya berada di Negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Prevalensi hipertensi akan terus meningkat tajam dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa diseluruh dunia terkena hipertensi. (www.depkes.go.id)

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg (Arif Muttaqin,2009). Hipertensi juga sering diartikan sebagai tekanan darah tinggi yang bersifat abnormal dan diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda (Ardiansyah,2012).

Penyakit hipertensi essensial di Jawa Tengah pada tahun 2008 sampai dengan tahun 2012 menunjukkan adanya penurunan kasus yang



cukup tinggi, hanya pada tahun 2011 terlihat adanya kenaikan jumlah kasus hipertensi esensial yaitu pada tahun 2008 sebesar 865,204%, tahun 2009 sebesar 698,816%, tahun 2010 sebesar 562,17%, tahun 2011 sebesar 634,860% dan pada tahun 2012 sebesar 544,771% kasus (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah,2012). Dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2016 tercatat sebanyak 5.292.052 atau 20,16 persen, dari hasil pengukuran tekanan darah sebanyak 611.358 orang atau 11,55 persen dinyatakan hipertensi. Penderita hipertensi tertinggi di Jawa Tengah adalah kota Demak dan jepara yaitu 100 persen dari yang dilakukan pengukuran tekanan darah, sedangkan Kabupaten/kota yang paling rendah adalah Kendal yaitu 1,69 persen, diikuti Blora 2,25 persen, dan Rembang 2,39 persen (Dinas Kesehatan,2016).

Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dibagi menjadi hipertensi esensial dan hipertensi sekunder. Dikatakan hipertensi esensial apabila penyebabnya tidak diketahui dan hampir 90% penderita hipertensi termasuk golongan ini. Sedangkan 10% lainnya tergolong ke hipertensi sekunder dimana penyebabnya adalah penyakit lain seperti kelainan pembuluh darah ginjal, *hipertiroid*, *hiperaldosteronisme*, dan lain-lain (Braunwald E, 2008).

Faktor resiko dari hipertensi ada yang bisa diubah dan tidak bisa diubah. Faktor resiko yang tidak bisa diubah yaitu usia, keturunan atau genetik, dan jenis kelamin. Faktor resiko yang dapat diubah yaitu pola hidup yang kurang sehat seperti merokok, konsumsi makanan tinggi garam,

lemak, kolesterol, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi alkohol, obesitas, serta stress atau psikis (Latri,2009).

Individu dengan riwayat keluarga hipertensi memiliki resiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi dibandingkan dengan yang tidak memiliki riwayat keluarga hipertensi. Sehingga dikatakan bahwa faktor genetik juga berpengaruh terhadap terjadinya hipertensi (Latri,2009).

Penderita hipertensi akan menjalani hidup dengan bergantung pada obat-obatan, penatalaksanaan hipertensi bisa menggunakan pengobatan farmakologi dan non farmakologi, biasanya pengobatan farmakologi tersebut meliputi diuretik, alpha beta dan *alpha-beta adrenergic blocker*, inhibitor ACE dan *calcium channel blocker*. Pada pengobatan farmakologi pasien dianjurkan berkunjung secara teratur ke pelayanan kesehatan untuk mendapatkan resep ulang dan *check-up*, sehingga biaya yang harus dikeluarkan selama proses terapi bisa sangat mahal. Selain itu, penggunaan obat-obatan hipertensi sering menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan. Hal tersebut yang membuat pasien sering tidak patuh terhadap terapi pengobatan dan mencari alternatif lain, sehinggaantisipasi dari permasalahan tersebut perlu diberikan terobosan baru kepada masyarakat, bahwasannya pengobatan non farmakologis yaitu dengan buah belimbing dapat menjadi pilihan alternatif yang bagus (Lestari,2009).

Buah belimbing manis merupakan buah yang sudah dikenal luas oleh masyarakat Indonesia dan mudah ditemukan di pasar swalayan serta harganya terjangkau. Buah belimbing manis (*Averrhoa carambola L*) sangat bermanfaat dalam membantu menurunkan tekanan darah karena kandungan serat, kalium, fosfor, dan vitamin C. Berdasarkan penelitian DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dikatakan untuk menurunkan tekanan darah sangat dianjurkan mengkonsumsi makanan yang tinggi kalium dan serat, serta rendah natrium. Kandungan kalium (potassium) dalam satu buah belimbing 127 gram adalah sebesar 207 mg dan kandungan seratnya sebesar 5 g. Hal ini menunjukkan bahwa kandungan kalium dan serat dalam buah belimbing mempunyai jumlah yang cukup signifikan dalam membantu menurunkan tekanan darah, ditambah dengan kandungan natriumnya (sodium) yang relative rendah.

Rekomendasi diet DASH, jus belimbing manis berkerja untuk menurunkan tekanan darah dengan cara menurunkan sekresi hormon antidiuretik (ADH) dan rasa haus. hormon antidiuretik diproduksi di hipotalamus dan bekerja pada ginjal untuk mengatur osmolalitas dan volume urin. Dengan menurunnya ADH, akan banyak urin yang diekskresikan sehingga urin menjadi lebih encer dengan osmolalitas yang rendah. Untuk memekatkannya, volume cairan intra seluler akan ditingkatkan dengan cara menarik cairan dari ekstraseluler. Sedangkan menurunnya konsentrasi NaCl akan dipekatkan dengan cara menurunkan cairan ekstraseluler. Ditambah dengan berkurangnya rasa haus sehingga

asupan cairan juga berkurang. Semua mekanisme tersebut akan menghasilkan penurunan tekanan darah (Astawan Made,2010).

Jus belimbing manis kini mulai dicari dan digemari oleh masyarakat karena khasiatnya yang diketahui dapat menurunkan tekanan darah. Selain itu, jus belimbing manis juga bisa dinikmati oleh seluruh kelompok usia dan kelompok sosial ekonomi karena rasa dan harganya yang merakyat. (Julian,2011).

Hasil survey yang peneliti lakukan di Puskesmas Mranggen I Kec. Mranggen Kab. Demak didapatkan 30 pasien mempunyai riwayat hipertensi. Upaya yang dilakukan pasien adalah dengan meminum obat hipertensi yang diberikan oleh pihak Puskesmas.

Berdasarkan uraian diatas peneliti lebih tertarik mengambil asuhan keperawatan yang berjudul “Asuhan keperawatan pemberian jus belimbing terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mranggen I Kec. Mranggen Kab. Demak “.

B. Rumusan Masalah

Saat ini, penderita hipertensi jumlahnya cukup banyak. Penurunan tekanan darah pada penderitah hipertensi bukan hanya menggunakan obat-obatan farmakologis. Banyak cara untuk menurunkan tekanan darah antara lain yaitu pemberian jus belimbing manis (*Averhoa carambola L*).

Berdasarkan rumusan masalah diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui “Apakah ada pengaruh pemberian buah belimbing terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas I Kec. Mranggen Kab. Demak ?”.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Melakukan asuhan keperawatan tentang pemberian jus belimbing terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mranggen I Kec. Mranggen Kab. Demak.

2. Tujuan Khusus

- a) Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi di Puskesmas Mranggen I Kec. Mranggen Kab. Demak.
- b) Menentukan diagnosa keperawatan pada pasien dengan masalah hipertensi di Puskesmas Mranggen I Kec. Mranggen Kab. Demak.
- c) Merencanakan tindakan keperawatan pada pasien dengan masalah hipertensi di Puskesmas Mranggen I Kec. Mranggen Kab. Demak.
- d) Melaksanakan tindakan keperawatan pemberian buah belimbing pada pasien hipertensi di Puskesmas Mranggen I Kec. Mranggen Kab. Demak.

e) Melaksanakan evaluasi terhadap tindakan pemberian buah belimbing pada pasien hipertensi di Puskesmas Mranggen I Kec. Mranggen Kab. Demak.

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi mahasiswa

Menambah wawasan dan pengetahuan non farmakologis tanaman herbal seperti buah belimbing yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi.

2. Bagi pasien

Diharapkan dapat memberikan informasi dan bermanfaat bagi masyarakat terutama di Puskesmas Mranggen I yang mempunyai pasien dengan hipertensi.

3. Bagi institusi

Diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan bagi mahasiswa keperawatan mengenai manajemen terapi pemberian jus belimbing pada pasien hipertensi di Puskesmas Mranggen 1 Kec. Mranggen Kab. Demak.