

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah penyakit yang tidak bisa menular secara langsung atau tidak memiliki cara penyebaran apa pun. Hipertensi disebut sebagai penyakit pembunuh yang diam karena penderitanya seringkali tidak merasakan gejala apa-apa, sehingga menyebabkan banyak kematian. Penyakit kardiovaskular, penyakit pernapasan kronis, kanker, dan diabetes termasuk dalam kategori penyakit tidak menular (Sudayasa, et al., 2020). Hipertensi sendiri merupakan salah satu faktor utama yang menyebabkan kematian terbesar di dunia, selain faktor risiko lainnya seperti penyakit jantung koroner dan stroke (Sarweni & Sari, 2020).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi faktor utama penyebab kematian dini di banyak negara. Kondisi ini berdampak serius terhadap kesehatan masyarakat karena berpotensi memicu berbagai komplikasi berat, seperti stroke, penyakit jantung koroner, hingga gagal ginjal. Seseorang dikatakan mengalami hipertensi apabila hasil pengukuran tekanan darahnya menunjukkan tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg, atau apabila yang bersangkutan sedang menjalani terapi obat antihipertensi. (Manongga et al., 2024)

Berdasarkan laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO 2021), 1,28 miliar orang di seluruh dunia terkena hipertensi. Sedangkan di Indonesia menurut data yang ada Kemenkes RI pada tahun 2021, menyatakan bahwa

angka kejadian hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan dari 26,3% penderita pada tahun 2013 menjadi 35,1% pada tahun 2020 (Mahyuni et al., 2024). Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat pada tahun 2022 mencatat total jumlah penderita hipertensi mencapai 4.607.116 orang (Ardiansyah, 2024)

Berdasarkan laporan puskesmas yang ada di kota Tasikmalaya pada tahun 2024, jumlah estimasi kasus hipertensi di kota Tasikmalaya sebanyak 55.999, tersebar di seluruh wilayah kota Tasikmalaya. Pada tahun 2024 jumlah penderita hipertensi menempati urutan ke 1 dari sepuluh penyakit terbanyak di seluruh puskesmas kota Tasikmalaya (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2024). Sedangkan menurut data yang di Puskesmas Kersanegara Kota Tasikmalaya tercatat sebanyak 2547 penderita hipertensi pada tahun 2023 (Cahyati et al., 2024).

Hipertensi bisa diatasi dengan dua cara, yaitu terapi nonfarmakologis dan farmakologis. Dari kedua cara tersebut, terapi farmakologis (obat) lebih sering dipilih orang tua-tua karena bisa menurunkan tekanan darah lebih cepat. Namun, efek samping dari obat tidak terlalu diperhatikan oleh mereka. Untuk itu, terapi nonfarmakologis seperti olahraga ringan, teknik rileksasi, mengurangi asupan garam, gaya hidup sehat dan bisa juga mengonsumsi jus buah pepaya (Adam & Aswad, 2020).

Buah pepaya dapat menyebabkan tubuh melepaskan lebih banyak air, garam, dan natrium karena kandungan diuretik yang dimilikinya serta memiliki efek menurunkan tekanan darah. Buah ini juga mengandung kalium yang berperan dalam menjaga keseimbangan elektrolit tubuh melalui mekanisme

pompa kalium dan natrium. Kalium ini juga membantu mengurangi jumlah air dan garam di dalam tubuh serta melebarkan pembuluh darah, sehingga tekanan darah bisa kembali normal. (Kurniawan, ST. dkk., 2021).

Buah pepaya mengandung sejumlah zat gizi yang bermanfaat bagi tubuh, khususnya dalam menjaga kesehatan pembuluh darah. Kandungan β -karoten (provitamin A) dan vitamin C di dalamnya berfungsi sebagai antioksidan yang berperan penting dalam mencegah maupun memperbaiki kerusakan pembuluh darah akibat paparan radikal bebas. Di dalam tubuh, β -karoten akan diubah menjadi vitamin A, yang berperan menurunkan tekanan darah melalui kemampuannya menghambat proses oksidasi lemak sekaligus mencegah kerusakan pada dinding pembuluh darah. Sementara itu, vitamin C bekerja sebagai antioksidan alami dengan menyerap oksigen sehingga reaksi oksidasi dapat dihambat; hal ini turut menjaga kesehatan sel serta memperbaiki sel-sel yang mengalami kerusakan, termasuk pada dinding pembuluh darah. Dengan terjaganya sel-sel dinding pembuluh darah dari kerusakan akibat radikal bebas, elastisitas pembuluh darah tetap terpelihara sehingga tekanan darah dapat dipertahankan pada level normal. (Yunita dkk., 2024).

Pendidikan kesehatan sangat penting agar orang tua-tua memahami penyakit hipertensi dan cara mengatasinya. Pendidikan ini sebaiknya diberikan secara rutin, agar terus di ingat dan bisa menjadi kebiasaan baru. (Putri dkk., 2022). Peran keluarga sangat dibutuhkan dalam pengendalian penyakit hipertensi.. Peran keluarga dalam hal ini meliputi aspek pemilihan makanan, aktivitas fisik, management stress dan rujukan ke fasilitas kesehatan (Maryati,

2025). Dukungan keluarga merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh anggota keluarga kepada anggota lainnya, baik dalam bentuk moril maupun materil. Bantuan ini dapat berupa nasihat, motivasi, informasi, maupun tindakan nyata yang bersifat konkret. Keluarga memegang peranan penting dalam memantau, memelihara, serta mencegah terjadinya komplikasi pada penderita hipertensi selama berada di rumah. Di samping itu, keluarga juga berperan dalam memberikan dukungan serta mengambil keputusan terkait perawatan yang akan dijalani oleh penderita hipertensi. (Ayaturahmi et al., 2022).

Dalam pengelolaan hipertensi, perawat juga berperan penting dalam membantu memodifikasi perilaku sakit pasien guna mencegah timbulnya penyakit atau meminimalkan risiko yang mungkin dialami. Peran tersebut mencakup fungsi perawat sebagai pemberi asuhan (care provider), pendidik (educator), sekaligus promotor kesehatan (health promotor) dalam menyampaikan informasi seputar hipertensi. Melalui peran ini, pengetahuan pasien dapat meningkat dan sikap positif dapat terbentuk, sehingga pasien mampu melakukan asuhan keperawatan secara mandiri terhadap kondisi hipertensi yang dialaminya guna mencegah terjadinya komplikasi. (Ayaturahmi et al., 2022). Pendidikan kesehatan sangat penting agar orang tua-tua memahami penyakit hipertensi dan cara mengatasinya. Pendidikan ini sebaiknya diberikan secara rutin, agar terus di ingat dan bisa menjadi kebiasaan baru. (Putri dkk., 2022).

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk mengetahui terkait kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan hipertensi setelah memperoleh pendidikan kesehatan tentang terapi jus buah pepaya dengan judul “Implementasi Pendidikan Kesehatan Pemberian Jus Buah Pepaya Pada Anggota Keluarga Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kersanegara Kota Tasikmalaya”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalahnya adalah sebagai berikut “Implementasi Pendidikan Jus Buah Pepaya Pada Anggota Keluarga Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kersanegara Kota Tasikmalaya?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus penulis mampu menggambarkan Implementasi Pendidikan Jus Buah Pepaya Pada Anggota Keluarga Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kersanegara Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat :

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.
- b. Menggambarkan pelaksanaan Tindakan Pendidikan kesehatan Pemberian Jus Buah Pepaya Pada Anggota Keluarga Dengan Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Puskesmas Kersanegara Kota Tasikmalaya.

- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada anggota keluarga setelah dilakukan implementasi pendidikan kesehatan pemberian jus buah pepaya pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya terkait pemberian jus buah pepaya pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Penulis

Diharapkan penulis dapat meningkatkan pengetahuan, memperluas wawasan, dan meningkatkan kompetensi dalam memberika asuhan keperawatan.

b. Bagi keluarga

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat memberikan pengentahuan lebih kepada masyarakat terutama pada keluarga dalam mengatasi masalah hipertensi dengan terapi non farmakologis.

c. Bagi Puskesmas

Sebagai bahan informasi yang berguna bagi tenaga kesehatan dalam pemberian asuhan keperawatan keluarga pada penderita hipertensi yaitu dengan terapi non farmakologi pemeberian jus buah pepaya.