

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hasil riset terbaru pada 19 September 2023 *World Health Organization* mengatakan bahwa hasil dari data tersebut menunjukkan orang dengan hipertensi kurang lebih 4 dari 5 orang yang terdiagnosis hipertensi tidak diobati dengan cukup memuaskan, tetapi jika setiap negara mampu mencukupi cakupan kebutuhan dengan memenuhi dan patuh akan pengobatan, tentu dapat mencegah kematian sekitar 76 juta jiwa antara tahun 2023-2050 (WHO, 2023).

Hasil riset membuktikan, hanya sedikit pasien dengan hipertensi yang secara konsisten menjalani pengobatan untuk mengatur tekanan darah. Banyak penderita hipertensi yang tidak disiplin dalam pengobatan terutama mengonsumsi obat-obatan secara teratur. Mereka cenderung hanya menggunakan obat hipertensi saat merasakan gejala, seperti sakit kepala atau mual. Tingkat kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 36%. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar di Indonesia, prevalensi hipertensi tercatat sebesar 34.1% (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Survei menyebutkan bahwa angka pengukuran hipertensi di Provinsi Jawa, terutama Jawa Barat riset membuktikan terdapat hasil yang cukup signifikan. Di dapat hasil sekitar 32,6%. Provinsi Jawa Barat menaiki urutan tertinggi angka penderita hipertensi di Jawa Barat berdasarkan diagnosis pengukuran pada usia >15 tahun (Syarifah, 2023). Hipertensi yang tidak ditangani dapat mengakibatkan

berbagai masalah kesehatan yang lebih serius, termasuk stroke, gagal jantung, dan gagal ginjal (Januarakhma, J, dkk, 2021).

Pendekatan non-farmakologis mencakup perubahan pola hidup, aktivitas fisik, serta penggunaan herbal. Pendekatan non-farmakologis juga mencakup metode terapi lain yang berfungsi sebagai dukungan untuk pengobatan hipertensi, termasuk terapi herbal salah satu terapi herbal yang banyak digunakan adalah *Cucumis sativus* (mentimun) (Lestari & Ningsih, F, 2023).

Secara umum, terdapat dua pendekatan untuk mengatur dan menurunkan tekanan darah tinggi, yaitu melalui cara medis dan cara non-medis. Opsi pengobatan melibatkan pemeriksaan rutin di fasilitas kesehatan serta mengonsumsi obat antihipertensi yang diberikan oleh dokter. Di sisi lain, secara non-medis mencakup aktivitas fisik, pengurangan asupan garam, penurunan berat badan, pembatasan konsumsi alkohol, dan menghentikan kebiasaan merokok. Perubahan dalam gaya hidup mungkin meliputi pengurangan konsumsi kafein, alkohol, merokok, serta menekan asupan garam di bawah 6 gram setiap hari (Rahmawati, R, 2023).

Sumber daya alam dapat digunakan untuk mengatur tekanan darah yaitu buah-buahan dan sayuran yang mengandung banyak serat serta kaya akan vitamin dan mineral. Salah satu jenis buah yang bermanfaat untuk menurunkan dan menyeimbangkan tekanan darah adalah mentimun. Mentimun merupakan jenis sayuran yang mudah ditemukan dan harganya pun terjangkau. Di kalangan masyarakat luas, mentimun telah menjadi bagian yang umum dikonsumsi sebagai

pelengkap makanan, sehingga ini bisa dijadikan alternatif untuk mengatasi hipertensi dengan cara non-farmakologis (Cristhine, dkk, 2021).

Indonesia merupakan salah satu negara yang kaya dengan tanaman obat sehingga menambah harapan baru bagi penderita hipertensi untuk tidak bergantung pada obat-obatan farmakologis. Kenyataan ini dapat dilihat dari terdapat banyaknya obat tradisional maupun fitofarmaka sebagai pengobatan alternatif mengobati hipertensi yang resmi beredar di masyarakat dan dikonsumsi masyarakat luas. Banyak jenis tanaman yang dikonsumsi oleh masyarakat untuk hipertensi, seperti seledri, blimbing wuluh, bawang putih, mengkudu dan semangka (Risti, V, 2022). Penelitian terbaru yang telah dilakukan untuk mengatasi hipertensi yaitu menggunakan tanaman sayuran mentimun, termasuk kedalam keluarga labu-labuan (*Cucurbitaceae*) satu jenis tanaman *navite plans* Indonesia termasuk ke dalam tanaman yang sering tumbuh di iklim yang kering sangat mudah di dapatkan tentu efisien dalam menunjang pengobatan non-farmakologis murah serta sebenarnya sudah lama dipakai oleh masyarakat, tetapi belum terbukti khasiatnya secara ilmiah (Priyo, 2025).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mentimun merupakan salah satu tumbuhan yang mengandung banyak nutrisi. Kandungan manfaat kalium pada mentimun bagus untuk pembuluh darah dan jantung. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kekurangan asupan kalium mempunyai risiko tinggi terkena hipertensi 5.089 kali daripada orang yang mengkonsumsi kalium lebih banyak (Ahsan, M, 2022).

Kandungan pada mentimun umumnya banyak mengandung kalori, protein, lemak, karbohidrat, kalsium, mineral, besi dan vitamin. Mentimun juga dapat merendahkan tekanan darah, mengatur irama detak jantung dari dampak buruk natrium (Setiawan & Sunarno, 2023).

Cucumis sativus (mentimun) mengandung kadar sodium yang cenderung kecil. Dalam satu buahnya, timun hanya mengandung 6 mg sodium. Sedangkan, kandungan kaliumnya sangat tinggi, yakni 442 mg. Zat kalium yang terdapat dalam beberapa jenis buah dan sayuran dapat mengatur kontraksi serta relaksasi otot jantung, sehingga tidak ada masalah dalam pembuluh darah (pembuluh darah cenderung melebar) dan berdampak pada normalnya tekanan darah (Maharani, A, 2020).

Mentimun (*Cucumis sativus*) merupakan tanaman yang termasuk dalam kelompok sayuran yang bermanfaat. Kadar kalium dalam mentimun dapat membantu mengatasi hipertensi, dengan kandungan kalium mencapai 147 mg dan fosfor 24 mg dalam setiap 100 gramnya. Kalium yang terdapat dalam mentimun dapat berkontribusi pada penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan cara menghambat pembebasan renin, yang merupakan kelebihan ekskresi natrium maupun air. Renin mengalir dalam darah dan berperan dalam proses pemecahan angiotensin menjadi angiotensin I. Angiotensin I kemudian diubah menjadi angiotensin II dengan bantuan enzim konverter angiotensin (ACE). Zat kalium ini berfungsi sebagai elektrolit yang sangat bermanfaat bagi hati serta dapat membantu menurunkan tekanan darah dan juga mengatur detak jantung dengan mengurangi efek buruk natrium. Kadar kalium dalam mentimun merupakan

pengobatan yang efektif untuk tekanan darah tinggi tidak hanya itu kandungan diuretik yang tinggi pada *Cucumis sativus* sekitar 90% dapat bekerja membantu ginjal melepaskan lebih banyak garam dan air dari pembuluh darah ke dalam urin, dengan pelepasan urin tekanan darah dapat menurun (Mahbubah, I, 2022).

Dari uraian pendapat para peneliti di atas bisa disimpulkan bahwa *Cucumis sativus* adalah salah satu alternatif terapi alami non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Hipertensi diartikan sebagai salah satu penyakit degeneratif dan termasuk kedalam golongan penyakit yang sangat mematikan jika tidak ditangani dengan baik, bukan tanpa alasan hipertensi ini bisa menyebabkan berbagai komplikasi penyakit yang dapat mematikan terutama dalam penyumbatan sirkulasi pembuluh darah di jantung yang tersumbat bahkan berkurangnya pompa pada jantung dan penyakit penyerta lainnya. Dengan demikian, saya sangat tertarik untuk mempelajari dan meneliti memecahkan suatu permasalahan pada penyakit hipertensi ini dengan menerapkan implementasi dan bahan yang sangat mudah di dapatkan di masyarakat yaitu *Cucumis sativus* nama latin dari keluarga labu-labuan (timun) yang sering di pergunakan untuk berbagai macam manfaat kaya akan mineral dan natrium yang cukup rendah untuk menunjang kesetabilan sirkulasi dalam darah serta membantu mengontrol tekanan darah secara efisien.

1.2 Rumusan Masalah

“Bagaimanakah pengaruh implementasi pemberian terapi *Cucumis sativus* pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus, penulis mendapatkan gambaran implementasi pemberian terapi *Cucumis sativus* pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus implementasi pemberian terapi *Cucumis sativus* pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi penulis dapat:

- a. Menggambarkan pelaksanaan tindakan pemberian terapi *Cucumis sativus* pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi.
- b. Menggambarkan respon atau perubahan pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi yang dilakukan implementasi pemberian terapi *Cucumis sativus*.
- c. Menganalisis kesenjangan pada kedua pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi yang dilakukan tindakan pemberian terapi *Cucumis sativus*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi ilmu keperawatan mengenai implementasi pemberian terapi *Cucumis sativus* pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktik

1.4.2.1 Bagi Pasien

Hasi dari penelitian studi kasus ini di harapkan dapat meningkatkan pemahaman pasien tentang implementasi pemberian terapi *Cucumis sativus* pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi.

1.4.2.2 Bagi Rumah Sakit

Sebagai tindakan implementasi pemberian terapi *cucumis sativus* pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi.

1.4.2.3 Bagi Penulis

Penulis dapat mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan mengenai implementasi pemberian terapi *Cucumis sativus* pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi.

1.4.2.4 Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan acuan bagi institusi pendidikan dalam meningkatkan ilmu keperawatan tentang implementasi pemberian terapi *Cucumis sativus* pada pasien dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif akibat hipertensi.