

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan masalah yang sangat serius yang melanda dunia, hipertensi atau biasa disebut tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi medis dimana seseorang mengalami peningkatan secara kronis yang mengakibatkan angka kesakitan dan kematian (Y. D. Anggraini, 2021). Hipertensi adalah salah satu faktor penyumbang angka kematian tertinggi oleh penyakit tidak menular di berbagai negara. Hipertensi merupakan kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara terus-menerus, yakni > 140 mmHg untuk sistolik dan >90 mmHg untuk diastolik. Karena sering tidak menimbulkan gejala nyata, hipertensi dijuluki sebagai “*silent killer*”, namun kondisi ini dapat memicu gangguan serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal apabila tidak ditangani secara tepat (WHO, 2019).

Hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor risiko. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi yaitu faktor genetik (70-80%), obesitas dengan hasil indeks Masa Tubuh (IMT) lebih dari $30\text{kg} / \text{m}^2$ 38% untuk laki-laki dan 32% untuk perempuan, jenis kelamin, stres, kurang olahraga, dan kebiasaan merokok. Hipertensi merupakan penyakit yang memiliki faktor utama terjadinya jantung atau mengakibatkan terjadinya komplikasi pada jantung, seperti penyakit jantung kronik, gagal jantung,

aritmia, stroke, serta gangguan pada penglihatan dan penyakit gagal ginjal (Nuraini, 2023). Data di atas menunjukkan perlunya pencegahan dan pengendalian yang lebih efektif, mengingat besarnya dampak hipertensi terhadap kematian dan penurunan kualitas masyarakat. Tingginya prevalensi hipertensi tersebut menunjukkan bahwa upaya penanganan belum optimal, terutama dalam mengendalikan faktor yang mempengaruhi tekanan darah. Faktor risiko hipertensi dapat dibedakan menjadi dua kategori utama, Kategori pertama faktor yang tidak dapat dimodifikasi yaitu usia, jenis kelamin, dan riwayat genetik. Kategori kedua faktor yang dapat dimodifikasi diantaranya kelebihan berat badan, kurangnya aktivitas fisik, stres, dan pola makan yang tidak sehat.

Menurut data Riset kesehatan Dasar dalam (Kemenkes RI, 2023) prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia yaitu sebesar 34,1%. Prevalensi tertinggi yaitu Kalimantan selatan (44,1%) dan yang terendah yaitu Papua (22%). Pada tahun 2018, Jawa Barat menduduki urutan ke dua sebagai provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi (39,6%) setelah Kalimantan Selatan (44,1%). Kenaikan angka prevalensi di Jawa Barat berdasarkan data tahun 2024, total Jumlah penderita Hipertensi adalah 12.744.849, naik 39,6%. Sedangkan di Puskesmas Tamansari kasus hipertensi pada tahun 2023 ke 2024 yaitu 935 menjadi 3.566 orang penderita hipertensi, yang menjadikan puskesmas Tamansari menjadi urutan ke-dua dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak setelah puskesmas Mangkubumi (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2024).

Kesadaran dan pengetahuan tentang penyakit hipertensi masih sangat kurang, yang dimana masyarakat tidak memperhatikan faktor apa saja yang dapat mempengaruhi penyakit hipertensi. Seperti pola makan yang tidak sehat merupakan pemicu penyakit hipertensi, suatu penyakit dalam keluarga mempengaruhi status kesehatan anggota keluarga. Bila dalam keluarga tersebut salah satu anggotanya mengalami masalah kesehatan maka sistem dalam keluarga akan terpengaruhi, penderita hipertensi biasanya kurang mendapatkan perhatian keluarga, apabila keluarga kurang pengetahuan dalam perawatan hipertensi, maka berpengaruh pada perawatan yang tidak maksimal (Cristian & Herliana, 2022). Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan.

Pendidikan Kesehatan merupakan salah satu cara yang digunakan untuk meningkatkan pemahaman tentang hipertensi, pendidikan kesehatan yang diberikan kepada keluarga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan sehingga dapat meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengidentifikasi masalah dan merawat anggota keluarga yang sakit (Priyanto, 2021). Penyampaian pendidikan kesehatan dengan metode ceramah merupakan metode tradisional yang sering digunakan dalam pendidikan kesehatan, dimana informasi disampaikan secara langsung oleh seorang ahli pendidik kepada audiens, metode ini memiliki keunggulan dalam menyampaikan informasi secara komprehensif dan terstruktur (Ani astuti, 2024). Media Lembar balik merupakan media yang paling efektif sebagai media promosi kesehatan. Media ini dianggap menguntungkan dalam hal

cakupan pesan yang disampaikan mampu mengintegrasikan sasaran primer, sasaran sekunder, dan sasaran tersier dalam satu upaya promosi kesehatan. Penggunaan lembar balik secara interaktif dapat memenuhi aspek pelibatan masyarakat (Sasaran Primer), memudahkan petugas dalam menyampaikan pesan (Sasaran Sekunder), dan mampu memberikan masukan bagi pengambil kebijakan (Sasaran Tersier) dalam rangka evaluasi dan tindak lanjut atas program-program penanganan yang telah dilaksanakan (Sutrisno, 2022).

Hipertensi dapat ditanggulangi dengan dua cara yaitu dengan cara farmakologi dan non farmakologi yaitu dengan penggunaan obat-obatan kimia. Untuk memilih obat anti hipertensi terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan diantaranya memiliki efektivitas yang tinggi dan memberikan efek samping yang ringan. Penanganan secara non farmakologis yaitu terapi komplementer. Ada pula pengobatan non farmakologi yaitu dengan cara mengurangi asupan garam, pengendalian berat badan, melakukan olahraga secara rutin seperti berjalan kaki selama 30 menit, berhenti merokok dan berhenti mengonsumsi alkohol (Machus et al., 2020). Salah satu terapi non farmakologi yang bisa digunakan dalam menurunkan hipertensi salah satunya yaitu dengan labu siam, labu siam berkhasiat sebagai antipiretik, anti inflamasi dan menurunkan tekanan darah tinggi.

Labu siam (*Sechium edule*) merupakan tanaman subtropis dan termasuk ke dalam spesies *cucurbitaceus* yang sering digunakan sebagai bahan makanan. Labu siam berkhasiat sebagai antipiretik, anti inflamasi, dan menurunkan tekanan darah. Labu siam merupakan obat alami penurun tekanan

darah tinggi karena mengandung potasium, energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, gula, kalsium, seng, tembaga, mangan, selenium, vitamin C, tiamin, riboflavin, masin, vitamin B6, vitamin E, vitamin K yang sangat bermanfaat bagi tubuh (Nurmalasari, 2019).

Menurut Penelitian Flora Sijabat (2022), mengenai pemberian kukusan labu siam pada penderita hipertensi dengan menggunakan metode Mean Arterial Pressure (MAP), Nilai Map sebelum diberikan kukusan labu siam dengan mean 111.09 mmHg, setelah diberikan kukusan labu siam maka nilai Map dengan mean 100.80 mmHg. Terdapat penurunan karena labu siam berkhasiat sebagai agen hipotensi dan mengandung kalium yang dapat menurunkan hipertensi, dalam penelitian ini penderita diberikan kukusan labu siam setiap harinya sebanyak 150 gram.

Menurut Penelitian Dewi Purnama (2020), mengenai pendidikan kesehatan meningkatkan tingkat pengetahuan dan sikap ibu dalam merawat balita dengan ISPA. Hasil penelitian nya bahwa pengetahuan ibu dapat dipengaruhi oleh pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan hasil mengalami peningkatan rata-rata skor Pre test dan rata-rata skor pengetahuan post test dan sikap ibu mengenai penyakit ISPA pada balita di posyandu Kelurahan limo mengalami peningkatan rata-rata skor pre test dan dari rata-rata skor sikap post test.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang Implementasi pendidikan kesehatan tentang terapi kukusan labu Siam pada keluarga Tn. s dengan hipertensi di Wilayah Puskesmas Tamansari.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar Belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam Karya Tulis Ilmiah adalah “ Bagaimana Implementasi Pendidikan kesehatan tentang terapi kukusan labu siam pada keluarga Tn. s dengan hipertensi di Wilayah Puskesmas Tamansari?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus, penulis memperoleh gambaran tentang Implementasi pendidikan kesehatan tentang terapi kukusan labu siam pada keluarga Tn. s dengan hipertensi di Wilayah Puskesmas Tamansari.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada keluarga Tn. s dengan hipertensi yang diberikan implementasi pendidikan kesehatan tentang terapi kukusan labu siam.
- b. Menggambarkan pelaksanaan implementasi pendidikan kesehatan tentang terapi kukusan labu siam terhadap keluarga Tn. S dengan hipertensi.
- c. Menggambarkan respon atau perubahan perilaku keluarga setelah diberikan implementasi pendidikan kesehatan tentang terapi kukusan labu siam terhadap keluarga Tn. S dengan hipertensi di Wilayah Puskesmas Tamansari.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan keluarga, khususnya terkait pendidikan kesehatan tentang terapi kukusan labu siam terhadap anggota keluarga dengan hipertensi, menjadi referensi tambahan bagi penelitian selanjutnya yang membahas implementasi pendidikan kesehatan tentang terapi kukusan labu siam terhadap anggota keluarga dengan hipertensi.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi keluarga/ masyarakat

Meningkatkan kemampuan, pengetahuan, dan keterampilan dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi, agar keluarga mendapat keuntungan manfaat labu siam untuk menurunkan tekanan darah.

b. Bagi tenaga kesehatan/perawat

Sebagai alternatif untuk penerapan terapi komplementer tentang implementasi pendidikan kesehatan tentang terapi kukusan labu siam terhadap penderita hipertensi.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber referensi bagi mahasiswa dan untuk meningkatkan literasi masyarakat tentang pendidikan kesehatan melalui terapi kukusan labu siam terhadap penderita hipertensi.