

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit kardiovaskular menjadi penyebab utama orang meninggal di dunia dibandingkan penyakit lainnya. Hipertensi dalam jangka panjang dapat menyebabkan kerusakan ginjal (gagal ginjal), kerusakan jantung (jantung koroner), dan kerusakan otak (stroke). Hipertensi adalah *silent and invisible killer* karena beberapa penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi karena tidak menimbulkan tanda dan gejala. Seseorang didiagnosis hipertensi ketika didapatkan hasil pengukuran tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan hasil tekanan darah diastolik lebih dari sama dengan 90 mmHg (WHO, 2021).

Hasil Riset Kesehatan Dasar secara nasional pada penduduk ≥ 18 tahun mengalami peningkatan nilai prevalensi dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Pusdatin Kemenkes, 2019). Prevalensi penyakit hipertensi di Jawa Barat pada tahun 2018 memiliki peringkat tertinggi kedua sebesar 39,60% (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Menurut data Dinas Kesehatan Kota Banjar pada tahun 2021 dikutip dalam buku Profil Kesehatan Kota Banjar (2021), penyakit hipertensi memiliki nilai prevalensi sebesar 30% dan jumlah estimasi penderita hipertensi ≥ 15 tahun sekitar 61.015 kasus dan hanya 27.776 penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan. Peringkat kedua adalah penyakit nasofaringitis dengan nilai prevalensi sebesar

16,2%. Hasil data laporan PTM Puskesmas pada penduduk ≥ 15 tahun di puskesmas langensari I mengalami peningkatan kejadian hipertensi dari 9.133 orang pada tahun 2022 menjadi 10.957 orang pada bulan maret 2023.

Perawatan yang tepat pada hipertensi dapat mengontrol tekanan darah dan mencegah terjadinya komplikasi yang sangat beresiko bagi kesehatan. Perawatan hipertensi untuk mengontrol tekanan darah dikelompokkan menjadi dua, diantaranya dengan terapi farmakologi dan terapi nonfarmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan cara memberikan obat antihipertensi kepada penderita hipertensi (Ainurrafiq dkk, 2019). Penggunaan obat antihipertensi dalam jangka panjang dapat menyebabkan *Drug Related Problems*. *Drug Related Problems* merupakan suatu keadaan yang mempengaruhi keadaan pasien seperti efek samping obat yang merusak beberapa organ tertentu karena dikonsumsi dalam jangka panjang. Terapi nonfarmakologis diperlukan untuk mengurangi ketergantungan obat dan mempertahankan kualitas hidup penderita hipertensi (Ainurrafiq dkk, 2019). Salah satu terapi nonfarmakologi pada penderita hipertensi yaitu dengan mengkonsumsi buah maupun sayuran yang tinggi serat, kaya vitamin dan mineral karena dapat menurunkan tekanan darah. Buah dan sayuran yang berkhasiat menurunkan tekanan darah tinggi antara lain seledri, mentimun, labu siam, selada air, lobak, tomat, belimbing, belimbing manis, semangka, wortel, pisang, apel, dan kiwi (Evania, D., Punjastuti, B., Yunitasari, P., & Maryati, S. (2022).

Mentimun (*Cucumis sativus L.*) efektif untuk mengontrol hipertensi tanpa efek samping. Terdapat kandungan mineral pada mentium yaitu kalium,

magnesium dan fosfor (Pertami dkk, 2017). Menurut laporan dari *United States Department of Agriculture (USDA) Branded Food Products Database* setiap 100 gram mentimun mengandung 147 mg kalium dan tidak mengandung natrium (Marnil, L., Razak, A., & Ardi, S. M, 2021). Kalium merupakan antidiuretik yang dapat mengurangi kadar natrium di dalam dan kurangnya cairan dalam sirkulasi akan menurunkan tahanan perifer sehingga tekanan darah menurun (Ainurrafiq dkk, 2019). Kandungan kalium pada mentimun dapat meningkatkan konsentrasi cairan intraseluler dan cenderung menarik cairan dari ekstraseluler dan dapat menurunkan tekanan darah karena efek dari vasodilatasi pembuluh darah sehingga tekanan darah menurun. Kalium merupakan ion yang bekerja berlawanan dengan natrium/garam (Marvia, 2018). Magnesium pada mentimun memiliki cara kerja yang sama seperti obat antihipertensi golongan kalsium antagonis seperti diltiazem, verapamil dan isoptin tetapi tanpa efek samping (Pertami dkk, 2017).

Menurut hasil penelitian Barus, M., Ginting, A., & Turnip, A. J. (2019) disimpulkan bahwa pada saat 23 responden diberikan jus mentimun sebanyak 100 gram selama 7 hari terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Dari total 23 responden didapatkan data bahwa ada perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan pemberian intervensi pemberian mentimun, pada tahap sebelum dilakukan pemberian mentimun sebanyak 23 orang (100%) yang memiliki tekanan darah diatas normal. Dengan data perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah tekanan darah sistolik sebelum intervensi adalah 149,13 mmHg dan tekanan sistolik setelah intervensi

adalah 136,09 mmHg. Dengan hasil ini, maka tekanan sistolik mengalami penurunan sebesar 13,04 mmHg. Pada tekanan darah diastolik sebelum intervensi sebesar 97,83 mmHg dan tekanan diastolik setelah intervensi sebesar 86,96 mmHg. Dengan hasil tersebut maka tekanan diastolik mengalami penurunan sebesar 10,87 mmHg. Pada penelitian yang dilakukan oleh Marnil, L., Razak, A., & Ardi, S. M (2021) total 20 responden yang diberikan jus mentimun lebih efektif menurunkan tekanan darah dibandingkan yang tidak diberikan jus mentimun. Pada penelitian yang dilakukan oleh Pertami, S. B., Rahayu, D. Y. S., & Budiono, B. (2017) disimpulkan bahwa pada saat 20 responden diberikan jus mentimun sebanyak 100 gram selama 7 hari terdapat perbedaan signifikan dari jus mentimun (*Cucumis sativus*) dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dan berdasarkan pengamatan yang dilakukan pada responden yang meminum jus mentimun selama 7 hari, gejala mati rasa (kebas), rasa berat di kepala, dan pusing yang dirasakan responden berkurang. Oleh karena itu, pada penelitian ini peneliti menyarankan petugas kesehatan perlu melakukan promosi kesehatan manfaat jus mentimun untuk mengatasi hipertensi pada lansia dengan harga yang murah, terjangkau dan tanpa efek samping. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Lero, F. S., Choeron, R. C., & Ka'arayeno, A. J. (2022) menyimpulkan bahwa ada pengaruh jus mentimun terhadap tekanan darah diastolik serta tekanan darah sistolik dan jus mentimun lebih efektif dibandingkan dengan jus belimbing karena mentimun memiliki total kandungan kalium sebanyak 1008 mg yang lebih cepat dalam menurunkan tekanan darah. Beberapa penelitian diatas, membuktikan bahwa mentimun dapat menjadi terapi

nonfarmakologis untuk menurunkan hipertensi. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk mengaplikasikan Asuhan Keperawatan pada Keluarga Tn. I dan Ny. L dengan Hipertensi yang dilakukan Pendidikan Kesehatan Terapi Mentimun untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga dalam Manajemen Hipertensi Tidak Efektif di Wilayah Puskesmas Langensari I.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah “Bagaimanakah gambaran Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. I dan Ny. L dengan Hipertensi yang dilakukan Pendidikan Kesehatan Terapi Mentimun untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga dalam Manajemen Hipertensi Tidak Efektif?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus, penulis mampu memberikan gambaran pendidikan kesehatan Terapi Mentimun pada keluarga Tn. I dan Ny. L dengan hipertensi untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga dalam Manajemen Hipertensi Tidak Efektif di Wilayah Puskesmas Langensari I.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Menggambarkan karakteristik keluarga di Wilayah Puskesmas Langensari

I yang dilakukan pendidikan kesehatan terapi mentimun.

1.3.2.2 Menggambarkan implementasi pendidikan kesehatan terapi mentimun

untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam manajemen hipertensi tidak efektif di Wilayah Puskesmas Langensari I.

1.3.2.3 Menggambarkan respon atau perubahan kemampuan dalam aspek pengetahuan, sikap dan keterampilan keluarga setelah dilakukan pendidikan kesehatan terapi mentimun.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Menambah pengetahuan mengenai penatalaksanaan nonfarmakologi hipertensi dengan menerapkan Terapi Mentimun serta mengetahui bagaimana pendidikan kesehatan Terapi Mentimun dapat meningkatkan kemampuan keluarga untuk merawat anggota keluarga dengan Hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktik

1.4.2.1 Bagi Keluarga

Keluarga dapat meningkatkan kemampuan merawat anggota keluarga dengan Hipertensi secara mandiri serta menurunkan tekanan darah sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup anggota keluarga dengan hipertensi.

1.4.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dari hasil studi kasus ini dapat dijadikan sebagai masukan, bahan perbandingan dan menjadi dasar pemikiran pada pelaksanaan proses belajar mengajar dalam mata kuliah keperawatan keluarga terutama dalam intervensi Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Hipertensi.