

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia lanjut, atau yang biasa dikenal sebagai lansia, merupakan fase akhir dalam perkembangan kehidupan manusia. Menurut *World Health Organization (WHO)*, kelompok lansia dibagi menjadi beberapa kategori: usia pertengahan (*middle age*) untuk mereka yang berusia 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) untuk yang berusia 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) untuk mereka yang berusia 75-90 tahun, dan usia yang sangat tua (*very old*) untuk individu di atas 90 tahun (Wahyuni et al. , 2023).

Proses penuaan adalah suatu fenomena yang tidak dapat dihindari bagi semua organisme, termasuk jaringan, sel, dan seluruh tubuh, serta mengalami penurunan fungsi seiring berjalannya waktu. Terdapat perubahan sistem pada usia lanjut masalah kesehatan sangat bervariasi dan sering kali berhubungan dengan berbagai penyakit *degeneratif* serta penyakit *kardiovaskular*. Perubahan yang terjadi pada sistem *kardiovaskular* yang mencakup penebalan dinding aorta dan pembuluh darah besar, serta berkurangnya ketahanan. Hal ini mengakibatkan peningkatan resistensi pada pembuluh darah perifer. (Kuswardhani, 2017), sehingga dapat menyebabkan penyakit hipertensi. hipertensi adalah penyakit di mana tekanan darah yang meningkat di luar kisaran normal, dengan tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg (Tamar & Nuradabyah, 2023).

Menurut data WHO (2023), terdapat sekitar 1,3 miliar orang dewasa di dunia yang menderita hipertensi. Di Indonesia, tingkat prevalensi hipertensi yang diukur melalui diagnosis dokter dan hasil pemeriksaan bervariasi di setiap provinsi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, tercatat 598.983 kasus hipertensi secara nasional, dengan Provinsi Lampung menempati urutan ke-7 tertinggi, yaitu sebanyak 21.021 kasus terdiagnosis. Puskesmas Kalibalangan yang berada di wilayah Kabupaten Lampung Utara, melaporkan 7.081 kasus hipertensi pada tahun 2024 masuk kedalam 10 penyakit terbanyak.

Terjadinya kondisi hipertensi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk jenis kelamin, genetik, usia, dan gaya hidup, yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah di arteri. Orang dengan tekanan darah tinggi dapat mengalami gejala seperti pusing, seringkali kegelisahan kemerahan, dan nyeri pada tengkuk (Sijabat et al., 2020). Orang yang memiliki tekanan darah tinggi mungkin mengalami nyeri leher karena peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher. Peningkatan tekanan pada otot leher dapat menyebabkan kesakitan dengan memberi tekanan pada saraf leher. Salah satu langkah keperawatan yang diambil untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan hipertensi adalah dengan melaksanakan penyuluhan sebagai bagian dari promosi kesehatan, selain upaya preventif, rehabilitatif, dan kuratif. (Setiawan et al., 2018).

Edukasi merupakan proses aktivitas belajar setiap individu atau kelompok yang bertujuan meningkatkan kualitas dari cara berpikir ilmu pengetahuan dan pengembangan potensi dari setiap individu, edukasi adalah proses belajar dari tidak mengetahui menjadi mengetahui (Finthariasari et al., 2020). Pentingnya pendidikan kesehatan telah terbukti meningkatkan pemahaman tentang kualitas hidup untuk individu dengan hipertensi (Akbar, 2019). Hal ini terjadi karena dengan diadakannya promosi kesehatan maka pemahaman para pasien mengenai kualitas hidup penderita hipertensi meningkat. Karena pendidikan sangat berkaitan dengan bertambahnya pengetahuan para pasien sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan mereka terutama mengenai kualitas hidup penderita hipertensi (Murti, 2018).

Menurut Kuswardhani (2017) terapi farmakologis dan non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengendalikan tekanan darah. Terapi farmakologis yang digunakan untuk mengontrol tekanan darah tinggi yaitu mengkonsumsi obat amlodipin 5-10 mg, diltiazem 200 mg, felodipin 5-20 mg, nifedipin 30-60 mg, mengkonsumsi obat tersebut harus sesuai resep dari dokter. Sedangkan terapi non farmakologis yang dapat mengontrol tekanan darah yaitu diet rendah garam, mengontrol stres, dan jus mentimun.

Menurut penelitian Asadha (2021) kandungan mentimun untuk menurunkan tekanan darah yaitu vitamin C, *flavonoid*, *sponin* yang dimilikinya. Selain itu mentimun, juga bermanfaat dalam pengobatan, seperti menurunkan tekanan darah, memperlancar buang air kecil, menjaga kesehatan tulang, memiliki sifat anti-hipertensi mencegah dehidrasi. *Flavonoid* memiliki sifat antioksidan yang kuat untuk mengurangi stres oksidatif yang bisa memengaruhi tekanan darah. Vasodilator alami membantu melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah. *Sponin* memiliki sifat dapat menurunkan kadar kolesterol → berkontribusi pada kesehatan pembuluh darah. Bersifat diuretik ringan → membantu mengurangi volume cairan dalam tubuh dan tekanan pada pembuluh darah.

Prosedur pembuatan sari mentimun yaitu dengan mencuci bersih mentimun sebanyak 100 gram mentimun dan air 50 ml, kemudian hancurkan buah mentimun menggunakan penghancur makanan kemudian saring mentimun dan ambil sarinya, minum sari mentimun sebanyak 2 - 3 kali dalam sehari yaitu pagi, siang dan malam hari.(Hermawan & Novariana, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Arifuddin (2023) terhadap 14 orang responden rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan terapi jus mentimun adalah 165/97 mmHg dan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah diberikan terapi jus mentimun adalah 138/89 mmHg. Adanya perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah pemberian terapi jus mentimun. Sementara itu, peneliti yang dilakukan oleh (Probosari, 2019) pemberian jus mentimun sebanyak 250 ml dua kali sehari menunjukan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik secara klinis, hasil tersebut tidak signifikan secara statistik.

Berdasarkan hal diatas, pentingnya peran perawat dalam penerapan edukasi pembuatan jus mentimun terhadap tekanan darah, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian pada pasien dengan masalah kesehatan hipertensi sebagai Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan Edukasi Pembuatan Jus

Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Kalibalangan Lampung Utara”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalahnya “Bagaimanakah Penerapan Edukasi Pembuatan Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Kalibalangan Lampung Utara”

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan umum

Memperoleh gambaran tentang Penerapan Edukasi Pembuatan Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Kalibalangan Lampung Utara.

2. Tujuan khusus

- a. Menggambarkan data pada pasien yang menderita hipertensi yang mengalami masalah keperawatan defisit pengetahuan
- b. Mengimplementasikan penerapan edukasi tindakan jus mentimun sebagai upaya mengatasi masalah keperawatan defisit pengetahuan.
- c. Melakukan evaluasi penerapan edukasi pada pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan defisit pengetahuan.
- d. Menganalisis penerapan edukasi jus mentimun pada pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan defisit pengetahuan.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat teoritis

Manfaat hasil studi kasus secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan untuk memperbaiki dan mengembangkan kualitas pendidikan ataupun kualitas asuhan keperawatan, khususnya yang berkaitan dengan penerapan edukasi tindakan jus mentimun pada kasus hipertensi dengan defisit pengetahuan. Sebagai kajian pustaka bagi mereka yang akan melaksanakan studi kasus dalam bidang yang sama.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Peneliti/Mahasiswa

Dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh di perkuliahan dengan cara memberikan edukasi tindakan keperawatan dengan kasus hipertensi.

b. Bagi Puskesmas Kalibalangan

Untuk memberikan gambaran suatu pelaksanaan pada kasus hipertensi seperti pencegahan, pengendalian, dengan melakukan kunjungan rumah.

c. Bagi Pasien/Keluarga

Studi kasus ini bermanfaat untuk pasien dengan kasus hipertensi sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan penyakit.