

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi menjadi masalah kesehatan di seluruh belahan dunia dan sebagai salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Hipertensi juga disebut sebagai penyakit tidak menular, karena hipertensi tidak ditularkan dari orang ke orang. Penyakit tidak menular adalah penyakit kronis yang tidak dapat ditularkan ke orang lain. Penyakit tidak menular masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian di Indonesia saat ini. Hal ini dikarenakan munculnya PTM secara umum disebabkan oleh pola hidup setiap individu yang kurang memperhatikan kesehatan (Riskesdas, 2018). Data yang dikeluarkan oleh WHO (2018) menunjukkan bahwa sekitar 26,4% penduduk dunia mengalami hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Sebanyak kurang lebih 60% penderita hipertensi berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Menurut data yang telah dikeluarkan oleh Departemen Kesehatan, hipertensi dan penyakit jantung lain meliputi lebih dari sepertiga penyebab kematian, dimana hipertensi menjadi penyebab kematian kedua setelah stroke.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung coroner) dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai (Kemenkes RI, 2014). Hingga saat ini hipertensi masih

menjadi masalah kesehatan yang cukup besar untuk tetap diatasi. Berdasarkan kriteria diagnosis bukti yang mendukung seseorang dengan hipertensi yaitu hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 150 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, yang hanya berlaku untuk usia ≥ 60 tahun (James et al., 2014).

Prevalensi Penderita Hipertensi di Indonesia menurut Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (BalitBanKes) melalui data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 saat ini sebanyak 34,1% dimana mengalami kenaikan dari angka sebelumnya di tahun 2013 yaitu sebanyak 25,8%. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 tahun menurut kabupaten/kota Provinsi Sulawesi Tenggara, Riskesdes (2018) yaitu sebesar 29,75%. Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota kendari prevalensi hipertensi pada tahun 2018 yaitu sebesar 23,4%. Pada Puskesmas mekar dalam 2 tahun terakhir terus meningkat dan berdasarkan kelompok usia tertinggi selalu terjadi pada kelompok usia di atas 45 tahun. Tahun 2020 kasus hipertensi diwilayah kerja Puskesmas Mekar Kota Kendari jumlah Penduduk mencapai 862 kasus hipertensi dan Pada tahun 2021 sebanyak 1,956 kasus hipertensi, Pada Tahun 2022 dari bulan Januari-Juli sebanyak 204 kasus hipertensi dimana laki-laki berjumlah 83 orang dan perempuan sebanyak 121 kasus (Data sekunder Puskesmas Mekar, 2021).

Wawancara yang dilakukan pada petugas puskesmas mekar didapatkan bahwa penderita hipertensi banyak yang tidak rutin mengkonsumsi obat yang diberikan dari dokter, dan banyak juga yang tidak rutin mengontrol tekanan darah, memiliki kebiasaan merokok, pola hidup yang tidak sehat, jika kebiasaan tersebut tidak diatasi maka akan memicu terjadinya hipertensi dan berkelanjutan ke komplikasi seperti stroke, gagal jantung dan kerusakan pada ginjal.

Upaya-upaya yang dilakukan Puskesmas Wajo yaitu Posyandu Lansia, Posbindu (Pos Pembinaan Terpadu) dan Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Posyandu Prolanis untuk meningkatkan aktivitas fisik lansia dengan cara olahraga.

Buah yang mengandung kalium dan serat salah satunya adalah melon. Kandungan kalium yang cukup tinggi berpengaruh baik bagi sistem saraf, otot, jantung dan pembuluh darah (Kowalski, 2010). Mekanisme kerja kalium adalah dengan cara vasodilatasi yang menyebabkan penurunan retensi perifer total dan meningkatkan output jantung, kalium dapat mengubah aktivitas sistem renin-angiotensin serta mengatur saraf perifer dan sentral yang mempengaruhi tekanan darah (Astawan, 2008).

Buah melon baik untuk penderita hipertensi. Buah melon memiliki kandungan kalium sebanyak 379 mg/100 g lebih tinggi dari kandungan kalium pada buah semangka yaitu sebanyak 99,84 mg/100 g. Selain itu buah melon memiliki kandungan serat 0,4 g/100g dan kadar air 93 ml/100 g. Kandungan kalium, serat dan air dalam buah melon dapat menetralkan tekanan darah dan menjaga keseimbangan cairan dalam tubuh (Sudjianto dan Veronica, 2009; Pardede dan Muftri, 2011; Bimanteri, 2014).

Air kelapa muda mengandung sejumlah mineral yaitu fosfor, nitrogen, kalium, magnesium, klorin, sulfur dan besi dengan kandungan terbanyak ialah mineral kalium. Kandungan didalam air kelapa muda yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah ialah kalium dan magnesium. Kalium inilah yang bekerja dengan cara menjaga keseimbangan tekanan darah. Kalium (potasium) merupakan ion utama didalam cairan intraseluler. Mengonsumsi kalium akan meningkatkan konsentrasinya di intraseluler, sehingga cenderung menarik cairan dari bagian ekstraseluler dan menurunkan tekanan darah. Mineral magnesium juga bermanfaat melancarkan aliran darah dan menenangkan saraf (Nurhayati, 2017).

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan Bimateri (2014) dengan pemberian jus melon dengan komposisi buah melon 400 gr, air 125 ml dan 1 sendok makan madu yang diberikan selama 8 hari menunjukkan ada penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok kontrol maupun intervensi pada hari ke tujuh pada kelompok intervensi mengalami penurunan tekanan darah sistolik sebesar 30 mmHg dan diastolik 14 mmHg sedangkan pada kelompok kontrol penurunan tekanan darah sistolik sebesar 2 mmHg dan diastolik sebesar 3 mmHg.

Dari hasil penelitian tarwoto et al. (2018), menunjukkan bahwa air kelapa muda memiliki efek yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan memberikan terapi diet air kelapa muda sebanyak 3x250 ml dalam sehari selama kurun waktu 7 hari. Tekanan darah sistolik maupun diastolik mengalami penurunan sebesar 13,57 mmHg dan 2,91 mmHg pada responden yang memiliki penyakit hipertensi.

Berdasarkan gambaran di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian jus melon mix air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi usia 46-60 tahun di wilayah kerja Puskesmas Mekar Kota Kendari. Sehingga dengan melakukan penelitian ini diharapkan masyarakat tahu khasiat dan potensi jus melon mix air kelapa muda dalam inovasi pengolahan pangan yang dapat ditujukan sebagai alternatif minuman bagi penderita hipertensi.

1.2 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah “Apakah ada pengaruh pemberian Jus Melon Mix Air Kelapa Muda terhadap perubahan tekanan darah pada penderita Hipertensi usia 46-60 tahun di wilayah kerja puskesmas mekar kota kendari?”

1.3 TUJUAN PENELITIAN

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian Jus Melon Mix Air Kelapa Muda terhadap Perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi usia 46-60 tahun di wilayah kerja puskesmas mekar kota kendari.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengetahui tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan Jus Melon Mix Air Kelapa Muda pada kelompok perlakuan pada penderita hipertensi usia 46-60 tahun di wilayah kerja puskesmas mekar kota kendari.
- b. Mengetahui tekanan darah diastolik sebelum dan setelah diberikan Jus Melon Mix Air Kelapa Muda pada kelompok perlakuan pada penderita hipertensi usia 46-60 tahun di wilayah kerja puskesmas mekar kota kendari.
- c. Mengetahui tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol pada penderita hipertensi usia 46-60 tahun di wilayah kerja puskesmas mekar kota kendari.
- d. Mengetahui tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol pada penderita hipertensi usia 46-60 tahun di wilayah kerja puskesmas mekar kota kendari.
- e. Mengetahui pengaruh pemberian Jus Melon Mix Air Kelapa Muda terhadap perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok perlakuan pada penderita Hipertensi usia 46-60 tahun di wilayah kerja puskesmas mekar kota kendari.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan tentang pengaruh pemberian Jus Melon Mix Air Kelapa Muda terhadap penurunan tekanan darah pada penderita Hipertensi di wilayah kerja puskesmas mekar kota kendari.

1.4.2 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini nantinya akan memberikan masukan dan menambah pengetahuan serta wawasan tentang pemberian Jus Melon Mix Air Kelapa Muda terhadap penurunan tekanan darah pada penderita Hipertensi di wilayah kerja puskesmas mekar kota kendari.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang pemberian jus melon mix air kelapa muda untuk penanggulangan tekanan darah bagi penderita Hipertensi.

1.4.4 Bagi Pasien

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan bahan pertimbangan untuk memilih pengobatan alternatif yang tepat dan praktis dalam menurunkan tekanan darah yaitu dengan mengkonsumsi melon dan air kelapa muda yang di olah menjadi Jus Melon Mix Air Kelapa Muda.

1.5 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti/tahun	Judul	Desain penelitian	Hasil penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Bimateri, Liling, 2014	Pengaruh pemberian jus melon terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Modinan Banyauraden Sleman Yogyakarta	Quasi eksperiment design dengan rancangan pre post test with control. variabel bebas: pemberian jus melon Variabel terikat : Tekanan darah	Ada pengaruh antara pemberian jus melon terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi	1. Bahan yang diberikan jus melon 2. Mengukur tekanan darah 3. Desain penelitian quasi ekspreime nt	Lokasi penelitian sampel, jumlah sampel, produk yang diteliti bimateri, hanya jus melon saja sedangkan peneliti jus melon mix air kelapa muda
2	Mariani, Elis, 2007	Pengaruh Pemberian Jus Pepaya (<i>Carica Papaya</i>), Jus Semangka (<i>Citrullus Vulgaris</i>) dan Jus Melon (<i>Cucumis Melo</i>) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik	Eksperiment dengan desain <i>Randomized Control Trial (RCT)</i> Variabel bebas : Pemberian Jus Pepaya, Jus Semangka, Jus Melon Variabel terikat : Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik	Pemberian Jus Pepaya, Jus Semangka, dan Jus Melon berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik.	1. Menggunakan melon untuk tekanan darah 2. Desain penelitian eksperimen 3. Mengukur tekanan darah	Buah melon hanya diberikan dalam bentuk jus tanpa mix air kelapa

3	Syarah Aisyah Bayu Safirah, 2020	Pengaruh Pemberian Jus Melon Terhadap Tekanan Darah Pada Aparatur Sipil Negara Di Dinas Perpustakaan Dan Kearsipan Daerah Provinsi Bengkulu Tahun 2020	Pre-Eksperimen dengan pendekatan one group pretest and posttest design.	Ada pengaruh pemberian jus melon terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik pada ASN di Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Daerah Provinsi Bengkulu.	1. Bahan yang diberikan jus melon 2. Mengukur tekanan darah	Hanya memberikan jus melon tidak dengan mix air kelapa muda
4	Eliza, 2021	Pengaruh Pemberian Puding Pisang Melon dan Air Kelapa Muda terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi	Penelitian quasi eksperimental dengan desain control group pre and pos test.	Ada pengaruh konsumsi puding pisang melon dan air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah hipertensi.	1. Bahan yang diberikan puding pisang melon 2. Mengukur tekanan darah 3. Desain penelitian quasi eksperiment	Hanya memberikan puding pisang melon dan air kelapa muda
5	Fandi andika, 2018	Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah	Jenis penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan rancangan one groups pre test-post test.	Ada pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah	1. Bahan yang diberikan air kelapa muda 2. Mengukur tekanan darah	Menggunakan air kelapa muda

		pada penderita hipertensi diwilayah kerja puskesmas lansirang kabupaten pinrang		pada pebderita hipertensi diwilayah kerja puskesmas lansirang kabupaten pinrang	3.Desain penelitian quasi eksperiment	
6	Riki Sulindra Ramadhan, dkk, 2017	pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Hijau Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II Pontianak	penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian Quasy Experiment dengan rancangan pre test and post test nonequivalent control group.	Hasil analisis didapatkan nilai p untuk sistolik dan diastolik kelompok intervensi yaitu 0,001 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian air kelapa muda hijau terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi	Pemanfaatan air kelapa muda hijau untuk menurunkan tekanan darah tinggi.	Pemberian jus melon mix air kelapa muda. Tempat dilaksanakan penelitian dan jumlah sampel yang akan diambil Pada tanggal dan waktu penelitian

