

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menua di katakan proses alami yang terjadi pada manusia, artinya seseorang dengan tiga langkah kehidupan, yang pertama yaitu anak-anak, kemudian dewasa, dan selanjutnya lanjut usia. Tahapan ini sangat berbeda, baik secara biologis maupun psikologis. Seiring bertambahnya usia, daya tahan fisik dan kemampuan berfikir mereka menurun. (Salam et al., 2016).

Sistem kardiovaskuler merupakan sistem yang penting bagi tubuh manusia karena fungsinya yang sangat berperan menyalurkan nutrisi-nutrisi yang dibutuhkan bagi semua sel, jaringan dan organ. Seiring bertambahnya usia seluruh sistem organ yang ada didalam tubuh manusia mengalami degenerasi atau penurunan fungsi, tidak terkecuali sistem kardiovaskulir.

Tekanan darah merupakan kekuatan pendorong yang melancarkan peredaran darah yang mengandung oksigen dan nutrisi ke organ dalam tubuh. Tekanan darah berubah karena beraneka macam alasan, seperti umur, aktivitas fisik, dan transformasi lokasi. Tekanan darah itu sendiri juga bervariasi, pada saat pagi hari tekanan darah lebih tinggi dari pada saat malam hari, karena ada pengaruh tekanan darah sistolik terendah dalam sehari.

Hipertensi merupakan penyakit kesehatan masyarakat. Hipertensi ditandai melalui tingginya tekanan darah diastol dan sistol yang merupakan persisten atau berkepanjangan. Sedangkan gejala hipertensi seperti nyeri dada atau pusing, kebingungan, atau terus-menerus di atas kisaran normal ketika Td sistol di atas 160 mmHg dan Td diastol di atas 90 mmHg. Gejalanya antara lain nyeri kepala, nyeri dada, pusing, sulit tidur, nafas

memburu, jantung berdebar, mati rasa, gelisah dan lekas marah, bengkak di bawah mata.  
(Priyanto et al., n.d.)

*The Indonesian Hypertension Society (InaSH)* mengatakan bahwa hipertensi telah membuat beban penyakit di dunia, dan prevalensi di Indonesia mencapai 31,7% dari keseluruhan total masyarakat dewasa. Menurut Riskesdas pada tahun (2013).(Nathalia, 2019).

Efek tekanan darah tinggi yang terus-menerus dan tidak dikelola dengan baik akan memaksa jantung untuk memompa lebih cepat, sehingga otot jantung membesar. Peningkatan jantung yang menyebabkan hipertrofi yang diterima akan berkembang menjadi gagal jantung. Ketika seorang mengalami tekanan darah tinggi dan stroke, mereka tidak boleh melakukan aktivitasnya dan bisa menjadi beban bagi keluarganya. Agar tekanan darah tinggi tidak menimbulkan komplikasi yang lebih serius, perlu ditangani dengan baik dan efektif. Tekanan darah tinggi juga mempengaruhi arteri koroner jantung berupa pembentukan plak aterosklerotik yang mengakibatkan penyumbatan pembuluh darah dan berujung pada serangan jantung.(Al-faqih, 2020)

Penatalaksanaan hipertensi bisa dilakukan menggunakan dua pendekatan yaitu farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologis merupakan penggunaan obat antihipertensi dengan maksud untuk menahan terjadinya masalah hipertensi dengan efek yang seminimal mungkin. Sedangkan terapi non obat seperti: olah raga teratur, penurunan berat badan (bagi pasien yang kelebihan berat badan), pengurangan garam. Selain beberapa cara-cara pengobatan di atas, pengobatan non farmakologi bisa dilakukan menggunakan air rebusan daun alpukat.(Priyanto et al., n.d.).

Adapun zat aktif yang ada didalam daun alpukat (*Persea Americana Miller*) adalah *flavonoid* dan *quercetin*. *Flavonoid* bermanfaat memperbaiki sirkulasi darah yang dapat mencegah penyumbatan pada area pembuluh darah, akibatnya aliran darah bisa mengalir

secara normal. Bentuk kerja daun alpukat adalah bisa menghilangkan beberapa air dan cairan bersama dengan zat berbahaya. (Nathalia, 2019). Secara empiris, daun alpukat dianggap diuretik, yang di maksud dengan diuretic yaitu memperbanyak jumlah urin dapat menghasilkan saat buang air kecil, untuk menurunkan tekanan dalam darah.

Dari hasil penelitian dilakukan atas nama Priyanto dkk berjudul “Khasiat rebusan daun alpukat terhadap hipertensi pada lansia” tahun 2018, hasil penelitian mempunyai perbedaan TD sistol dan mean diastol yang ditentukan pada hari ke satu dan hari ke tujuh pada pemberian daun alpukat. Mengevaluasi rerata perbedaan TD setelah rebusan yang dilakukan pada hari pertama dan dilakukan pada hari ke tujuh didapatkan perbedaan dalam rata-rata penurunan TD sistol pada kelompok intervensi sebesar 29,2 mmHg dan pada kelompok kontrol sebesar 22,6 mmHg. Oleh karena itu, dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa rebusan daun alpukat memiliki efek untuk menurunkan tekanan darah. (Priyanto et al., n.d.)

Pentingnya non farmakologi bagi lansia, karena lansia merupakan umur yang rentang akan terjadi penyakit. Jika penanganannya terus menerus menggunakan farmakologi tidak baik bagi lansia dengan jangka panjang dapat menyebabkan masalah serius. Sedangkan terapi non farmakologi memiliki keuntungan sebagai terapi yang tidak menimbulkan efek samping, relatif mudah didapat dan mudah digunakan.

Penanganan hipertensi secara umum yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi terdiri dari pengobatan yang bersifat diuretik, simpatik, betabloke, dan vasodilato yang memperhatikan tempat, mekanisme kerja dan tingkat kepatuhan. Penanganan non farmakologis meliputi penurunan berat badan, olahraga teratur, diet rendah garam, diet rendah lemak. Terapi nonfarmakologi diminati masyarakat karena sangat mudah dipraktikkan dan tidak mengeluarkan biaya

yang terlalu banyak. Penanganan non farmakologi juga tidak memiliki efek samping yang berbahaya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Desa Jatijajar. Beberapa warga yang menderita hipertensi telah diwawancarai dan didapatkan sebagian warga hanya mengatasi hipertensi secara farmakologi atau meminum antihipertensi dan beberapa warga mengatasi secara non farmakologi seperti makan timun, belimbing wuluh, buah melon. Dimana penatalaksanaan secara farmakologi dengan mengawasi tingkat kepatuhan dan prosedur kerja, mengonsumsi obat dengan jangka panjang dapat menimbulkan efek tidak baik dalam tubuh. Dari permasalahan diatas, peneliti ingin melakukan dengan pemberian daun alpukat yang telah di rebus pada orang yang terkena hipertensi. selain daun alpukat ini mudah didapat, pembuatan air rebusan ini juga sangat praktis dan mudah, upaya ini bisa menghemat waktu tanpa penambahan biaya, hal ini bisa di lakukan sebagai upaya pencegahan yang terjadi pada penderita hipertensi diwilayah desa jatijajar dalam mempertahankan kesehatan yang optimal secara mandiri.

## **B. Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang diatas, apakah ada pengaruh air rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Desa Jatijajar?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh yang di dapat dari air rebusan daun alpukat terhadap tensi darah pada lansia dengan hipertensi di Desa Jatijajar.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengetahui tekanan darah terhadap responden sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun alpukat oleh kelompok intervensi pada lansia dengan hipertensi di Desa Jatijajar.
- b. Mengetahui tekanan darah terhadap responden sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun alpukat oleh kelompok control pada lansia dengan hipertensi di Desa Jatijajar
- c. Untuk mengetahui pengaruh setelah diberi rebusan air rebusan daun alpukat pada lansia dengan hipertensi di Desa Jatijajar.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi masyarakat

Dari hasil penelitian yang di lakukan ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang hal tersebut “ pengaruh air rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Desa Jatijajar“

2. Bagi Ilmu Keperawatan

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan beberapa perawat dapat mengetahui tentang pengaruh air rebusan daun alpukat terhadap tensi darah oleh lansia dengan hipertensi.

3. Bagi institusi

Hasil ini akan menambah pengetahuan dan juga bisa menjadikan referensi untuk penelitian lain yang berkaitan dengan topik pengaruh rebusan air daun alpukat terhadap tensi darah oleh lansia dengan tekanan darah.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Dokumen ini di harapkan bisa menambah pandangan dan pengalaman peneliti tentang pengaruh rebusan air daun alpukat terhadap lansia yang mengidap hipertensi.