

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Hiper artinya berlebihan, sedangkan Tensi artinya tekanan atau tegangan, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal (Musakkar & Djafar, 2021).

Proses terjadinya hipertensi dimulai dari atherosclerosis, gangguan struktur anatomi pembuluh darah perifer yang berlanjut dengan kekakuan pembuluh darah. Kekakuan pembuluh darah disertai dengan penyempitan dan kemungkinan pembesaran plaque yang menghambat gangguan peredaran darah perifer. kekakuan dan kelambanan aliran darah menyebabkan beban jantung bertambah berat yang akhirnya dikompensasi dengan peningkatan upaya pemompaan jantung yang akhirnya memberikan gambaran peningkatan tekanan darah dalam sistem sirkulasi (Bustan, 2016).

Prevalensi penderita hipertensi pada orang dewasa yang berusia 30-79 tahun mengalami peningkatan dari 650 juta menjadi 1,28 miliar dalam 30 tahun terakhir. Berdasarkan analisis global prevalensi, deteksi, pengobatan, dan pengontrolan hipertensi yang dipimpin oleh *Imperial College London* dan *WHO* yang diterbitkan oleh *The Lancet*, hampir setengah dari orang yang tidak mengetahui bahwa penderita mengalami hipertensi. Prevalensi hipertensi menurun dari negara berpenghasilan tinggi, dan meningkat di negara

berpenghasilan rendah. Sebagian besar penderita hipertensi dialami laki-laki (53% Wanita dan 62% pria) dengan total 720 juta orang, tidak mendapatkan pengobatan. *WHO* memperkirakan 1 dari 5 orang Perempuan di seluruh dunia menderita hipertensi dan 1 dari 4 orang laki-laki di seluruh dunia menderita hipertensi (*WHO*, 2021).

Laporan Kemenkes RI (2018) menyebutkan prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun adalah sebesar 34,1%, prevalensi tertinggi berada di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan prevalensi terendah berada di Papua sebesar (22,2%). Jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan untuk angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi dalam kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), dan umur 55-64 (55,2%). Prevalensi hipertensi di desa Bergaskidul sendiri pada tahun 2024 sebanyak 1.396 pasien. 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 (Kemenkes RI, 2018).

Pengelolaan yang efektif untuk mengatasi hipertensi, baik melalui penggunaan obat (penatalaksanaan farmakologis) maupun tanpa obat (penatalaksanaan nonfarmakologis) sangat dibutuhkan. Pendekatan farmakologis melibatkan penggunaan diuretikiazide, penghambat adrenergic, angiotensin converting enzyme inhibitor, antagonis kalsium, dan vasodilator. Sedangkan pengelolaan nonfarmakologis dapat dilakukan dengan

memanfaatkan sumber daya alam, seperti buah-buahan dan sayuran kaya vitamin dan mineral, seperti mentimun, untuk mengontrol tekanan darah (Lovindy, 2014).

Penelitian menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun terbukti efektif terhadap penurunan tekanan darah. Dari hasil penelitian yang dilakukan selama 2 minggu terbukti responden mengalami penurunan tekanan darah dari 156 mmHg dengan penurunan 4 mmHg menjadi 152 mmHg untuk diastolic 90 mmHg dengan penurunan 3 mmHg menjadi 87 mmHg. Pemberian jus mentimun yang dilakukan selama 7 hari sebanyak 100 gram (150 ml) perhari terbukti efektif menurunkan tekanan sistolik 12% dan diastolic 10,4% (Zauhani & Zainal, 2021 ; Lovindy, 2014).

Kandungan pada mentimun diantaranya kalium (potassium), magnesium, dan fosfor efektif mengobati hipertensi. Selain itu, mentimun juga bersifat diuretic karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Kalium merupakan elektrolit intrasesuler yang utama, dalam kenyataan 98% kalium tubuh berada dalam sel dan 2% sisanya berada diluar sel. Kalium dapat mempengaruhi aktivitas otot skelet maupun otot jantung.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, masalah penelitian ini adalah bagaimanakah pengelolaan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif dengan edukasi pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi di desa Bergaskidul?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menggambarkan pengelolaan manajemen Kesehatan keluarga tidak efektif dengan edukasi pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi di desa Bergaskidul.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan pengkajian keperawatan keluarga pada pasien hipertensi di Desa Bergaskidul.
- b. Menggambarkan diagnosa keperawatan keluarga pada pasien hipertensi di Desa Bergaskidul.
- c. Menggambarkan intervensi keperawatan keluarga dengan edukasi pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi di Desa Bergaskidul.
- d. Menggambarkan implementasi keperawatan keluarga dengan edukasi pemberian jus mentimun untuk manajemen kesehatan keluarga tidak efektif pada pasien hipertensi di Desa Bergaskidul.
- e. Menggambarkan evaluasi keperawatan keluarga dengan edukasi pemberian jus mentimun untuk manajemen kesehatan keluarga tidak efektif pada pasien hipertensi di Desa Bergaskidul.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian karya tulis ilmiah ini semoga bermanfaat bagi banyak orang, khususnya bagi :

1. Penulis

Dapat menambah pengetahuan bagi penulis tentang pengelolaan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif dengan kasus penyakit hipertensi di Desa Bergaskidul.

2. Institusi Pendidikan

Pengelolaan ini dapat dijadikan tambahan informasi khususnya dalam proses belajar mengajar di Universitas Ngudi Waluyo pada mata kuliah keperawatan keluarga .

3. Bagi Institusi Pelayanan

Pengelolaan ini dapat dijadikan sebagai sarana referensi pemberian asuhan keperawatan yang ada di puskesmas khususnya pada pasien dengan hipertensi.

4. Pasien, Keluarga, Dan Masyarakat

Sebagai sumber informasi maupun sumber pengetahuan untuk masyarakat sehingga dapat mengenal tanda, gejala, perawatan, serta pengobatan atau penanganan yang tepat pada anggota keloarga yang menderita hipertensi dengan masalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif

