BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Individu yang memasuki usia tua disebut lanjut usia (lansia), lansia juga sangat rentan mengalami penyakit yang berhubungan dengan proses penuaan salah satunya yaitu hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit yang berhubungan dengan tekanan darah manusia. Tekanan darah itu sendiri didefinisikan sebagai tekanan yang terjadi di dalam pembuluh arteri manusia ketika darah dipompa oleh jantung ke seluruh anggota tubuh.

Masih tingginya penderita hipertensi merupakan salah satu masalah yang berpengaruh terhadap derajat kesehatan masyarakat. Sebagai akibat banyaknya perubahan gaya hidup dan sikap yang mendorong timbulnya penyakit hipertensi. Tidak semua penderita hipertensi merasakan gejala sehingga hipertensi sering disebut sebagai pembunuh diam-diam, hipetensi termasuk salah satu penyakit yang tidak menular namum penyakit ini dapat menyebabkan kematian terbanyak (Anggriani, 2022).

Prevalensi hipertensi di Indonesia cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, yaitu prevalensi hipertensi pada kelompok usia 55-64 tahun sebesar 45,9%, usia 65-74 tahun sebesar 57,6% dan kelompok usia >75 tahun sebesar 63,8% (Kemenkes RI, 2019). Sedangkan jumlah penderita hipertensi pada tahun 2020 mencapai 34,1% secara keseluruhan angka ini mengalami kenaikan dari 25,8% pada tahun 2019. Kemenkes RI memprediksi angka penderita tekanan darah tinggi akan terus meningkat hingga mencapai 57,9% pada tahun 2035, prediksi ini berdasarkan jumlah penderita hipertensi saat ini terutama pada lansia (Kemenkes RI, 2021).

Di Provinsi Gorontalo pada tahun 2019 penderita hipertensi berada diurutan 5 besar prevalensi tertinggi di Indonesia yakni 29,0% dari 1,14 juta penduduk atau sekitar berjumlah 33,5 ribu jiwa yang menderita hipertensi, setelah Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%) (Profil Kes Provinsi Gorontalo, 2020). Pada tahun 2023 pada bulan April terdapat 67 lansia yang berada di Desa Tudi dan berdasarkan catatan dari kader kesehatan lansia terdapat 23 orang lansia mengalami hipertensi.

Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus lebih dari suatu periode. Hal ini terjadi bila arteriole-arteriole konstriksi. Konstriksi arteriole membuat darah sulit mengalir dan meningkatkan tekanan melawan dinding arteri. Tekanan darah tinggi menambah beban kerja jantung dan arteri yang bila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah (Anggraini, 2020).

Tingginya kejadian hipertensi pada lansia dan tidak terkontrol memicu timbulnya penyakit degeneratif seperti gagal jantung kongestif, gagal ginjal dan penyakit vaskuler misalnya stroke dan penyakit arteri perifer, beberapa studi menunjukkan bahwa tekanan darah lebih tinggi dari 140/90 mmhg menunjukkan infak miokard pertama (MI). Hipertensi disebut "*silent killer*" karena sifatnya asimptomik dan setelah beberapa tahun menimbulkan stroke yang fatal atau penyakit jantung (Amin, 2022).

Kemenkes RI 2015 menyatakan bahwa masalah kesehatan pada lanjut usia berawal dari kemunduran sel-sel tubuh, sehingga fungsi dan daya tahan tubuh menurun serta faktor risiko terhadap penyakitpun meningkat. Masalah kesehatan yang sering dialami lanjut usia diantaranya malnutrisi, gangguan keseimbangan dan kebingungan mendadak. Selain itu, beberapa penyakit yang sering terjadi pada lanjut usia antara lain hipertensi, gangguan pendengaran, gangguan penglihatan dan osteoporosis.

Upaya pemerintah dalam mengatasi hipertensi pada lansia yaitu dibentuknya posyandu lansia merupakan pengembangan dari kebijakan pemerintah melalui pelayanan kesehatan bagi lansia yang penyelenggaraannya melalui program puskesmas dengan melibatkan peran serta para lansia, pemerintah desa dan tokoh masyarakat (Widarti, 2020).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu secara farmakologis namun pada kenyataan pengobatan farmakologis dapat menimbulkan efek samping, salah satu penyebab utama morbiditas di negara maju dan merupakan beban berat bagi sumber daya pelayanan kesehatan. Berbagai studi dilakukan lebih dari sepuluh tahun terakhir untuk mengidentifikasi kejadian reaksi negatif yang terkait dengan obat-obatan tertentu (Usman, 2020).

Pengobatan alternatif lainnya yang salah satunya adalah terapi herbal walau penggunaannya lama, tapi efek sampingnya relatif kecil jika digunakan secara tepat, sehingga menjadi pilihan masyarakat untuk mengatasi tekanan darah tinggi. Beberapa herbal yang telah melalui penelitian dan terbukti menurunkan tekanan darah tinggi diantaranya adalah seledri, belimbing manis, mentimun, bunga rosella, kumis kucing, daun dewa, lidah buaya, tempuyung, sambilato dan brotowali (Hilal, 2021).

Seledri (*Apium graveolens*) terbukti berhasil menurunkan tekanan darah tinggi karena mengandung kalium yang bersifat diuretik yang diperlukan untuk membantu tubuh mengeluarkan air dan natrium agar bisa menurunkan tekanan darah. Kandungan phtalides dan magnesium yang terkandung dalam seledri yang baik untuk membantu melemaskan otot-otot pembuluh darah arteri dan membantu menormalkan penyempitan pembuluh darah arteri (Rivany, 2021).

Pada 100 gr seledri terkandung 344 mg kalium dan 125 mg natrium. Oleh karena itu sangat baik untuk pengobatan dan adapun manfaat seledri sebagai antihipertensi terbukti berhasil menurunkan tekanan darah tinggi karena aktivitasnya sebagai calcium antagonis

yang berpengaruh pada tekanan darah, ini artinya senyawa aktif dalam seledri bekerja pada reseptor pembuluh darah yang akhirnya memberi efek relaksasi, konsumsi seledri bisa mengurangi ketegangan pembuluh darah (Amin, 2022).

Seledri dapat diberikan kepada penderita darah tinggi dengan cara direbus ataupun dikomsumsi langsung, adapun cara merebus seledri yaitu dengan menggunakan 100 gr seledri dan satu gelas air atau 200 ml, langkah pertama dengan mencuci 100 gr daun seledri sampai bersih, setelah itu di potong- potong kasar. Kemudian dimasukkan kedalam panci menambahkan 1 gelas air bersih dengan 200 ml lalu direbus airnya tersisa setelah dingin lalu diminum, untuk menurunkan tekanan darah tinggi mengkomsumsi rebusan seledri dapat dilakukan setiap hari selama 7 hari (Amin, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Oktavia, dkk (2017) dijelaskan bahwa pemberian rebusan seledri pada penderita hipertensi selama 3 hari dua kali sehari, rata-rata penurunan tekanan darah sistolik setelah diberikan air rebusan seledri adalah 160/90 mmHg dan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik setelah diberikan air rebusan seledri adalah 130/80 mmHg. Penelitian yang dilakukan oleh Irma dkk (2021) didapatkan hasil dengan mengkonsumsi 8 batang daun seledri selama 1 minggu dapat menurunkan tekanan darah sebesar 28,47 mmHg.

Penyebab hipertensi atau tekanan darah tinggi biasanya dari jenis makanan yang dikomsumsi atau dari gaya hidup dan juga keturunan. Tekanan darah tinggi yang disebabkan oleh makanan atau gaya hidup dapat dicegah dengan memperbaiki gaya hidup dan mengatur pola makan dalam islam dijelaskan bahwa gaya hidup buruk tidak baik termasuk makan dan minum yang berlebihan yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Allah berfirman di dalam Al-Qur'an al-A'raf ayat 31 dan al-An'am ayat 141:

يَابَنِيآدَمَخُذُوازِينَتَكُمْعِنْدَكُلِّمَسْجِدٍوَكُلُواوَاشْرَبُواوَلَاتُسْرِفُوا ۚ إِنَّهُلَايُحِبُّالْمُسْرِفِينَ

Artinya: "*Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan*" (Al-Qur'an al-A'raf ayat 31).

Berdasarkan studi awal yang dilakukan oleh peneliti dengan melakukan wawancara pada 4 orang lansia yang berada di Desa Tudi, dari hasil wawancara diketahui bahwa rata-rata lansia rajin melakukan pemeriksaan yang dilakukan oleh petugas puskesmas yang diselenggarakan di kantor desa. Rata-rata lansia yang diwawancara mengalami tekanan darah tinggi yang sudah lama atau menahun, 3 orang lansia mengatakan lebih sering mengkomsumsi obat yang diberikan dokter karena merasa obat dokter proses penurunan darah tinggi langsung turun setelah beberapa jam dikomsumsi sedangkan obat herbal jarang dikomsumsi karena masih membutuhkan tenaga untuk menyiapkannya selain itu proses penurunan dari tinggi dirasa cukup lama. Sedangkan 1 orang lansia mengatakan untuk menurunkan darah tinggi komsumsi obat herbal 1 minggu 2x dilakukan adapun obat herbal

yang dikomsumsi yaitu rebusan daun salam namun tekanan darah hanya turun sebentar kemudian tekanan darah tinggi lagi. Berdasarkan uraian latar belakang diatas dan hasil wawancara pada lansia maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan hipertensi pada lansia di Desa Tudi Kecamatan Monano Kabupaten Gorontalo Utara".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka yang dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Masih tingginya angka penderita hipertensi di Provinsi Gorontalo yakni 29,0%.
2. Di Desa Tudi angka penderita hipertensi masih tinggi yaitu sebanyak 23 lansia.
3. Obat herbal jarang dikomsumsi karena dirasa proses penyembuhannya membutuhkan waktu yang lama.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu:

1. Bagaimana penurunan hipertensi pada lansia sebelum diberikan air rebusan seledri?
2. Bagaimana penurunan hipertensi pada lansia setelah diberikan air rebusan seledri?
3. Bagaiamana pengaruh pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan hipertensi pada lansia?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Teridentifikasinya penurunan hipertensi pada lansia sebelum diberikan air rebusan seledri.
2. Teridentifikasinya penurunan hipertensi pada lansia setelah diberikan air rebusan seledri.
3. Teranalisisnya pengaruh pemberian air rebusan seledri terhadap penurunan hipertensi pada lansia di Desa Tudi Kecamatan Monano Kabupaten Gorontalo Utara.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dalam perkembangan ilmu pengetahuan (akademik) dan teknologi serta dapat diaplikasikan dalam asuhan keprofesian tentang penatalaksanaan Penyakit Tidak Menular (PTM) lebih khususnya pada lansia yang mengalami darah tinggi.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Desa Tudi

   Penelitian ini diharapkan menjadi masukan untuk pihak Desa Tudi untuk meningkatkan pelayanan pada lansia penderita tekanan darah tinggi agar angka penderita hipertensi dapat diminimalisir melalui program-program kesehatan.

2. Bagi Lansia

   Penelitian ini dapat memberikan informasi pada lansia yang menderita tekanan darah tinggi sehingga dapat melakukan pencegahan terjadinya kekambuhan atau peningkatan tekanan darah tinggi dengan menggunakan obat-obat herbal yang alami.

3. Bagi Keluarga

   Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi keluarga agar dapat membantu lansia dalam mencegah terjadinya kekambuhan tekanan darah tinggi denga memberikan perhatian pada lansia.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dalam melakukan praktek keperawatan dan sebagai sumber reverensi dalam penelitian berikutnya, dengan menambahkan variabel lain yang berkaitan dengan kejadian hipertensi.