

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pola hidup modern mengubah sikap dan perilaku manusia, termasuk pola makan, merokok, konsumsi alkohol, serta obat-obatan. Kemenkes menilai perubahan gaya hidup sangat mempengaruhi peningkatan terjadinya tren penyakit tidak menular (PTM). Perubahan tersebut juga menjadi faktor risiko terjadinya berbagai penyakit di dunia dan menjadi pencetus utama penyakit kronis. Penyakit tidak menular merupakan penyakit yang tidak ditularkan dari seseorang terhadap orang lain (Sudayasa, 2020). Salah satunya yang menjadi masalah serius saat ini adalah hipertensi atau *the silent killer*. Penderita hipertensi umumnya tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi, baru menyadari setelah terjadi komplikasi (Marwah dkk., 2022).

Penderita hipertensi cukup tinggi, sebanyak 9,4 juta orang di seluruh dunia meninggal dunia setiap tahunnya (Kemenkes, 2019). Dan diperkirakan akan terjadi peningkatan pada tahun 2025, sekitar 29,2%. Menurut Hasil Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (2018) prevalensi hipertensi dari hasil pengukuran penduduk usia >18 tahun terjadi peningkatan menjadi 34,1% dibandingkan pada tahun 2013 sebesar 25,8%. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun sebesar 31,6%, umur 45-54 tahun sebesar 45,3%, dan umur 55-64 tahun sebesar 55,2%.

Berdasarkan data Profil Kesehatan Jawa Timur tahun (2022) prevalensi penduduk hipertensi yang berusia >15 tahun, untuk laki-laki sebesar 48,8% dan perempuan 51,2%. Menurut data profil kesehatan kota Pasuruan (2022) adapun jumlah estimasi penderita hipertensi di Kota Pasuruan sebesar 52.198 orang. Salah satu wilayah di Kota Pasuruan dengan penderita hipertensi yang tinggi yaitu di wilayah Puskesmas Gading Rejo sebesar 6.319 orang (Profil Kesehatan Kota Pasuruan, 2022). Puskesmas Gading Rejo memiliki program untuk pasien hipertensi dengan tujuan menurunkan angka hipertensi yang disebut dengan *SEMAR*

GENDUT atau Senin Selasa Pertama Gerakan Pemeriksaan dalam Upaya Penurunan Angka Hipertensi.

Cara untuk penurunan tekanan darah dengan menggunakan dua terapi yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi sendiri melibatkan obat antihipertensi yaitu diuretik, beta bloker, CCB, ACE inhibitor, dan ARB (Zeltser & Khalil, 2023). Terapi non farmakologi yang diberikan pada penderita hipertensi sebagai modifikasi makanan dengan konsumsi buah tinggi kalium. Asupan kalium seseorang dapat berdampak pada tekanan darah. Peningkatan asupan kalium dapat menurunkan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik dengan mengurangi resistensi pembuluh darah. Resistensi pembuluh darah bisa berkurang karena pembuluh darah melebar dan karena ada peningkatan dalam pengeluaran air dan natrium dari tubuh melalui aktivitas pompa natrium dan kalium (Putri & Kartini, 2014).

Sebagai salah satu terapi non farmakologi, salad buah segar dengan kandungan tinggi kalium dapat menjadi terobosan baru yang terdiri dari beberapa potong buah yaitu naga 128 mg, melon 167 mg, dan pepaya 221 mg dan saus dengan campuran yogurt, madu, dan perasan lemon. Konsumsi yogurt juga dapat menurunkan tekanan darah (Mustofa et al, 2020). Bioaktif dalam yogurt dapat menghambat Enzim Konversi Angiotensin (EKA) sehingga peningkatan tekanan darah dapat dihambat dan jumlah angiotensin II yang dihasilkan dapat menurun (Charisma et al, 2017). Madu memiliki kandungan antioksidan tinggi yang dapat mengurangi peningkatan tekanan darah (Sulendri dkk., 2023). Madu juga mengandung komponen kimia yang memiliki efek koligemik, yaitu zat asetil kolin. Asetil kolin berperan dalam memperlancar peredaran darah dan membantu menurunkan tekanan darah (Widyawati et al., 2021).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, prevalensi hipertensi di Kota Pasuruan yang tinggi sebesar 52.198 orang. Salah satu wilayah yang memiliki pasien hipertensi yang tinggi yaitu wilayah Puskesmas Gading Rejo. Penanganan hipertensi dengan terapi non farmakologi salah satunya dengan konsumsi buah yang memiliki

kandungan kalium seperti buah naga, melon, dan pepaya yang dikemas dalam bentuk salad buah sehat dengan tambahan saus ampuran yogurt, madu dan perasan lemon. Maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian salad buah terhadap tekanan darah pada pasien rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh pemberian salad buah terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan secara umum adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian salad buah terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan (usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, aktivitas fisik, lama menderita, riwayat merokok, riwayat alkohol dan status gizi).
- b. Mengidentifikasi asupan salad buah pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan.
- c. Mengidentifikasi asupan zat gizi lemak, natrium, kalium, serat, magnesium pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan
- d. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan
- e. Menganalisis pengaruh pemberian salad buah terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan.

D. Manfaat Penelitian

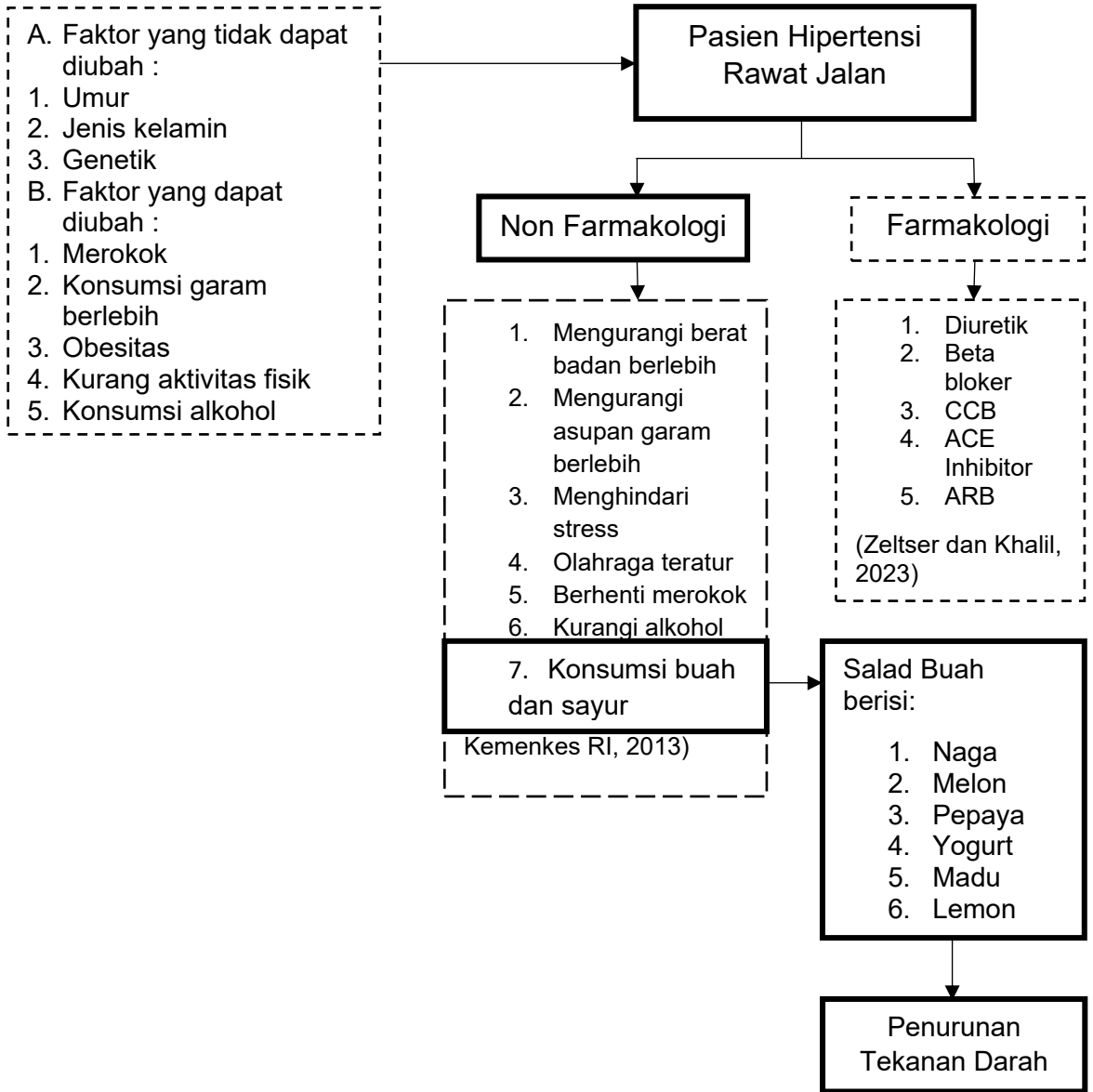
a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan acuan dalam penerapan asuhan gizi terkait penambahan asupan buah pada penderita hipertensi

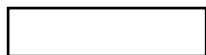
b. Bagi Puskesmas Gading Rejo Kota Pasuruan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan serta acuan dalam penerapan asuhan gizi dan pelayanan kesehatan pada pasien hipertensi.

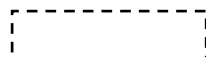
E. Kerangka Konsep



Keterangan :



= Variabel yang diteliti



= Variabel yang tidak diteliti

Gambar 1. Kerangka Konsep

Penjelasan singkat :

Seseorang dianggap mengalami hipertensi jika tekanan darah sistoliknya mencapai 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastoliknya mencapai 90 mmHg atau lebih ketika dilakukan pengukuran secara berulang (PERKI, 2015). Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor yang tidak dapat dikendalikan (umur, genetik, jenis kelamin) dan faktor yang dapat dikendalikan (merokok, konsumsi garam berlebih, obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol, stres) (Kemenkes RI, 2018).

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu terapi farmakologi dengan menggunakan obat-obatan seperti Diuretik, beta bloker, CCB, ACE inhibitor, ARB (Zeltser dan Khalil, 2023). Dan dengan terapi non farmakologi dengan salah satunya dengan mengkonsumsi buah tinggi kalium, kalsium dan magnesium dalam bentuk salad buah yang terdiri dari buah naga, melon, pepaya, dan saus berisi yogurt, madu, dan perasan lemon (Ahriyasna et al, 2022).

F. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah ada perbedaan yang signifikan pemberian salah buah terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Gading Rejo.