

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia atau lanjut usia adalah individu yang mengalami proses penuaan atau mengalami penambahan dalam umur disertai dengan banyak penurunan fungsi dalam dirinya. Penurunan fungsi fisik ditandai dengan penurunan massa otot, kekuatan otot, denyut jantung maksimal, dan fungsi otak (Carolina et al., 2019). Seseorang dikatakan berusia lanjut yaitu mereka yang umurnya sudah mencapai 60 tahun ke atas menurut UU No.13 tahun 1998 (Pembayun et al., 2021). Lansia pada usia diatas 60 tahun banyak mengalami penurunan fungsi pada tubuh, penurunan imum tubuh, dan juga penurunan fungsi pada sistem kardiovaskuler yang merupakan salah satu dapat menyebabkan hipertensi (Tamar, 2023).

Di seluruh dunia, ada lebih dari 625 juta orang lanjut usia dan diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,2 miliar orang lanjut usia. Diketahui atau tidak, Indonesia telah mengalami peningkatan populasi lanjut usia, dengan proporsi penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai lebih dari 7% sejak tahun 2000. Hipertensi memiliki dampak signifikan pada risiko penyakit kardiovaskular. Hipertensi memberi tekanan pada dinding pembuluh darah, yang menyebabkan penyakit (Wang, 2022). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90

mmHg dalam dua pengukuran selama lima menit dalam keadaan istirahat atau tenang yang cukup. Jika tekanan darah tinggi tidak segera ditangani dan diobati, itu dapat menyebabkan kerusakan pada ginjal, jantung, dan otak. Saat ini, hipertensi masih merupakan masalah besar di Indonesia. Menurut Kementrian Kesehatan RI (2016). Karena hipertensi tidak memiliki gejala khas yang disadari oleh penderita, hipertensi sering disebut sebagai pembunuh dalam diam atau silent killer (Akbar et al., 2020)

World Health Organization (WHO) dan International Society of Hypertension (ISH) mencatat bahwa saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia, dengan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahun. Organisasi Kesehatan Dunia mencatat bahwa satu miliar orang menderita hipertensi di seluruh dunia, dan dua pertiga dari mereka hidup di negara berkembang dengan pendapatan rendah hingga sedang. Diperkirakan pada tahun 2025, sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia akan menderita hipertensi, yang berarti prevalensi hipertensi akan terus meningkat tajam. Sekitar 8 juta orang meninggal setiap tahun karena hipertensi, dengan 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara, tempat sepertiga penduduknya menderita hipertensi (Ekarini et al., 2019).

Prevalensi hipertensi pada lansia di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013 bahwa semakin tua seseorang, semakin tinggi pula prevalensi hipertensi. Pada kelompok umur 55-64 tahun sebesar 45,9%, pada umur 65-74 tahun sebesar 57,6%, dan pada kelompok umur 75 tahun ke atas sebesar 63,8% (Akbar et al., 2020) Berdasarkan hasil Riset

Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, Provinsi Kalimantan Selatan mempunyai angka prevalensi tertinggi yaitu sebesar 44,13%, diikuti oleh Jawa Barat sebesar 39,6% dan Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Barat dari tahun ke tahun menunjukkan peningkatan. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2019, prevalensi hipertensi mencapai 41,6% yang menunjukkan peningkatan sedangkan hasil Riskesdas 2018 sebesar 39,6% dan mengalami peningkatan dibandingkan hasil Riskesdas 2013 yaitu sebesar 29,4%. Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang paling banyak diderita di Kota Bogor pada tahun 2020. Kota Bogor, yang terletak di Provinsi Jawa Barat, menghadapi beban total 53.635 pasien hipertensi.

Dari jumlah tersebut, pasien hipertensi wanita sebanyak 31.882 orang (59,44%), sementara pasien hipertensi pria sebanyak 21.753 orang (40,56%). Data ini menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di kalangan wanita lebih tinggi dibandingkan dengan pria di Kota Bogor. (Dinkes Kota Bogor, 2020)

Dalam mengatasi permasalahan hipertensi terdapat pendekatan secara farmakologi dan non farmakologi. Pendekatan farmakologi melibatkan obat-obatan anti hipertensi seperti diuretik, vasodilator, dan penghambat adrenergic yang dapat membantu menurunkan tekanan darah. Disisi lain, pendekatan non farmakologi juga dapat membantu mengelola hipertensi. Terapi non farmakologis atau non obat bisa dilakukan dengan modifikasi gaya hidup seperti berhenti merokok, menurunkan berat badan

ekstra, dan menjauhkan diri dari alkohol juga disebut sebagai terapi non farmakologis atau terapi non-obat. (Agustin et al., 2019). Salah satu cara pendekatan non farmakologi yang dapat membantu menurunkan hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah dengan menjaga pola makan yang sehat dengan memperbanyak konsumsi sayur dan buah. Beberapa buah, seperti buah naga, semangka, melon, belimbing, dan tomat salah satunya diketahui memiliki efek menurunkan tekanan darah karena kandungan nutrisi dan senyawa bioaktif yang dimilikinya.

Menurut (Yusridawati, 2022) Jus tomat merupakan minuman yang terbuat dari buah tomat (*Solanium lycopersicum*). Kandungan kalium dalam jus tomat dapat membantu menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik. Dalam 100 gram tomat, ada 245 mg potasium, sedikit natrium, dan lemak. Tomat adalah sumber kalium yang baik. Kalium dapat menurunkan tekanan darah dengan vasodilatasi, menurunkan retensi perifer, dan meningkatkan curah jantung. Selain itu, kalium bertindak sebagai diuretika, meningkatkan pengeluaran natrium dan cairan. Kalium juga dapat mengontrol saraf perifer dan sentral, yang berdampak pada tekanan darah, karena menghambat pelepasan renin (Lestari & Rahayuningsih, 2012).

Buah tomat mengandung berbagai zat yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Lycopene, pigmen yang membuat tomat merah, juga berfungsi sebagai antioksidan yang melindungi tubuh dari radikal bebas yang dapat menyebabkan penyakit dan kerusakan sel. Buah tomat juga mengandung gamma amino butyric acid (GABA), yang telah ditunjukkan

dapat menurunkan tekanan darah, dan lycopene dikaitkan dengan keseimbangan tekanan darah dan kadar kolesterol darah. GABA adalah neurotransmitter yang ditemukan di otak manusia dan berperan dalam mengatur aktifitas saraf. Konsumsi GABA dapat membantu menurunkan tekanan darah dengan mengurangi aktivitas saraf yang berlebihan, sehingga dapat memberikan manfaat kesehatan bagi individu dengan tekanan darah tinggi.(Linda Widyaningrum, 2019).

Berdasarkan pengkajian hasil wawancara yang telah dilakukan ketika keperawatan komunitas bersama kelompok dan kader di RW 11 Kelurahan Bubulak bahwa ditemukan banyak lansia dengan hipertensi yang dimana lebih banyak lansia yang tidak rutin mengkonsumsi obat penurun tekanan darah (Amlodipine), lansia yang ketika obat penurun tekanan darah sudah habis tidak control kembali ke pelayanan kesehatan. Berdasarkan hasil wawancara dengan kader bahwa kader sudah sering mengingatkan dan banyak yang tetap ada saja yang tidak patuh untuk mengontrol tekanan darahnya. Dilihat dari kondisi di RW 11 Kelurahan Bubulak juga yang memiliki Taman TOGA (Tanaman Obat Keluarga) yang dimana disana banyak ditanam tumbuh-tumbuhan untuk obat dan terdapat pula pohon tomat yang bisa dimanfaatkan oleh warga RW 11. Sebagai salah satu alternatif pengobatan non farmakologis, terapi jus tomat diharapkan dapat menurunkan hipertensi pada lansia. Berdasarkan penjelasan mengenai kandungan zat-zat bermanfaat bagi kesehatan dalam buah tomat, terutama

lycopene dan gamma amino butyric acid (GABA) serta buah tomat yang lebih ekonomis dan mudah diperoleh di masyarakat di RW 11.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus tentang “Penerapan Terapi Jus Tomat Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Lansia di RW 11 Kelurahan Bubulak Kota Bogor.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang diatas maka peneliti akan merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut “Bagaimanakah tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi di RW 11 Kelurahan Bubulak Kota Bogor setelah dilakukan pemberian terapi jus tomat?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penerapan terapi jus tomat ini dapat mengetahui tekanan darah lansia hipertensi di RW 11 Kelurahan Bubulak Kota Bogor setelah dilakukan pemberian terapi jus tomat tersebut

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui karakteristik lansia dengan hipertensi dalam penerapan terapi jus tomat di RW 11 Kelurahan Bubulak Kota Bogor
- b) Mengetahui gambaran tekanan darah sebelum penerapan terapi jus tomat pada lansia hipertensi di RW 11 Kelurahan Bubulak Kota Bogor
- c) Mengetahui hasil tekanan darah setelah penerapan terapi jus tomat pada lansia hipertensi di RW 11 Kelurahan Bubulak Kota Bogor

- d) Mengetahui perbedaan hasil sebelum dan setelah pemberian terapi jus tomat pada lansia hipertensi di RW 11 Kelurahan Bubulak Kota Bogor

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi Institusi Pendidikan, terutama Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor) Diploma Tiga yang dapat dijadikan sebagai bahan masukan, acuan, rujukan pengembangan dalam ilmu keperawatan. Hasil dari penelitian ini juga dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya yang akan dilakukan oleh pihak institusi yang terkait khususnya dalam state Keperawatan Komunitas.

2. Manfaat Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan atau Tempat Penelitian

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat pada Pelayanan Kesehatan seperti Puskesmas atau Posbindu Kelurahan Bubulak dapat mengakses dan mengelola data terkait penerapan terapi jus tomat pada lansia dengan hipertensi untuk kemudian dijadikan dasar pembuatan atau pengembangan program layanan pada posyandu lansia.

3. Manfaat Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat sebagai informasi atau rujukan tentang model pendekatan non farmakologi di bidang keperawatan dalam penerapan terapi jus tomat bagi lansia dengan hipertensi.