

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi adalah salah satu penyakit yang penderitanya berjumlah sangat banyak dan menjadi problema yang cukup penting di Indonesia. Hipertensi adalah kondisi yang acap dijumpai di pelayanan kesehatan dimana banyak masyarakat Indonesia yang memiliki hipertensi, salah satu penyebabnya adalah jantung yang dipaksa untuk bekerja lebih kuat dalam melakukan pemompaan darah agar oksigen dan nutrisi tubuh yang dibutuhkan tubuh dapat terpenuhi. Apabila diabaikan, maka hipertensi dalam menimbulkan gangguan berbagai fungsi organ lainnya, khususnya organ vital dan ginjal. Masih banyak penderita hipertensi yang belum paham cara mengobatinya selain obat-obatan menurunkan tekanan darah bisa dengan pemberian atau pembatasan makanan salah satunya dengan mengkonsumsi jus buah naga merah yang saat ini masih banyak yang belum tau manfaatnya.

Menurut WHO (2018) menunjukkan sekitar 1,13 Milyar orang di seluruh dunia mengalami hipertensi yang sama dengan dari 3 orang di dunia ada 1 orang yang terdiagnosa mengalami hipertensi. Peningkatan pasien atau penderita hipertensi mengalami peningkatan yang cukup signifikan tiap tahun, menurut perkiraan kemungkinan akan ada 1,5 Milyar orang yang terkena hipertensi pada tahun 2025, dan menurut perkiraan juga ada sekitar 9,4 juta orang meninggal disebabkan hipertensi serta komplikasi setiap tahunnya. Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan riset kesehatan dasar tahun 2018 antara lain hipertensi (57,6%) osteoarthritis (51,9%) masalah gigi dan mulut (19,1%) berdasarkan riset

kesehatan dasar tahun 2018 penderita hipertensi di Madura 185,857 penderita, sedangkan prevalensi hipertensi berdasarkan Riskesdas tahun 2013 menyebutkan total penderita hipertensi di Indonesia 8,4% dan di Jawa Timur menyebutkan, total penderita hipertensi sebanyak 8,2%.

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran tekanan darah pada umur > 18 tahun sebesar 658,201(34,11%), sedangkan penderita hipertensi menurut kelompok umur paling tinggi pada usia > 75 tahun yaitu sebesar 69,53% (Kemenkes RI, 2018).

Hipertensi bisa diakibatkan oleh faktor lingkungan, seperti genetika, pola ketidak seimbangan pola hidup yang dijalani, stres, dan pekerjaan. Sebagian besar Hipertensi primer disebabkan oleh faktor stres. Gaya hidup pun akhirnya mendukung timbulnya hipertensi kategori ini, antara lain konsumsi berlebih terhadap makanan berlemak dan garam yang tinggi, kegiatan fisik yang minim, kebiasaan buruk menghisap rokok, serta mengkonsumsi alkohol dan kafein. Selain itu, hipertensi juga bisa dipicu oleh konflik atau masalah yang terjadi pada masa lalu di dalam jiwa seseorang dan dapat juga disebabkan oleh faktor gen dan lingkungan di dalam raga (badan) seseorang (Sutanto, 2010).

Buah naga merah mengandung kalium dan flavonoid yang sangat banyak sehingga bisa membuat tekanan darah menjadi menurun (Emil, 2011). Kandungan kalium kalsium dan magnesium ( per 100gram berat dapat dimakan) kandungan yang terdapat didalamnya yaitu kalium (56,96 mg), kalium (5,70 mg), dan magnesium (28,30 mg) (khalili, *et al.*, 2006). Kandungan flavonoid pada daging buah naga merah sebanyak  $7,21 \pm 0,02$  mg CE/100 gram. Flavonoid yang terkandung dalam buah naga *quer caten*, *kaemferol*, dan *esorhamnitin*. Vitamin C

juga berperan dalam menurunkan tekanan darah (Higdon, 2013). Buah naga merah dapat memenuhi kebutuhan harian seseorang yaitu hingga 540,27 mg/100 g (Kroirun N.F, 2017). Peningkatan asupan kalium dalam diet telah dihubungkan dengan penurunan tekanan darah, karena kalium memicu nutriuresis (kehilangan natrium melalui urin) (Kroirun N.F, 2017).

Data dari hasil observasi awal yang peneliti lakukan di desa Tobai Barat Kecamatan Sokobenah Kabupaten Sampang yaitu ditemukan ada 56 penduduk dari 75 penduduknya menderita hipertensi. Berdasarkan uraian di atas dengan melihat adanya peningkatan prevalensi kejadian tekanan darah tinggi atau hipertensi maka peneliti tertarik untuk menganalisis pengaruh jus buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Tobai Barat Kecamatan Sokobenah Kabupaten Sampang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut: “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizus*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Tobai Barat Kecamatan Sokobenah Kabupaten Sampang?”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizus*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Tobai Barat Kecamatan Sokobenah Kabupaten Sampang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum diberikan jus buah naga merah

2. Mengidentifikasi tekanan darah sesudah diberikan jus buah naga merah
3. menganalisis pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

#### **1.4 Manfaat Peneliti**

##### 1.4.1 manfaat teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan tentang gizi kesehatan masyarakat, terutama mengenai pemanfaatan jus buah naga merah (*hylocereus polyhizus*) yang dapat dijadikan sebagai alternatif dalam usaha membantu menurunkan tekanan darah.

##### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Dapat digunakan sebagai data dasar untuk mengembangkan penelitian mengenai pengaruh pemberian jus buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) terdapat penurunan tekanan darah.
2. Dapat memberikan informasi pada masyarakat untuk menggunakan jus buah naga merah sebagai usaha membantu menurunkan tekanan darah.