

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga merupakan kumpulan dua orang atau lebih yang hidup Bersama dengan keterikatan aturan dan emosional di mana individu mempunyai peran masing-masing yang merupakan bagian dari keluarga. Keluarga memiliki tahap perkembangan dimulai dari keluarga yang baru menikah dan diakhiri dengan tahap perkembangan keluarga usia lanjut. Keluarga adalah institusi terkecil dari suatu masyarakat yang memiliki struktur sosial dan sistem tersendiri dan yang merupakan sekumpulan orang yang tinggal dalam satu rumah yang masih mempunyai hubungan kekerabatan atau hubungan darah karena perkawinan, kelahiran, adopsi. Salah satu penyakit yang memiliki tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi dalam keluarga salah satunya Hipertensi (Marlita,*et,al.*, 2022).

Hipertensi atau yang dikenal sebagai tekanan darah tinggi, adalah kondisi medis di mana tekanan darah seseorang meningkat secara konsisten melampaui batas normal. Seseorang dinyatakan mengalami hipertensi apabila tekanan sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Faktor yang paling umum menjadi penyebab hipertensi adalah faktor genetik atau keturunan. Kesehatan yang optimal bukan hanya ditandai dengan ketiadaan penyakit, tetapi juga mencakup kesejahteraan secara menyeluruh (Kristiningtyas, 2023).

Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia, menurut WHO 2020 mengemukakan bahwa di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini

kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di Tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yanti & Rizkia, 2022). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2020 berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1% (Riskesdas, 2020). Prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia berdasarkan data dari kemenkes 2020 pada usia >18 tahun prevalensi penyakit hipertensi sebesar 27.3% (kemenkes RI, 2020). Sedangkan pada tahun 2019 penderita hipertensi pada data Dinkes Provinsi Jawa Timur tercatat 37.4% penderita hipertensi pada Tahun 2019 (Dinkes, provinsi jawa timur, 2019).

Hipertensi merupakan penebalan dinding pembuluh darah dan hilangnya elastisitas dinding arteri. Hal ini akan menyebabkan resistensi perifer akan meningkat, sehingga jantung akan memompa lebih kuat untuk mengatasi resistensi yang lebih tinggi. Akibatnya aliran darah ke organ vital seperti jantung, otak, ginjal akan menurun (Rahmadhani, 2021). Hipertensi merupakan manifestasi dari gangguan keseimbangan hemodinamik multi faktor pada sistem kardiovaskuler, sehingga mekanismenya tidak dapat dijelaskan secara tunggal. Hipertensi banyak kaitannya dengan faktor genetik, lingkungan dan pusat regulasi hemodinamik (Ansar, *et al.*, 2019). Pada umumnya hipertensi sering terjadi pada kelompok lansia, namun pada zaman yang modern ini pengidap hipertensi bukan hanya pada lansia saja, akan tetapi hipertensi juga terdapat pada kelompok usia produktif. Hipertensi pada usia produktif cukup meningkat dari tahun ke tahun. Pada usia produktif rentan mengalami hipertensi karena tingkat kesibukan dan gaya hidup yang tidak sehat seperti pola makan

(Jingga,*et,al.*, 2022). Dampak yang akan terjadi jika penyakit hipertensi di biarkan begitu saja akan mengakibatkan komplikasi yaitu seperti jantung. Dampak dari penyakit hipertensi mengakibatkan jantung bekerja lebih keras sehingga proses perusakan dinding darah berlangsung dengan lebih cepat. Hipertensi juga meningkatkan risiko penyakit jantung dua kali lipat dan meningkatkan risiko stroke delapan kali dibanding dengan orang yang tidak mengalami hipertensi (Syafira *et,al.*, 2021). Dengan kondisi demikian perlunya upaya untuk mengetahui factor penyebab hipertensi secara dini pada usia produktif akan memberikan solusi dan intervensi yang tepat dan cepat dalam mencegah hipertensi dan komplikasi lanjut. Beberapa studi terakhir ini menunjukkan bahwa kombinasi antara terapi tanpa obat (Non Farmakologi) dengan obat (Farmakologi) tidak hanya menurunkan pada tekanan tinggi.

Terapi dengan menggunakan obat bisa dilakukan dengan pemberian obat anti hipertensi, namun obat-obatan ini juga memiliki efek samping yang menimbulkan komplikasi seperti gagal ginjal, sedangkan untuk terapi tanpa obat bisa dilakukan dengan melakukan kompres air hangat maupun dingin, dan juga bisa mendengarkan musik relaksasi, relaksasi napas dalam memakai aromaterapi. Selain itu juga dapat dilakukan terapi meminum jus, salah satunya bisa dengan jus semangka, Semangka adalah buah yang baik untuk penderita hipertensi karena mengandung L-citrulline, kalium, likopen, air yang tinggi, serta vitamin C dan B6. (Olyverdi *et al.*, 2021).

Secara ilmiah, jus semangka memiliki hubungan yang signifikan dengan penurunan tekanan darah (hipertensi) karena kandungan nutrisinya yang aktif berperan dalam memperbaiki fungsi pembuluh darah dan mengontrol tekanan darah.

Pengendalian tekanan darah tinggi dapat dilakukan melalui perubahan gaya hidup dan konsumsi makanan sehat. Salah satu intervensi non-obat yang mulai banyak diteliti adalah pemanfaatan buah-buahan yang kaya nutrisi, salah satunya adalah semangka. Semangka (*Citrullus lanatus*) adalah buah yang mengandung berbagai zat aktif seperti L-citrulline, kalium, likopen, vitamin C, vitamin B6, serta kadar air yang tinggi. Kandungan L-citrulline dalam semangka dapat membantu meningkatkan produksi nitric oxide (NO) dalam tubuh yang berfungsi melebarkan pembuluh darah (vasodilatasi) sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Kalium dalam semangka juga membantu menyeimbangkan kadar natrium dalam tubuh, yang sangat penting dalam pengaturan tekanan darah.

Selain itu, likopen yang merupakan antioksidan kuat berperan dalam melindungi pembuluh darah dari kerusakan akibat stres oksidatif. Kandungan air dalam semangka juga membantu menjaga hidrasi dan mendukung kerja jantung. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa konsumsi jus semangka secara rutin dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Hasil studi oleh Melanie et al. (2021) menunjukkan bahwa pemberian jus semangka 350 gram per hari selama tujuh hari mampu menurunkan tekanan darah secara signifikan. (Meivianora et al., 2023).

Beberapa penelitian mendukung bahwa pemberian jus semangka secara rutin dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Melanie et al. (2021) menemukan bahwa konsumsi jus semangka sebanyak 350 gram per hari selama tujuh hari mampu menurunkan tekanan sistolik dan diastolik secara signifikan. Selain itu, studi oleh Yohana Adibah (2021) dan Eka Pratiwi dkk. (2022) juga menunjukkan hasil serupa, di mana terjadi penurunan tekanan darah setelah intervensi jus semangka.

Hal ini sejalan dengan kandungan L-citrulline dan kalium dalam semangka yang secara ilmiah berperan dalam proses vasodilatasi dan pengaturan tekanan darah."

Penelitian (Zuhartul Hajri, 2021) mendukung teori di atas yaitu dijelaskan betapa pentingnya bagi kita semua untuk menjaga kesehatan, seperti contoh mengkonsumsi makanan yang sehat, teratur melakukan olah raga. Dari beberapa dampak yang muncul pada usia produktif, maka perawat memiliki kewenangan untuk mengatasi keluhan yang terjadi pada keluarga usia produktif yang mengalami hipertensi, dengan memberikan konseling kepada usia produktif maupun keluarga dalam mengatasi hipertensi. Hipertensi yang dialami agar keluarga dapat mengetahui masalah kesehatan dan melaksanakan tindakan yang tepat bagi anggota keluarganya yang mengalami hipertensi.

Peran perawat dalam menguasai konsep dasar kebutuhan manusia merupakan hal penting sebagai dasar untuk memberikan asuhan keperawatan keluarga. Kemampuan ini sangat membantu keluarga dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh keluarga tersebut (Lali, *et,al.*, 2022). Permasalahan keluarga yang semakin kompleks seiring dengan perubahan gaya hidup masyarakat yang memungkinkan akan terjadinya penyakit.

Berdasarkan uraian diatas perlu dilakukan suatu asuhan keluarga sehingga peneliti melakukan penelitian tentang "Asuhan Keperawatan Keluarga Hipertensi dengan Intervensi Keperawatan Pemberian Jus Semangka di Desa Plalangan Kalisat Jember".

1.2 Batasan Masalah

Masalah yang diambil pada kasus ini adalah implementasi keperawatan pada keluarga yang mengalami hipertensi.

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana hasil Asuhan Keperawatan Keluarga Hipertensi dengan Intervensi Keperawatan Pemberian Jus Semangka di Desa Plangan Kalisat Jember?

1.4 Manfaat

1.4.1 Teoritis

Hasil studi kasus ini dapat menjadi bahan pengembangan untuk mengembangkan teori keperawatan keluarga serta pengayaan dalam konsep teori asuhan keperawatan pada keluarga dengan usia produktif yang mengalami Hipertensi

1.4.2 Praktis

1) Keluarga

Penelitian ini dapat menjadikan pengetahuan keluarga meningkat serta meningkatkan kemampuan keluarga dalam memelihara kesehatan keluarga dengan tahap perkembangan keluarga dengan usia produktif sehingga dapat meningkatkan status kesehatan keluarga setelah diberikan asuhan keperawatan selama 7 hari.

2) Perawat Puskesmas

Penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam mengembangkan proses asuhan keperawatan sehingga mampu meningkatkan sinergi mutu pelayanan pada keluarga untuk mewujudkan program yang akan dicapai dengan tujuan memperoleh metode yang sesuai, rasional, dan sistematis dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien.

3) Instusi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan pandangan tentang bagaimana proses asuhan keperawatan keluarga dalam menghadapi usia produktif terhadap terjadinya penyakit hipertensi. Dengan demikian maka dapat dijadikan sebagai bahan dasar evaluasi terkait manajemen keperawatan yang sebelumnya kurang maksimal menjadi lebih maksimal.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat membantu peneliti selanjutnya untuk melakukan intervensi yang berkaitan dengan asuhan keperawatan keluarga usia produktif dengan penyakit hipertensi.

1.5 Tujuan

1.5.1 Tujuan Umum

Melakukan Asuhan keperawatan keluarga hipertensi dengan intervensi keperawatan pemberian jus semangka di Desa Plalangan, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember.

1.5.2 Tujuan Khusus

Tujuan Khusus dari Karya Ilmiah Akhir untuk melakukan sebagai berikut:

- 1) Melakukan pengkajian pada keluarga yang mengalami hipertensi dengan pemberian terapi jus semangka di Desa Plalangan Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.
- 2) Menetapkan diagnosis keperawatan pada keluarga yang mengalami hipertensi di Desa Plalangan Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.
- 3) Menyusun Perencanaan keperawatan pada keluarga yang mengalami hipertensi dengan pemberian jus semangka di Desa Plalangan Kecamatan Kalisat Kabupaten jember.

- 4) Melaksanakan tindakan keperawatan pada keluarga yang mengalami hipertensi dengan pemberian jus semangka di Desa Plalangan Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember.
- 5) Melakukan evaluasi pada keluarga yang mengalami hipertensi dengan pemberian jus semangka di Desa Plalangan, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember.

