

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami masyarakat, ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara persisten di atas nilai normal 140/ 80 mmHg (Aminullah & Septiany, 2024). Kondisi ini sering tidak disadari hingga menimbulkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan serangan jantung. Salah satu kelompok yang paling rentan mengalami hipertensi adalah usia 45–60 tahun. Pada kelompok ini, terjadi berbagai perubahan fisiologis seperti kekakuan pembuluh darah, penurunan elastisitas arteri, serta peningkatan resistensi perifer yang berkontribusi terhadap kenaikan tekanan darah (Lauren et al., 2023). Selain faktor usia, gaya hidup tidak sehat seperti konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, kurang aktivitas fisik, serta stres berlebih menjadi pemicu utama.

Masalah hipertensi menjadi tantangan serius di berbagai belahan dunia. Data dari World Health Organization (WHO) tahun 2023 menunjukkan lebih dari 1,28 miliar penduduk dunia mengalami hipertensi, dan hampir dua pertiga di antaranya berada di negara berkembang (Auliani et al., 2024). Di Indonesia, prevalensi hipertensi juga menunjukkan angka yang cukup tinggi. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, pada kelompok usia 45–54 tahun, angka hipertensi tercatat sebesar 45,3%, dan meningkat menjadi 55,2% pada kelompok usia 55–64 tahun. Data ini menunjukkan

bahwa usia 45–60 tahun merupakan kelompok usia yang memiliki risiko tinggi terhadap hipertensi di Indonesia.

Di tingkat provinsi, Jawa Timur mencatat jumlah kasus hipertensi yang cukup besar. Pada kelompok usia 45–60 tahun, terdapat sebanyak 51.616 kasus hipertensi, yang mencerminkan besarnya beban penyakit pada usia produktif (Lauren et al., 2023). Hal ini juga tercermin di wilayah Kabupaten Banyuwangi, di mana menurut data dari Profil Kesehatan Banyuwangi tahun 2022, jumlah penderita hipertensi mencapai 75.682 kasus. Angka tersebut menjadikan hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi tertinggi di Banyuwangi (Ahmad et al., 2024).

Peningkatan tekanan darah pada kelompok usia 45–60 tahun merupakan suatu kondisi yang sering tidak disadari sejak dini. Pada fase awal, individu dalam kelompok usia ini kerap mengalami keluhan ringan yang bersifat umum, seperti nyeri kepala, kelelahan, atau gangguan tidur. Keluhan tersebut sering kali tidak dikaitkan dengan gangguan tekanan darah, sehingga tidak mendorong dilakukannya pemeriksaan secara rutin. Ketidaktahuan dan kurangnya pemantauan berkala menyebabkan kondisi hipertensi tidak terdeteksi dalam jangka waktu yang lama (Lainsamputty, 2020).

Pada saat tekanan darah akhirnya terukur melebihi batas normal, sebagian besar individu belum sepenuhnya menerima intervensi medis. Keengganan memulai pengobatan umumnya disebabkan oleh kekhawatiran terhadap efek samping obat atau persepsi bahwa kondisinya belum

memerlukan penanganan serius. Di sisi lain, kepatuhan dalam menerapkan gaya hidup sehat, termasuk pengaturan pola makan, aktivitas fisik teratur, dan manajemen stres, masih rendah pada kelompok usia ini (Ahmad et al., 2024).

Sebagai alternatif, muncul pendekatan berbasis pemanfaatan bahan alam yang telah dikenal secara turun-temurun dalam masyarakat. Salah satu tanaman yang banyak digunakan adalah daun salam (*Syzygium polyanthum*). Air rebusan daun salam mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, tanin, dan minyak atsiri yang memiliki efek vasodilator, mampu mengendurkan otot polos pembuluh darah, serta memiliki sifat diuretik yang dapat meningkatkan pengeluaran cairan tubuh (Alfaini et al., 2023). Kombinasi mekanisme ini dapat berkontribusi dalam menurunkan tekanan darah.

Dengan latar belakang tersebut, penting untuk mengkaji lebih lanjut penerapan air rebusan daun salam sebagai upaya mendukung pengendalian tekanan darah, khususnya pada kelompok usia 45–60 tahun yang berada dalam kelompok berisiko di Desa Karang Mulyo.

1.2 Rumusan Masalah

Memberi gambaran implementasi terapi air rebusan daun salam pada pasien usia berisiko hipertensi (45-60 tahun) di desa Karang Mulyo Banyuwangi.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mendeskripsikan implementasi terapi air rebusan daun salam pada pasien usia beresiko hipertensi (45-60 tahun) di desa Karang Mulyo Banyuwangi.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mendeskripsikan tekanan darah sebelum di berikan implementasi terapi air rebusan daun salam.
- 2) Mendeskripsikan tekanan darah sesudah di berikan implementasi terapi air rebusan daun salam.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Untuk meningkatkan pengetahuan lebih tentang implementasi terapi air rebusan daun salam pada pasien usia beresiko hipertensi (45-60 tahun).

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi Pasien

Terapi air rebusan daun salam dapat menjadi alternatif alami dan mudah dilakukan untuk membantu menurunkan tekanan darah, terutama bagi usia 45–60 tahun yang beresiko hipertensi. Pasien bisa lebih mandiri menjaga kesehatannya tanpa bergantung pada obat-obatan kimia.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini bisa dijadikan dasar untuk penelitian lanjutan tentang terapi herbal, khususnya efektivitas daun salam, baik dalam jangka waktu lebih lama, dosis berbeda, maupun pada kelompok usia yang lebih luas.

