

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah diatas ambang batas normal yaitu 120/80 mmHg. Menurut WHO (*World Health Organization*), batas tekanan darah yang dianggap normal adalah kurang dari 130/85 mmHg. Bila tekanan darah sudah lebih dari 140/90 mmHg dinyatakan hipertensi (Batas tersebut untuk orang dewasa diatas 18 tahun). Sering disebut *silent killer* karena merupakan kelainan kronis tanpa gejala yang diam-diam merusak pembuluh darah, jantung, otak, ginjal jika tidak terdeteksi dan tidak segera ditangani (Meita, 2011). Semakin meningkatnya angka kejadian hipertensi maka dari itu saya mengambil penyakit hipertensi dengan intervensi jus tomat karena buah tomat merupakan buah yang memiliki kandungan kalium dan likopen yang memiliki efek yang bisa menurunkan tekanan darah, sehingga saya mengambil judul ini untuk mengetahui apakah jus tomat bisa membantu menurunkan tekan darah dan bisa mencegah penyakit hipertensi.

Menurut WHO (*World Health Organization*) 2016 di seluruh dunia sekitar 972 orang atau 26,4% mengidap hipertensi di tahun yang akan datang angka ini akan kemungkinan akan mengalami peningkatan menjadi sebesar 29,2% di kawasan Asia ini telah membunuh 1,5 juta orang disetiap tahunnya, hal ini menunjukkan 1 dari 3 orang mengalami hipertensi. Prevalensi di kawasan Asia Tenggara dimana Thailand 23,6% Myanmar 21,5%, Indonesia

21,3%, Vietnam 21,0%, Malaysia 19,0%, Filipina 18,6%, Brunai Darussalam 17,9%, dan Singapura 18,0% (WHO,2018). Menurut Riskesdas 2018 menyatakan bahwa prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%) dan angka kejadian di Jatim 2.005.393 jiwa yang dilayani oleh Puskesmas. Sedangkan jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 jiwa, dan angka kematian di Indonesia yang disebabkan oleh hipertensi sebesar 427.218 jiwa diantaranya adalah pria dan sisanya 1.179.025 adalah penderita wanita (Riskesdas, 2018). Menurut Nurhidayat 2020 Penyakit Hipertensi di Ponorogo berada pada urutan ke-3 penyakit dominan pada masyarakat dengan jumlah penderita mencapai 50.114 (14,03%). Data dari Dinas Kesehatan 2018 menunjukkan bahwa jumlah penderita hipertensi di Kecamatan Mlarak yaitu 3.813 (20%).

Pada sebagian besar penderita, hipertensi tidak menimbulkan gejala. Berbagai macam pencetus awal tekanan darah tinggi diantaranya gaya hidup, factor lingkungan, pola makan yang tidak terkontrol, obesitas, perokok, stress, konsumsi garam berlebih dan kurangnya olahraga. Faktor risiko hipertensi yang tidak dapat diubah diantaranya umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetic (Vikran, 2001 dalam Ni made, 2016). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dalam dua kategori yaitu non-farmakologi dan farmakologis. Upaya non-farmakologi adalah dengan menjalani pola hidup sehat seperti menjaga berat badan, mengurangi asupan garam, melakukan olahraga, mengurangi konsumsi alkohol dan tidak merokok. Terapi

farmakologi adalah tatalaksana hipertensi menggunakan obat (Ann et al, 2015).

Salah satu alternatif penatalaksanaan hipertensi berupa terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan adalah dengan mengkonsumsi buah dan sayuran yang dapat menurunkan tekanan darah. Tomat (*Lycopersicon Lycopersicum*) merupakan salah satu dari jenis terapi herbal untuk menangani penyakit hipertensi. Tomat kaya akan kalium, kerja kalium adalah mempengaruhi system renin angiotensin dengan menghambat pengeluaran. Renin yang bertugas mengubah angiotensin I tetapi karena adanya blok pada system tersebut maka pembuluh darah mengalami vasodilatasi sehingga tekanan darah akan turun. Kalium juga menurunkan potensial membrane pada dinding pembuluh darah sehingga terjadi relaksasi pada dinding pembuluh darah dan akhirnya menurunkan tekanan darah (Monika, 2013).

Berdasarkan studi literature dapat ditarik kesimpulan bahwa pengobatan alternatif untuk pasien hipertensi selain menggunakan farmakologi adalah mengkonsumsi jus tomat untuk menurunkan tekanan darah.

Dari An nu'man bin Basyir radhiyallahu anhuma, Rasulullah S.A.W bersabda : *ala wainna fil jasaki mudhghatan idza shalahat shalahal jasaki kulluhu, wa idza fasadaj fasadal jasaki kulluhu. Ala wahiyal qalbu* "Ingatlah bahwa didalam jasad terdapat segumpal daging, Jika ia baik, maka baik juga seluruh jasad, Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah bahwa ia adalah hati/jantung (HR.Bukhari no. 52 dan Muslim No. 1599). Jantung merupakan organ yang memompa darah keseluruh tubuh. Adapun

penyakit yang disebabkan oleh gangguan fungsi jantung salah satunya yaitu hipertensi atau tekanan darah tinggi.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana efektivitas jus tomat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.3 Tujuan penelitian

Untuk mengetahui efektivitas jus tomat dalam penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat *Literature review* ini adalah sebagai rujukan sumber ilmiah bagi tenaga kesehatan terutama di bidang keperawatan. Khususnya dalam menangani penderita Hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Penulis

Literature review ini diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi bagi penulis mengenai efektivitas jus tomat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Bagi Penulis Selanjutnya

Literature Riview ini sebagai sumber referensi dan masukan dalam penyusunan karya ilmiah tentang efektivitas jus tomat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

3. Instansi Pendidikan

Hasil ini diharapkan menambah pengetahuan ilmu tentang penyusunan *literature review* sehingga dapat dimanfaatkan di akademi yang akan datang.

