

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause merupakan suatu proses alamiah yang dihadapi dalam kehidupan wanita seiring dengan bertambahnya usia. Menopause bukanlah suatu penyakit atau kelainan dan terjadi pada akhir siklus menstruasi yang terahir. Hal ini disebabkan karena pembentukan hormone estrogen dan progesterone dari ovarium wanita berkurang, ovarium berhenti melepaskan sel telur sehingga aktivitas menstruasi berkurang dan pada akhirnya berhenti sama sekali. Pada masa ini terjadi penurunan jumlah hormone estrogen yang sangat penting untuk mempertahankan kerja tubuh. Kejadian menopause ini dapat mempengaruhi kualitas hidup wanita. Masalah-masalah kesehatan sering dialami pada usia menopause sangat rentan terhadap timbulnya penyakit degenerative (seperti penyakit jantung, hipertensi dan osteoporosis). Berhentinya fungsi hormone tersebut dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah yang berakibat meningkatnya tekanan darah atau hipertensi (Proverawati, Sase dalam Risky, 2017).

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian/ mortalitas. Tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam *arteri*. Secara umum, hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan yang abnormal tinggi di

dalam arteri menyebabkan meningkatnya resiko terhadap *stroke*, *aneurisma*, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan ginjal. Pada hipertensi sistolik terisolasi, tekanan sistolik mencapai 140 mmHg atau lebih, tetapi tekanan diastolic kurang dari 90 mmHg dan tekanan diastolic masih dalam kisaran normal. Hipertensi ini sering ditemukan pada usia lanjut. Sejalan dengan bertambahnya usia, hampir setiap orang mengalami kenaikan darah. Tekanan sistolik terus meningkat sampai usia 80 tahun dan tekanan diastolic terus meningkat sampai usia 55- 60 tahun, (TriyantoEndang,2014).

Berdasarkan jenis kelamin tahun 2007 maupun tahun 2013 prevalensi perempuan mengalami hipertensi lebih tinggi di banding laki-laki (INFODATIN, 2014).

Word Health Organization (WHO) 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Artinya, 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi, tahun 2013 menjelaskan akibat terjadinya komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4 juta penduduk dunia meninggal setiap tahun. Badan kesehatan dunia (WHO) menyebutkan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah, pada tahun 2020 mendatang diperkirakan sekitar 1,56 miliar warga dunia terkena hipertensi.

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) bahwa terdapat 24,7 % penduduk asia tenggara dan 23,3% penduduk Indonesia berusia 18 tahun keatas mengalami hipertensi pada tahun 2014 dan merupakan penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan tuberkulosis (WHO, 2015) Di tahun 2016 Survei Indikator

Kesehatan Nasional (sirkesnas) melihat angka tersebut meningkat jadi 32,4%. Dan di tahun 2018 angka prevalensi hipertensi semakin meningkat yaitu 34,1%. di Indonesia, prevalensi hipertensi pada usia lanjut (lansia) sekitar 35-40% dan pada wanita pasca menopause sekitar 48,3%, prevalensi rate hipertensi pada penduduk umur 50 tahun keatas di Negara berkembang adalah 52,9%.

Di Sumatera Utara pada tahun 2016 jumlah penderita hipertensi ternyata masih cukup tinggi. Berdasarkan data yang diterima Sumut Pos dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, tercatat 50.162 orang menderita Hipertensi. Pada data tersebut, tercatat paling banyak menderita Hipertensi adalah wanita dengan jumlah 27.021. Untuk usia yang paling banyak menderita, terlihat pada data itu adalah usia di atas 55 tahun dengan jumlah 22.618, kemudian usia 18 sampai 44 tahun dengan jumlah 14.984 dan usia 45 sampai 55 tahun dengan jumlah 12.560.

Meski demikian, bila dibanding tahun 2015, jumlah itu lebih sedikit. Pada tahun 2015, tercatat pada data itu penderita Hipertensi di Sumut, Januari-Okttober 2015, mencapai 151.939. Namun, untuk penderita terbanyak juga adalah wanita dengan jumlah 87.774. Untuk usia penderita paling banyak, terlihat pada data itu juga usia di atas 55 tahun dengan jumlah 85.254, disusul usia 45 sampai 55 tahun dengan jumlah 44.909 dan usia 18 sampai 44 tahun dengan jumlah 21.776. berdasarkan penyakit penyebab kematian pasien rawat inap di rumah sakit kabupaten/kota, provinsi sumatera utara, hipertensi menduduki peringkat pertama dengan proporsi kematian sebesar 27,02% (1.162 orang), dengan kelompok umur > 60 tahun sebesar 20,23% (1.349 orang) (KEMENKES RI, 2013). Menurut profil

kesehatan kab. Batu Bara tahun 2015, hipertensi menduduki peringkat ketiga dari sepuluh penyakit terbesar di kab batubara yaitu 9,37%.

Kebijakan lain dari pemerintah adalah mengelola penyakit hipertensi dengan pengendalian secara komprehensif terutama promotif-preventif, sarana diagnostik dan pengobatan. Pemakaian obat herbal tradisional sebagai langkah promotif-preventif pengelolaan hipertensi kini telah banyak dikembangkan. Banyak persepsi yang salah dari masyarakat mengenai penyakit hipertensi, antara lain: Penyakit hipertensi tak perlu penanganan serius, penyakit hipertensi bisa sembuh, kalau tak ada keluhan tak perlu makan obat, terlalu sering makan obat hipertensi bisa sakit ginjal, yang sakit hipertensi hanya orang-orang yang pemarah, makin tua usia makin tinggi batas tekanan darah normalnya, dan tak perlu mengatur diet. (Putra, 2015).

Pengobatan penyakit darah tinggi secara herbal yang dibutuhkan adalah buah-buahan, sayur-sayuran, daun-daunan dan akar-akaran yang mengandung kalium, potassium, kalsium dan zat-zat penting lainnya. Penderita penyakit darah tinggi pada umumnya kekurangan kalium, potassium, dan kalsium. Oleh karena itu, mengkonsumsi buah-buahan dan sayur-sayuran yang mengandung kalium, postassium, dan kalsium merupakan cara yang tepat untuk menurunkan tekanan darah tinggi, salah satunya adalah labu siam. Labu siam berkhasiat sebagai antipiretik, antiinflamasi, dan menurunkan tekanan darah tinggi (Nisa, dalam putra, 2015).

Labu siam mengandung kalium dan alkaloid yang bersifat diuretik yaitu membantu ginjal mengeluarkan kelebihan cairan dan garam dari dalam tubuh,

sehingga berkurangnya cairan dalam darah akan menurunkan tekanan darah. Buah dan daun pucuk labu siam berkhasiat diuretik (melancarkan keluarnya air seni). Khasiat diuretik ini, akan berdampak ke penurunan tekanan darah tinggi (hipertensi), mencegah pengerasan dan pengapuran pembuluh arteri, mengurangi kemungkinan serangan jantung dan melarutkan batu ginjal. Mengkonsumsi air perasan buah labu siam pada pagi hari bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah tinggi, karena mengandung asam amino dan vitamin C yang sangat bermanfaat bagi kesehatan (Sudibyo dalam Nurhalimah dkk, 2016).

Hasil penelitian Nurjannah (2015), didapatkan dari 30 pasien hipertensi yang dijadikan responden sebanyak 21 (70%) pasien hipertensi mengalami tekanan darah stadium 2 ($>160/100$ mmHg) dan sebanyak 9 (30%) pasien hipertensi mengalami tekanan darah stadium 1 (140-159/90-99 mmHg) sebelum diberikan perlakuan mengkonsumsi sayuran labu siam, sedangkan sesudah mengkonsumsi sayuran labu siam dalam selang waktu 3 hari sebanyak 26 (87%) pasien hipertensi mengalami tekanan darah normal ($<120/80$ mmHg) dan sebanyak 4 (13%) pasien hipertensi mengalami tekanan darah prehipertensi (120-139/80-89 mmHg).

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian terdahulu memberi pandangan bahwa dalam penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi perlu ditangani dengan cara yang mudah yaitu dengan mengkonsumsi labu siam yang diolah. Dalam penelitian ini dilakukan pemeriksaan secara langsung tekanan darah sebelum dan sesudah 3 hari mengkonsumsi rebusan sayuran labu siam, sedangkan untuk perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu diketahui dari

perlakuan pemberian labu siam dimana penelitian terdahulu menggunakan perlakuan dengan rebusan sayuran labu siam dan pada penelitian ini dilakukan perlakuan dengan memberikan sari buah labu siam pada penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 wanita menopause penderita hipertensi di Puskesmas Pagurawan Kab. Batu Bara sebanyak 8 penderita mengaku jarang mengkonsumsi labu siam yang dimasak maupun dibuat jus dan sebanyak 2 penderita hipertensi mengaku sering mengkonsumsi labu siam yang dibuat sayuran. Dari 10 wanita menopause tersebut didapatkan sebanyak 9 penderita hipertensi mengaku sering mengalami sakit kepala, nyeri dada dan pusing, sedangkan sebanyak 1 penderita hipertensi hanya sering mengalami pusing saja. Hal ini membuktikan bahwa perlu adanya tindakan lebih lanjut dalam penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan cara lebih mudah yaitu mengkonsumsi labu siam yang sudah dibuat menjadi perasan sari buah.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian adalah : “Apakah ada pengaruh pemberian sari buah labu siam terhadap perubahan tekanan darah pada wanita menopause dengan hipertensi di Puskesmas Pagurawan Kab. Batu Bara tahun 2019 ? ”

C. Tujuan Penelitian

C.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh sari buah labu siam terhadap perubahan tekanan darah pada wanita menopause dengan hipertensi di Puskesmas Pagurawan Kab. Batu Bara tahun 2019”

C.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum pemberian sari buah labu siam terhadap perubahan tekanan darah pada wanita menopause dengan hipertensi di Puskesmas Pagurawan Kab. Batu Bara tahun 2019”
2. Mengetahui perbedaan tekanan darah sesudah pemberian sari buah labu siam terhadap perubahan tekanan darah pada wanita menopause dengan hipertensi di Puskesmas Pagurawan Kab. Batu Bara tahun 2019”
3. Mengetahui pengaruh pemberian sari labu siam terhadap perubahan tekanan darah wanita menopause dengan hipertensi di Puskesmas Pagurawan Kab. Batu Bara tahun 2019”

D. Manfaat Penelitian

D.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, bahan masukan yang bermanfaat dan sebagai salah satu pertimbangan dalam pengambilan keputusan bagi program penanganan masalah hipertensi pada wanita menopause sehingga dapat menurunkan prevalensi hipertensi

D.2 Manfaat Praktik

1. Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi peneliti terutama tentang labu siam terhadap penurunan hipertensi
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan kepada masyarakat khususnya bagi wanita menopause, sehingga dapat dilakukan upaya pencegahan terjadinya hipertensi pada wanita menopause

E. Keaslian Penelitian

Yuninda (2010), dengan judul penelitian "*Pengaruh Jus Labu Siam (sechium Edule) terhadap tekanan darah wanita dewasa.*" Penelitian ini menggunakan 30 orang wanita dewasa. Menggunakan metode *Pre Eksperimental* dengan desain *Pre-Test* dan *Post-Test*. data yang diukur adalah tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah minum jus labu siam selama 3 hari. Analisis data menggunakan uji *t-test* berpasangan dengan $\alpha = 0.005$. hasil rata-rata tekanan darah sistolik hari pertama, kedua, dan ketiga setelah minum jus labu siam mengalami penurunan sebesar 12.66 mmHg, 9.53 mmHg, dan 7.27 mmHg dibandingkan sebelum minum jus labu siam. Sedangkan hasil rata-rata tekanan darah diastolik hari pertama, kedua, dan ketiga setelah minum jus labu siam mengalami penurunan sebesar 5.66 mmHg, 3.4 mmHg, dan 2.99 mmHg dibandingkan sebelum minum jus labu siam. Kesimpulan dari penelitian ini adalah jus labu siam menurunkan tekanan darah. Perbedaan dalam penelitian ini yaitu jumlah sample, jenis variabel bebas (independen) yang digunakan dan

variabel terikat (dependen) dan adapun persamaan dalam penelitian ini metode penelitian yang digunakan.

Wati (2012), yang berjudul “Pengaruh Perasan Labu Siam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Krajan Desa Nyatnyono Ungaran Barat”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode quasi experiment. Dalam penelitian ini menggunakan *Design Non Equivalent (Pretest Dan Posttest) Control Group Design*. Populasi yang akan diteliti adalah seluruh klien hipertensi yang ada di Dusun Krajan Desa Nyatnyono Ungaran Barat sebanyak 55 orang. Sampel yang diambil sebanyak 30 responden yang dibagi dalam kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Teknik pengambilan data menggunakan purposive sampling sedangkan alat pengambilan data tekanan darah dengan spygrometer dan stetoskop. Uji analisis menggunakan *Mann Withney*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh perasan labu siam terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Krajan Desa Nyatnyono Ungaran Barat (p-value sistole sebesar 0,029 dan diastolik sebesar 0,002) Terapi perasan labu siam dapat digunakan sebagai pengobatan alternatif yang tepat dan praktis tanpa efek samping. Perbedaan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian yang digunakan, tempat penelitian, jumlah sample dan variabel terikat (dependen) Adapun persamaan dalam penelitian ini yaitu, jenis variabel bebas (independen) yang digunakan dan teknik sampling.

Eka Kurnia Putra Djaelani (2015), dengan judul penelitian “Pengaruh Sari Buah Labu Siam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Pstw Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta”. Penelitian ini

bertujuan untuk mengetahui pengaruh sari buah labu siam terhadap perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah mengkonsumsi sari buah labu siam pada lansia penderita hipertensi di PSTW Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *Pre Experimental Design* dengan rancangan penelitiannya adalah *Pre-test and Post-test One Group Design*, dengan jumlah 17 responden yang diambil secara *Nonprobability Sampling (Accidental Sampling)*. Berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji *Wilcoxon Match Pair Test* diperoleh nilai p 0.000 lebih kecil daripada 0.005 ($0.000 < 0.05$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sari buah labu siam berpengaruh untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Untuk selanjutnya disarankan bagi pengelola panti menggunakan sari buah labu siam sebagai alternatif pengobatan non farmakologi. Perbedaan dalam penelitian ini yaitu tempat penelitian, jumlah sample dan teknik sampling, variabel terikat (dependen). adapun persamaan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian yang digunakan,jenisvariabelbebas(independen).