

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Timbulnya pelemahan fisik dan meningkatnya kerentanan terhadap penyakit, perubahan lingkungan, penurunan mobilitas, dan perubahan tubuh merupakan ciri-ciri usia lanjut (menopause). Menopause seringkali menyebabkan penurunan kesehatan fisik dalam hal energi, aktivitas, ketidaknyamanan, dan ketergantungan pada perawatan medis (Berta et al., 2023). Setiap wanita akan melalui fase ilmiah yang dikenal sebagai menopause, yang biasanya terjadi setelah usia empat puluh (Podungge, 2020).

Menopause, yang dipastikan jika seorang wanita tidak mengalami menstruasi selama setidaknya 12 bulan, terjadi di akhir siklus menstruasi terakhir dan bukan merupakan suatu gangguan. Setiap wanita umumnya mengalami menopause antara usia 45 dan 55 tahun. Penurunan estrogen dan peningkatan kortisol adalah dua dampak menopause yang dapat membuat wanita lebih rentan terhadap stres dan meningkatkan risiko tekanan darah tinggi, hipertensi, dan penyakit kardiovaskular lainnya (Sadiman et al., 2023).

Kegiatan fisik adalah salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap hipertensi atau tekanan darah tinggi. Risiko mengalami hipertensi, atau tekanan darah tinggi, cenderung meningkat seiring dengan berkurangnya aktivitas fisik. Wanita menopause lebih rentan terhadap penyakit jantung, tekanan darah tinggi, dan osteoporosis. Hal ini disebabkan oleh penurunan kadar hormon selama menopause, yang seringkali mengakibatkan palpitasi, insomnia, keringat malam, dan ketidakstabilan emosi (Katanna et al., 2022).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, prevalensi hipertensi secara global diperkirakan mencapai 33%, dengan sekitar dua pertiga penderitanya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan berkembang. Sekitar 46% orang dewasa tidak mengetahui bahwa mereka mengidap hipertensi, 42% telah terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan, namun hanya sekitar 21% atau 1 dari 5 penderita yang berhasil mengontrol

tekanan darahnya. Tingkat prevalensi hipertensi bervariasi antar wilayah dan kelompok pendapatan negara. WHO mencatat bahwa wilayah Afrika memiliki angka tertinggi, yaitu 27%, sedangkan wilayah Amerika memiliki angka terendah, yakni 18%.

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,11%. Hipertensi menjadi masalah kesehatan serius karena menempatkan Indonesia pada peringkat kelima dunia dalam jumlah penderita hipertensi terbanyak (Kemenkes, 2025). Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Bantul, jumlah kasus hipertensi di Kabupaten Bantul pada tahun 2023 mencapai 15.785 untuk pria dan 33.521 untuk wanita (Profil Kesehatan Bantul, 2024). Hipertensi atau tekanan darah tinggi selalu menduduki posisi dalam 10 besar penyakit serta penyebab kematian di Kabupaten Bantul selama beberapa tahun terakhir. Data Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menunjukkan terjadi peningkatan kasus hipertensi di DIY dari tahun 2021 ke tahun 2023. Pada tahun 2021, terdapat 127.188 kasus hipertensi di DIY, 129.764 kasus pada tahun 2022, dan 143.382 kasus pada tahun 2023 (Tambusai, 2022).

Peningkatan tekanan darah yang berlebihan dikenal sebagai hipertensi. Selain itu, hipertensi dapat muncul tanpa gejala yang jelas. Jika tidak ditangani, hipertensi dapat menyebabkan sejumlah penyakit, termasuk gangguan ginjal, jantung, dan otak (Somantri, 2022). Penyakit medis yang dikenal sebagai hipertensi hampir tidak pernah menimbulkan gejala pada pasiennya. Beberapa lansia (wanita menopause) mungkin mengalami gejala seperti edema kapiler, pusing, dan nyeri leher, meskipun jarang terjadi. Hipertensi kerap dijuluki sebagai *silent killer* atau “pembunuh diam-diam” karena banyak penderitanya yang tidak mengalami gejala yang jelas (Ariyanti et al., 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, tekanan darah 140/90 mmHg dikategorikan normal, sedangkan tekanan darah di atas 160/95 mmHg termasuk dalam klasifikasi hipertensi (Alamsyah et al, 2021). Seiring bertambahnya usia, tekanan darah seseorang meningkat, yang sering disebut hipertensi. Gangguan kardiovaskular seringkali muncul bersamaan dengan hipertensi menopause.

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, terjadi ketika tekanan darah sistolik (angka atas) melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik (angka bawah) berada di atas 90 mmHg (Aminuddin et al., 2024).

Konsekuensi jangka pendek hipertensi pada wanita menopause meliputi peningkatan tekanan darah akibat penurunan kadar estrogen, yang penting untuk fleksibilitas pembuluh darah dan pengaturan tekanan darah. Dalam jangka panjang, hipertensi meningkatkan risiko gangguan kardiovaskular seperti stroke dan penyakit jantung koroner, serta dapat merusak organ penting seperti ginjal dan otak. Kerusakan tersebut berpotensi menimbulkan penurunan fungsi kognitif hingga demensia (Wiradiya, 2022).

Pengelolaan hipertensi pada wanita menopause dapat dilakukan melalui metode farmakologis maupun non-farmakologis. Pemberian obat antihipertensi, yang pada dasarnya memiliki efek samping, merupakan salah satu strategi farmakologis untuk mengendalikan hipertensi. Pendekatan non-farmakologis untuk mengelola hipertensi meliputi penggunaan ramuan herbal alami seperti madu, jahe, dan serai yang dapat diseduh dan dikonsumsi secara teratur. Zat-zat yang terdapat dalam jahe, seperti gingerol, memiliki karakteristik anti-inflamasi serta antioksidan. Zat ini juga dapat berperan sebagai penghalang ACE dan penghambat saluran kalsium, yang dapat mendukung pelebaran pembuluh darah serta menurunkan tekanan darah. Kandungan kalium yang melimpah dalam serai juga berperan dalam menjaga kestabilan elektrolit serta cairan dalam tubuh. Selain itu, serai juga mengandung sitral, yang memiliki efek diuretik ringan dan dapat membantu vasodilatasi, sehingga kelebihan garam dapat dibuang melalui urine (Rahayu & Khotimah, 2024).

Madu diketahui mengandung antioksidan termasuk flavonoid dan polifenol, gunakanlah madu sebagai pemanis alami dalam minuman. Menurut penelitian, madu dapat membantu menurunkan tekanan darah dengan memengaruhi aktivitas Enzim Pengubah Angiotensin (ACE) dan menurunkan resistensi vaskular sistemik (Dani, 2024). Karena kandungan antioksidan dan efek vasodilatasinya masing-masing, ketiga zat ini diyakini dapat bekerja sama

untuk membantu mengendalikan tekanan darah. Selama satu minggu, Anda dapat meminum ramuan serai, jahe, dan madu ini sekali sehari dengan cara menyeduh serai dan jahe yang ditambah dua sendok makan madu.

Pada bulan Maret, 70 perempuan menopause yang terdaftar di Posyandu Tegal Asri, Desa Banguntapan, berpartisipasi dalam studi pendahuluan di Dusun Tegal Asri Sokowaten, Tamanan Banguntapan, Bantul. Sebanyak 32 perempuan menopause, atau 45,7% dari sampel, menderita hipertensi. Menurut ketua kader Posyandu, belum ada program nonfarmakologis yang diterapkan untuk menurunkan tekanan darah perempuan menopause. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mempelajari dampak pemberian madu jahe serai (MJS) *Tea* terhadap penurunan hipertensi pada perempuan menopause karena tingginya prevalensi hipertensi pada populasi ini.

B. Rumusan Masalah

Masalah yang diteliti seperti yang sudah diuraikan dalam latar belakang sebelumnya, adalah “Bagaimanakah Pengaruh Pemberian Madu Jahe Serai (MJS) *Tea* Terhadap Tekanan Darah pada Wanita Usia Menopause dengan Hipertensi di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan Bantul?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

"Bagaimanakah Pengaruh Pemberian Madu Serai Jahe (MJS) *Tea* terhadap Tekanan Darah pada Wanita Menopause dengan Hipertensi di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan, Bantul?" merupakan pertanyaan penelitian, sebagaimana tercantum pada bagian latar belakang di atas.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui karakteristik wanita usia menopause berdasarkan usia, pendidikan terakhir, pekerjaan dan karakteristik variabel penelitian yaitu frekuensi makan, lama istirahat malam, dan genetik (yang memiliki keturunan hipertensi) di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan Bantul.

- b) Untuk mengukur tekanan darah pada wanita menopause dengan hipertensi sebelum pemberian intervensi madu serai jahe (MJS) *Tea* di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan Bantul.
- c) Untuk mengukur tekanan darah pada wanita menopause dengan hipertensi setelah pemberian intervensi madu serai jahe (MJS) *Tea* di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan Bantul.
- d) Menganalisis bagaimana pemberian madu serai jahe (MJS) *Tea* pada wanita menopause memengaruhi tekanan darah.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah :

1. Manfaat di bidang akademis

Diharapkan akan memajukan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang pengobatan wanita menopause yang menderita hipertensi dengan pemberian madu jahe serai (MJS) *Tea*.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Wanita Usia Menopause

Melalui penggunaan teh herbal yang dicampur dengan madu, jahe, dan serai, diyakini membantu wanita usia menopause di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan Bantul dengan hipertensi dalam menurunkan tekanan darah.

b) Bagi Mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta :

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap sumber ilmu pengetahuan di perpustakaan Unjaya dan dapat menjadi sumber informasi bagi mahasiswa.

c) Bagi Peneliti :

Hasil penelitian ini diharapkan layak menjadi informasi baru terhadap penderita hipertensi dengan pengembangan minuman herbal yang dapat di gunakan di masa mendatang.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

| No | Judul/Tahun | Hasil | Persamaan | Perbedaan |
|----|---|---|--|--|
| 1 | Pengaruh Aroma Terapi Jahe (<i>Zingiber Officinale</i>) Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Menopause Penderita Hipertensi Di Dusun Nglarangan (Apriani & Wahyuni, 2022) | Pemberian aromaterapi jahe secara signifikan menurunkan tekanan darah pada wanita menopause dengan hipertensi di Dusun Nglarangan. Tekanan darah rata-rata menurun dari 157,7/92,5 mmHg menjadi 147,7/86,6 mmHg ($p < 0.05$, Uji Wilcoxon). | Menggunakan jahe dan madu sebagai bahan penelitian | Penelitian sebelumnya menggunakan quota sampling dan dilakukan pada wanita usia menopause di Dusun Nglarangan, sedangkan penelitian ini menggunakan total sampling dan dilakukan pada wanita usia menopause di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan Bantul. |
| 2 | Pengaruh Mengonsumsi Minuman Rebusan Jahe, Kayu Manis, Serai Dan Madu Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi (Qasanah et al., 2024) | Minuman rebusan jahe, kayu manis, serai, dan madu secara signifikan menurunkan tekanan darah sistolik (dari 161,06 mmHg menjadi 122,34 mmHg) dan diastolik (dari 93,81 mmHg menjadi 81,56 mmHg) pada lansia dengan hipertensi ($p = 0,000$). | Menggunakan jahe serih dan madu sebagai bahan penelitian | Penelitian sebelumnya <i>control grup design</i> populasi yang digunakan sebanyak 175 sampel penelitian diambil dengan teknik <i>simple random sampling</i> dan mendapatkan 64 responden, sedangkan penelitian ini menggunakan <i>one grup design</i> populasi yang digunakan sebanyak 32 sampel penelitian diambil dengan <i>total sampling</i> |
| 3 | Aplikasi Pemberian Minuman Sereh Madu (Serdu) sebagai Pengembangan Fitofarmaka dalam Mengatasi Hipertensi pada Wanita (Rahayu & Khotimah, 2024a) | Pemberian minuman herbal sereh madu selama 7 hari terbukti secara signifikan menurunkan tekanan darah sistolik (rata-rata 18 mmHg, $p < 0,001$) dan diastolik (rata-rata 8 mmHg, $p < 0,001$), sehingga dapat menjadi pilihan alternatif untuk mengatasi hipertensi pada wanita.. | Menggunakan sereh dan madu sebagai bahan penelitian | Penelitian sebelumnya dikonsumsi selama 2 minggu dan menggunakan bahan basah dengan air 500 ml direbus hingga air menyusut hingga 250 ml. Sedangkan penelitian ini dikonsumsi selama 1 minggu menggunakan bahan kering dengan cara diseduh menggunakan air 250 ml. |

| No | Judul/Tahun | Hasil | Persamaan | Perbedaan |
|----|--|--|--|--|
| 4 | Efek Pemberian Jahe Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi (Nadia, 2020) | Berdasarkan hasil penelitian bahwa senyawa aktif dalam jahe terbukti berpotensi menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Efek ini diduga berasal dari kemampuan senyawa jahe dalam menghambat aktivitas enzim pengubah angiotensin (ACE) | Menggunakan jahe sebagai bahan penelitian | Penelitian sebelumnya menggunakan irisan jahe basah yang rendam pada air matang selama 1 jam. Sedangkan penelitian ini menggunakan bahan kering dengan cara diseduh menggunakan air 250 ml. |
| 5 | Rebusan Air Serai Efektif Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Desa Turus (Sutik, 2022) | Hasil penelitian membuktikan 100% tekanan darah lansia pada kategori ringan sebelum diberikan rebusan air serai dan setelah dilakukan pemberian rebusan air serai tekanan darah sebagian besar lansia memiliki tekanan darah dengan kategori normal yaitu 72%. Analisis uji Paired sampel t-test didapatkan hasil $p\text{-value}=0,001 < \alpha=0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada pengaruh pemberian rebusan air serai terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia Desa Turus. Rerata penurunan sistolik=13,28 mmHg (C.I. 95%: 10,92–15,64) dan diastolik=7,34 mmHg (C.I.95%:5,51–9,17). | Menggunakan serai sebagai bahan penelitian | Penelitian sebelumnya populasi yang digunakan sebanyak 48 sampel penelitian diambil dengan teknik <i>purposive sampling</i> dan mendapatkan 32 responden, sedangkan penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 32 sampel penelitian diambil dengan <i>total sampling</i> |