

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi disebut sebagai pembunuh gelap atau *silent killer* karena hipertensi bisa terjadi secara tiba-tiba tanpa adanya gejala terlebih dahulu. Hipertensi merupakan suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari suatu periode (Matheos *et al*, 2018 dalam Kusyani *et al.*, 2024). Menurut perkiraan World Health Organization (WHO), prevalensi hipertensi secara global mencapai 33% pada tahun 2023, dengan dua pertiga penderitanya berada di negara-negara miskin dan berkembang (Ardiansyah & Widowati, 2024). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023), sebanyak 59,1% penyebab disabilitas (seperti gangguan melihat, mendengar, dan berjalan) pada penduduk usia 15 tahun ke atas berasal dari penyakit yang didapat, dimana 53,5% di antaranya merupakan penyakit tidak menular (PTM), terutama hipertensi yang menyumbang 22,2%.

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) termasuk salah satu wilayah dengan angka prevalensi hipertensi yang cukup tinggi. Berdasarkan data Riskesdas DIY, prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun mengalami peningkatan dari 10,6% pada tahun 2019 menjadi 13,0% pada tahun 2023 (Dinkes, 2024). Ditingkat kabupaten, data profil kesehatan Kabupaten Bantul pada tahun 2022 mencatat bahwa prevalensi hipertensi lebih banyak ditemukan pada perempuan yaitu sebesar 67,8% dibandingkan laki-laki yang hanya 32,2% (Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul, 2022). Berdasarkan data kesehatan nasional, hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian khusus karena sering kali tidak menunjukkan gejala yang jelas namun berdampak serius pada kesehatan pasien.

Sebagai penyakit kronis, hipertensi tidak hanya menyebabkan penurunan kualitas hidup pasien tetapi juga menjadi faktor risiko utama berbagai komplikasi berbahaya. Kondisi ini berkontribusi pada munculnya penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung koroner dan gagal jantung, stroke

akibat tekanan darah yang tidak terkontrol, serta gagal ginjal kronis yang dapat berujung pada kebutuhan terapi cuci darah (Khotimah et al., 2023). Tingginya angka prevalensi hipertensi dan komplikasinya menunjukkan perlunya upaya pencegahan dan pengelolaan yang optimal, baik melalui pendekatan farmakologis maupun non-farmakologis.

Pengelolaan hipertensi selama ini banyak bergantung pada terapi farmakologis, seperti penggunaan obat antihipertensi yang efektif menurunkan tekanan darah. Namun, pengobatan ini sering kali disertai efek samping yang dapat memengaruhi kenyamanan dan kepatuhan pasien (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023). Oleh karena itu, intervensi non-farmakologis menjadi alternatif yang penting untuk dipertimbangkan. Pendekatan ini melibatkan pengaturan pola makan, perubahan gaya hidup, dan penggunaan bahan alami yang dapat membantu menurunkan tekanan darah tanpa risiko efek samping yang signifikan (Li'wuliyya, 2024).

Penggunaan bahan alami, seperti buah belimbing manis, menjadi salah satu opsi dalam pengelolaan hipertensi yang berpotensi membantu mengurangi ketergantungan pada obat-obatan. Kandungan nutrisi dan sifat antihipertensinya, seperti diuretik dan antioksidan, dapat memberikan efek positif dalam menurunkan tekanan darah secara alami (Khusuma et al., 2020). Selain itu, intervensi non-farmakologis juga memiliki manfaat tambahan dalam meningkatkan kualitas hidup pasien, baik melalui penurunan tekanan darah yang berkelanjutan maupun melalui perbaikan kondisi kesehatan secara umum. Hal ini menjadikan pendekatan ini penting untuk diintegrasikan dalam asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

Buah belimbing manis (*Averrhoa carambola* Linne) dikenal sebagai salah satu tanaman obat dengan kandungan nutrisi yang melimpah, seperti vitamin C, saponin, alkaloid, dan antioksidan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa buah ini memiliki sifat antihipertensi dan diuretik yang berperan dalam membantu menurunkan tekanan darah secara alami (Khusuma et al., 2020). Kandungan antioksidannya juga berkontribusi dalam melawan radikal bebas, yang dapat memperburuk kondisi hipertensi melalui kerusakan pembuluh

darah. Dengan manfaat tersebut, belimbing manis memiliki potensi besar sebagai alternatif pengobatan non-farmakologis untuk pasien hipertensi (Rifda & Sari, 2022).

Salah satu mekanisme kerja belimbing manis dalam menurunkan tekanan darah adalah melalui sifat diuretiknya, yang mampu meningkatkan ekskresi cairan dan natrium dari tubuh. Proses ini membantu mengurangi volume darah, sehingga beban kerja jantung menjadi lebih ringan dan tekanan darah menurun. Selain itu, konsumsi belimbing juga dapat membantu mengontrol berat badan, salah satu faktor risiko hipertensi. Dengan potensi ini, buah belimbing manis dapat dijadikan bagian dari intervensi berbasis bahan alami yang mendukung pengelolaan hipertensi secara komprehensif (Sujana et al., 2022).

Meskipun belimbing manis memiliki potensi besar sebagai terapi non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah, implementasi jus belimbing dalam praktik keperawatan masih tergolong minim. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya sosialisasi dan panduan yang jelas terkait penggunaannya sebagai bagian dari intervensi keperawatan (Piola et al., 2020). Selain itu, sebagian besar fokus pengelolaan hipertensi di fasilitas kesehatan masih mengandalkan pendekatan farmakologis, sehingga alternatif berbasis bahan alami seperti jus belimbing manis kurang mendapatkan perhatian. Padahal, terapi ini dapat menjadi pilihan yang lebih terjangkau dan minim efek samping, khususnya di kalangan masyarakat dengan akses terbatas ke pengobatan medis.

Melalui studi ini, evaluasi efektivitas jus belimbing manis dalam menurunkan tekanan darah diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah yang mendukung penerapannya sebagai bagian dari intervensi keperawatan. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk mengembangkan pedoman keperawatan yang lebih holistik dan berbasis pada pendekatan non-farmakologis. Dengan memanfaatkan potensi jus belimbing manis, tenaga keperawatan dapat memberikan solusi yang lebih variatif dan komprehensif dalam pengelolaan hipertensi, yang tidak hanya berfokus pada pengobatan tetapi juga pada pencegahan dan peningkatan kualitas hidup pasien.. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi berarti dalam pengembangan

intervensi keperawatan berbasis herbal, khususnya dalam pengelolaan hipertensi.

Penerapan terapi jus belimbing manis diharapkan mampu meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi melalui penurunan tekanan darah yang lebih efektif dan minim efek samping. Selain itu, intervensi ini dapat menjadi salah satu variasi praktik keperawatan komunitas yang relevan dengan kebutuhan lokal. Dengan adanya inovasi ini, peran perawatn dalam memberikan pelayanan kesehatan berbasis komunitas dapat semakin optimal, sehingga berdampak positif pada peningkatan masyarakat secara keseluruhan.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah pemberian jus buah belimbing manis sebagai upaya menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Pandak 1 Bantul.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan pengkajian pada pasien dengan hipertensi.
- b. Mendeskripsikan penentuan diagnosa keperawatan yang sesuai pada pasien dengan hipertensi.
- c. Mendeskripsikan penyusunan rencana keperawatan yang sesuai pada pasien dengan hipertensi.
- d. Mendeskripsikan implementasi keperawatan yang sesuai pada pasien dengan hipertensi.
- e. Mendeskripsikan evaluasi tindakan yang telah dilakukan pada pasien dengan hipertensi.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang efektivitas intervensi berbasis herbal, khususnya jus belimbing manis, dalam pengelolaan hipertensi.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi klien

Memberikan alternatif terapi non-farmakologis yang mudah diakses dan aman untuk membantu menurunkan tekanan darah, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi risiko komplikasi hipertensi.

b. Manfaat bagi tenaga kesehatan

Menambah wawasan dan keterampilan dalam mengimplementasikan terapi nonfarmakologi yaitu jus belimbing manis sebagai bagian dari intervensi keperawatan untuk pengelolaan hipertensi.

c. Manfaat bagi institusi

1) Puskesmas

Mendukung program pengelolaan Penyakit Tidak Menular (PTM) dengan menambahkan terapi berbasis lokal yang terjangkau dan dapat diintegrasikan dalam layanan kesehatan komunitas.

2) Pendidikan

Menjadi referensi ilmiah dan bahan ajar dalam bidang keperawatan, khususnya terkait pengembangan intervensi non-farmakologis untuk hipertensi berbasis herbal dan lokal.

D. Metode Penelitian

1. Tempat dan Waktu

Studi kasus ini dilakukan di Jalan Sedayu-Gesikan Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta, waktu pelaksanaan dimulai dari tanggal 12 Desember 2024 sampai dengan 20 Desember 2024.

2. Setting

Proses penelitian ini dilakukan dengan menentukan subjek penelitian atau pasien kelolaan terlebih dahulu sehingga didapatkan pasien dengan masalah keperawatan hipertensi. Sebelum menegakkan masalah atau diagnosis keperawatan, peneliti terlebih dahulu mengumpulkan data melalui pengkajian. Data objektif meliputi hasil pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer*, observasi kondisi fisik pasien, dan catatan riwayat kesehatan dari rekam medis. Sementara itu, data subjektif

diperoleh dari wawancara langsung dengan pasien mengenai keluhan yang dirasakan seperti sakit kepala, pusing, atau perasaan tidak nyaman.

Setelah data terkumpul dan divalidasi, peneliti melakukan analisis untuk menegakkan diagnosa keperawatan yang berhubungan, seperti gangguan perfusi jaringan terkait tekanan darah tinggi. Peneliti kemudian mengimplementasikan intervensi yang dirancang, termasuk pemberian jus belimbing manis sesuai prosedur serta memantau respons pasien secara berkala. Hasil tindakan keperawatan dievaluasi untuk menilai efektivitas intervensi dalam menurunkan tekanan darah dan mengidentifikasi kebutuhan perbaikan untuk tindakan keperawatan berikutnya.

3. Subjek Penelitian

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini merupakan suatu penelitian dengan pendekatan studi kasus (*case study*) dimana subjek penelitian sebanyak 1 orang. Subjek tersebut peneliti pilih secara *non-probability sampling* dengan tipikal *purposive sampling*. Teknik tersebut pada akhirnya menentukan subjek penelitian sebanyak 1 pasien yang sesuai dengan kriteria penelitian. Alasan pemilihan subjek dengan masalah keperawatan tersebut didasarkan pertimbangan teoritis bahwa jika pasien memiliki hipertensi yang sesuai dengan kriteria penelitian, maka intervensi yang diberikan, seperti pemberian jus belimbing manis dapat dievaluasi secara optimal dalam menurunkan tekanan darah. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah yang mendukung penerapan intervensi berbasis herbal dalam asuhan keperawatan hipertensi.

4. Metode Pengumpulan Data

a. Wawancara

Teknik ini digunakan untuk menggali informasi subjektif dari pasien seperti keluhan utama, riwayat kesehatam, pola hidup, dan faktor-faktor risiko yang memengaruhi kondisi hipertensi.

b. Pemeriksaan Fisik dan Observasi

Pengumpulan data objektif dilakukan melalui pemeriksaan fisik, seperti pengukuran tekanan darah serta observasi terhadap tanda-tanda klinis yang relevan dengan hipertensi.

c. Dokumentasi

Data tambahan diperoleh melalui analisis dokumen medis atau rekam medis pasien yang mencakup riwayat pengobatan, hasil pemeriksaan sebelumnya, dan catatan perawatan yang telah dilakukan.

d. Standar Operasional Prosedur (SOP)

Mengacu pada SOP pemberian jus belimbing manis, emmastikan prosedur dilaksanakan sesuai dengan pedoman. Adapun Standar Operasional Prosedur pemberian terapi jus belimbing manis adalah sebagai berikut :

Tabel 1. 1 Standar Operasional Prodedur (SOP) Jus Belimbing Manis

Standar Operasional Prosedur	Pemberian Jus Belimbing Manis
Pengertian	Buah belimbinng manis (<i>Averrhoa Carambola Linne</i>) dikenal sebagai tanaman obat yang kaya akan vitamin C dan asam oksalat. Selain itu, buah ini mengandung nutrisi seperti saponin, alkaloid, C-glikosida, tanin, serta memiliki aktivitas antioksidan yang tinggi.
Manfaat	Kalium yang terkandung dalam jus belimbing manis manis berperan dalam menurunkan vasodilatasi, sehingga membantu mengurangi resistensi perifer total dan meningkatkan output jantung. Asupan kalium yang tinggi akan meningkatkan konsentrasinya di dalam cairan intraseluler yang cenderung menarik cairan dari ruang ekstraseluler dan menurunkan tekanan darah. Natirum dan kalium adalah mineral makro yang memiliki hubungan erat dalam berbagai jaringan tubuh
Indikasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pasien dengan hipertensi 2. Pasien tidak alergi terhadap buah belimbing
Kontraindikasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pasien dengan riwayat penyakit ginjal kronis 2. Pasien yang sedang mengonsumsi obat hipertensi tertentu

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Pasien yang alergi terhadap buah belimbing 4. Pasien dengan hipotensi 5. Pasien yang mempunyai gangguan pencernaan
Alat dan Bahan	<p>Alat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pisau 2. Gelas 3. Blender 4. Sendok 5. Talenan <p>Bahan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Buah belimbing manis 150 gram 2. Air 50 ml
Prosedur	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cuci tangan sebelum tindakan
Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 2. Siapkan bahan dan cuci buah belimbing dengan air mengalir 3. Buanglah bagian kulit tepi buah belimbing kemudian belah memanjang dan buang bijinya. Potong-potong buah belimbing. 4. Hidupkan mesin blender kemudian giling buah belimbing hingga lembut dan tercampur merata 5. Matikan mesin blender 6. Cuci tangan setelah melakukan tindakan

Data dari beberapa teknik tersebut digunakan secara terpadu untuk menegakkan diagnosa keperawatan, menyusun intervensi, dan mengevaluasi hasil tindakan keperawatan.

5. Metode Analisis Data

Data-data yang sudah didapatkan secara lengkap dari pasien kelolaan dalam studi kasus ini dianalisis secara deskriptif berdasarkan metode asuhan keperawatan. Analisis deskriptif yang dimaksud adalah proses mendeskripsikan fakta-fakta penelitian yang diperoleh dari hasil pengkajian, baik melalui wawancara maupun observasi maupun observasi terhadap pasien. Tujuan dari analisis ini adalah untuk mempermudah peneliti dalam menegakkan diagnosa keperawatan serta merancang intervensi keperawatan yang sesuai dengan kondisi pasien.

Setelah diagnosis dan intervensi ditentukan, langkah berikutnya adalah melakukan implementasi tindakan keperawatan berdasarkan

rencana yang telah dibuat. Hasil dari implementasi tindakan keperawatan berdasarkan rencana yang telah dibuat. Hasil dari implementasi kemudian dianalisis kembali untuk mengevaluasi efektivitas tindakan yang telah dilakukan. Dengan begitu, peneliti dapat menyimpulkan efektivitas intervensi yang diberikan, dalam hal ini pemberian jus belimbing manis dapat membantu menurunkan tekanan darah pasien.

6. Etika Penelitian

Etika penelitian menjadi hal penting bagi penulis untuk mencegah terjadinya konflik etika yang dapat muncul akibat bertemunya dua atau lebih kepentingan yang berbeda, seperti keinginan untuk mendapatkan hasil penelitian dan kewajiban menghormati hak-hak pihak terkait. Dalam pengelolaan karya ilmiah ini, penulis memperhatikan prinsip-prinsip etika, yaitu :

a. *Informed consent*

Informed consent diberikan sebelum pelaksanaan penelitian. Dokumen ini berisi pernyataan kesediaan individu untuk berpartisipasi sebagai responden. Tujuan pemberian informed consent adalah untuk memastikan bahwa responden memahami maksud dan tujuan penelitian sehingga dapat menghindari potensi kesalahpahaman.

b. Tanpa menyebut nama

Pengelolaan data dilakukan tanpa menyebutkan identitas pasien, karena privasi pasien harus dijaga sepenuhnya. Namun, untuk melengkapi informasi, penulis hanya mencantumkan identitas pasien dalam bentuk inisial yang telah disetujui oleh pihak terkait.

c. Kerahasiaan

Semua informasi dan data yang diperoleh dari pengkajian pasien dijamin kerahasiannya oleh penulis. Hal ini telah diatur dalam informed consent yang telah disepakati oleh kedua belah pihak terkait.