

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah tinggi atau biasa disebut hipertensi adalah salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling umum dan meningkat setiap tahun (Ridwanah *et al.*, 2021). Seseorang dikatakan hipertensi jika keadaan tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg setelah melakukan pengukuran sebanyak dua kali atau lebih (Marhabatsar & Sijid, 2021).

Menurut organisasi kesehatan dunia (World Health Organization) pada tahun 2019 prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Serta kasus hipertensi di Asia Tenggara sebesar 36% (WHO, 2021). Kemudian prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, dimana Sulawesi Selatan sekitar 30-32% kasus hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Ancaman hipertensi ini seharusnya tidak boleh diabaikan karena sudah terbukti bahwa kian hari penderita hipertensi di Indonesia terus meningkat. Maka, kasus hipertensi ini harus segera diatasi (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Akan tetapi belum banyak yang melakukan review dan menerapkan terapi

komplementer pada pasien hipertensi, terutama terapi air mentimun dan hidroterapi (Kusuma et al., 2021).

Mentimun atau *Cucumis Sativus L* adalah salah satu jenis sayuran yang mengandung banyak mineral yaitu potassium (kalium), magnesium, dan fosfor yang bersifat diuretik yang bisa membuang garam berlebih serta air dalam tubuh sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Tukan, 2018).

Hidroterapi adalah suatu intervensi atau terapi dengan cara merendam kaki menggunakan air hangat yang dapat dilakukan kapan saja. Perpindahan panas dari air hangat ke tubuh akan menyebabkan vasodilatasi yang dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (Hartinah et al., 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Hermawan & Novariana (2018) menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh Terapi Herbal Sari Mentimun terhadap penurunan tekanan darah (Hermawan & Novariana, 2018). Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Susanti & Damayanti (2022) juga menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Susanti & Damayanti, 2022).

Berdasarkan pengambilan data awal didapatkan bahwa total penderita hipertensi pada tahun 2022 di Puskesmas Bangkala sebanyak 274 orang, dimana penderita hipertensi di wilayah

Puskesmas Bangkala masih banyak yang belum mengetahui tentang adanya terapi komplementer yang bisa dilakukan dengan mudah secara mandiri untuk menurunkan tekanan darah salah satunya yaitu dengan melakukan terapi air mentimun dan hidroterapi.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui efektivitas antara terapi air mentimun dan hidroterapi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut : “Adakah Pengaruh Efektivitas antara Air Mentimun dan Hidroterapi terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis Efektivitas antara Air Mentimun dan Hidroterapi terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menganalisis tekanan darah sebelum diberikan air mentimun dan hidroterapi terhadap pasien hipertensi.
- b. Untuk menganalisis tekanan darah setelah diberikan air mentimun dan hidroterapi terhadap pasien hipertensi.

- c. Untuk menganalisis pengaruh pemberian air mentimun dan hidroterapi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.
- d. Untuk menganalisis perbedaan efektivitas antara air mentimun dan hidroterapi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Diharapkan dapat bermanfaat untuk bahan referensi yang dapat dijadikan acuan untuk penelitian selanjutnya
- b. Diharapkan dapat menjadi bahan literatur untuk menambah wawasan tentang terapi komplementer terutama pada hipertensi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi
Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan tambahan informasi terkait terapi non farmakologi yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi.
- b. Bagi Perawat
Diharapkan penelitian ini dapat diterapkan oleh perawat sebagai intervensi keperawatan non farmakologi yang dapat diberikan kepada pasien untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menjadi pengalaman yang berharga dalam pengembangan ilmu keperawatan terkait terapi non farmakologi serta sebagai ajang pengembangan diri.