

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keadaan tekanan darah meningkat secara kronik dan melebihi batas normal disebut hipertensi atau tekanan darah tinggi. Disebut dengan “*The Silent Killer*” atau pembunuh diam-diam karena orang dengan hipertensi sering tidak menampakkan gejala. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknyanya di atas 140 mmHg dan tekanan distoliknyanya di atas 90 mmHg (Palmer, 2005).

Prevalensi hipertensi umur ≥ 18 tahun di Indonesia yang didapat melalui jawaban pernah didiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4 persen, sedangkan yang pernah didiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat hipertensi sendiri sebesar 9,5 persen. Jadi, terdapat 0,1 persen penduduk yang minum obat sendiri, meskipun tidak pernah didiagnosis hipertensi oleh nakes. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8 persen. Jadi cakupan nakes hanya 36,8 persen, sebagian besar (63,2%) kasus hipertensi di masyarakat tidak terdiagnosis. Prevalensi DM, hipertiroid, dan hipertensi pada perempuan cenderung lebih tinggi dari pada laki-laki (RISKESDAS, 2013)

Hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit jantung, selain hiperkolesterolemia dan diabetes melitus. Saat ini hipertensi termasuk faktor risiko ketiga terbesar penyebab kematian dini (Handayani, 2013).

World Health Organization (WHO) memperkirakan pada tahun 2020 penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab kematian sebanyak 73% dan beban penyakit 60% di dunia. Demikian halnya di kawasan Asia Tenggara termasuk Indonesia, dilaporkan bahwa 49,7% penyebab kematian adalah akibat penyakit tidak menular, salah satu di antaranya adalah hipertensi (WHO, 2013).

Pada tahun 2000, secara global diperkirakan prevalensi hipertensi usia 20 tahun ke atas cukup tinggi. Di Amerika Latin diperkirakan prevalensi hipertensi 40,1- 41,4%, Karibia 34,3 - 35,4%, Asia 16,1 - 17,9%, Sub-Sahara Afrika 26 - 27,7%, dan Tiongkok 21,2 -23,9%. Angka tersebut diperkirakan akan mengalami peningkatan pada tahun 2025 (Kearney, 2005)

Penelitian *University of California* (2008) menganalisa tekanan Dari jumlah 3.560 orang dewasa berusia 18 tahun ke atas tersebut di dapati sekitar 20 persen mengidap prehipertensi yang tidak melakukan pengobatan sedangkan di Indonesia terjadi peningkatan prevalensi hipertensi berdasarkan wawancara (apakah pernah didiagnosis nakes dan minum obat hipertensi) dari 7,6 persen tahun 2007 menjadi 9,5 persen tahun 2013 (Medical, 2008).

Prehipertensi pada usia muda (< 35 tahun) juga berisiko terjadinya arterosklerosis pada 20 tahun kemudian. Prehipertensi tidak meningkatkan mortalitas, namun secara signifikan dapat meningkatkan kematian terhadap faktor risiko lain seperti penyakit jantung (Widjaja, 2014).

Penderita prehipertensi berisiko mengalami hipertensi klinis 19% pada lebih dari empat tahun mendatang dan penyakit kardiovaskuler di kemudian hari (Sun *et al.*, 2013).

Berdasarkan penyebabnya hipertensi dibedakan menjadi dua bagian, yaitu: hipertensi *essensial*/primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer merupakan hipertensi yang penyebabnya masih belum dapat diketahui dan sekitar 90% penderita hipertensi menderita jenis hipertensi ini. Sedangkan hipertensi sekunder adalah hipertensi yang disebabkan oleh gangguan ginjal gangguan ginjal (2-6% dari seluruh pasien hipertensi), gangguan endokrin, *exogenous medications and drugs*, kehamilan (*preeklamsia* dan *eklamsia*), *co-arctation of the aorta*, gangguan neurologi, faktor psikososial, *intravascular volume overload*, dan hipertensi sistolik (Ilmu Penyakit Dalam, 2001).

Penggunaan obat hipertensi modern dapat menimbulkan efek samping, sehingga obat tradisional bisa menjadi pilihan oleh masyarakat, yang salah satunya adalah Pisang Ambon (*Musa paradisiaca*). Pisang Ambon merupakan salah satu buah pisang yang populer di kalangan masyarakat Indonesia. Pisang ini paling banyak disukai karena memiliki

rasa yang lebih manis, tekstur yang lebih enak dan aroma yang lebih tajam jika dibandingkan dengan pisang lainnya. Pisang Ambon telah banyak dikonsumsi oleh masyarakat tanpa memiliki efek samping. Selain itu, Pisang Ambon termasuk jenis pisang yang dapat menjaga kecantikan kulit, sembelit, melancarkan peredaran darah, menjaga jantung, terutama menurunkan hipertensi (Wardhany, 2014)

Aktivitas *Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor* (ACE-I) terdapat dalam buah pisang yang mana dapat menurunkan tekanan darah di dalam tubuh. Sesuai dengan namanya, zat ini menghambat kerja enzim angiotensin pada proses peningkatan tekanan darah. Selain ACE-I, buah pisang juga mengandung tinggi kalium dan rendah natrium sehingga baik untuk penderita hipertensi (Sarkar, 1999).

Penelitian menyatakan terdapat kaitan antara asupan natrium yang berlebihan dengan tekanan darah tinggi pada individu. Asupan natrium yang meningkat menyebabkan tubuh meretensi cairan, yang meningkatkan volume darah. Jantung harus memompa keras untuk mendorong volume darah yang meningkat melalui ruang yang makin sempit yang akibatnya adalah hipertensi. Penelitian epidemiologi menunjukkan bahwa asupan rendah Kalium akan mengakibatkan peningkatan tekanan darah dan *renal vascular remodeling* yang mengindikasikan terjadinya resistansi pembuluh darah pada ginjal (Sobel *et al.*, 1999).

Al Qur'an sebagai kitab umat Muslim menyebutkan tentang buah pisang, yaitu dalam QS. Al-Waqiah ayat 27-29, yang berbunyi:

(٢٩) وَطَلْحٍ مُنْضُودٍ (٢٨) فِي سِدْرٍ مَّخْضُودٍ (٢٧) وَأَصْحَابِ الْيَمِينِ مَا أَصْحَابِ الْيَمِينِ

Artinya: “Dan golongan kanan, Alangkah bahagiannya golongan kanan itu. Berada di antara pohon bidara yang tak berduri, dan pohon pisang yang bersusu susu”

Dalam ayat tersebut disebutkan bahwa pisang merupakan pohon yang ada pada umat golongan kanan dimana umat golongan kanan ini adalah golongan yang baik yang di muliakan oleh Allah S.W.T dengan menempatkan mereka di surga. Selain itu, dalam surat lain disebutkan:

لَكَ لَآيَةٌ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَتِنبُؤَاتٍ لِّكُم بِهَ الرِّزْقِ وَالرَّيْثُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ النَّمْرَةِ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

“Dia menumbuhkan bagi kamu dengan air hujan itu tanam-tanaman; zaitun, korma, anggur dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar ada tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang memikirkan”(an Nahl : 11)

Disebutkan dalam surat an Nahl ayat sebelas tersebut bahwa Allah S.W.T menumbuhkan tumbuh-tumbuhan dan berbagai macam buah-buahan, sehingga manusia dapat memanfaatkannya. Manfaat tersebut hanya bisa dimengerti oleh hambanya yang berpikir, yang maksudnya bahwa dengan ilmu yang makin berkembang dari hamba-hambanya yang cerdas dan bertakwa, manfaat yang terkandung dalam buah-buahan dapat diteliti dan diambil manfaatnya, termasuk buah pisang terhadap pengobatan tekanan darah tinggi atau hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, maka dirumuskan masalah penelitian yaitu :

1. Apakah pengaruh konsumsi dua buah Pisang Ambon perhari selama enam hari terhadap tekanan darah sistolik pada prehipertensi ?
2. Apakah pengaruh konsumsi dua buah Pisang Ambon perhari selama enam hari terhadap tekanan darah diastolik pada prehipertensi ?

C. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi dua buah Pisang Ambon perhari secara teratur selama enam hari terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik penderita prehipertensi.

D. Manfaat

1. Akademis
 - a. Bagi ilmu pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmu mengenai pengaruh Pisang Ambon terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik prehipertensi. semoga dengan penelitian ini dapat menambah dan memperkaya penelitian ilmiah tentang manfaat Pisang Ambon dan tekanan darah prehipertensi.

2. Praktis

a. Pasien prehipertensi

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai referensi informasi bahwa mengkonsumsi buah Pisang Ambon secara teratur bisa menurunkan tekanan darah dan menjadi pilihan alternative obat tradisional.

b. Bagi petugas medis

Hasil penelitian dapat menambah wawasan peneliti mengenai manfaat Pisang Ambon untuk menurunkan tekanan darah serta mengaplikasikannya dalam bentuk promosi kesehatan sebagai pencegahan dan pengobatan kepada penderita prehipertensi.

E. Keaslian Penelitian

	Peneliti	Judul	Variabel	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
1.	Megawati <i>et al.</i> , 2009	Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon (Musaacuminata Colla) Terhadap Tekanan Darah Wanita Dewasa Pada Cold Stress Test	Variabel Terikat : Penurunan Tekanan Darah. Variabel Bebas : pisang ambon (Musaacuminata Colla)	prospektif eksperimental sungguhan, memakai Rancangan Acak Lengkap (RAL), bersifat komparatif	pisang ambon menurunkan kenaikan tekanan darah wanita dewasa pada cold stress test.	subyek adalah wanita dewasa dengan hipertensi pada cold stress menggunakan Pisang Ambon (Musaacuminata Colla) bertempat di bandung
2.	Tangkilisan <i>et al.</i> , 2013	Pengaruh terapi diet buah pisang ambon (musa paradisiaca.L) terhadap penurunan tekanan darah pada klien hipertensi di kota bitung	Variabel Terikat : Penurunan Tekanan Darah. Variabel Bebas : Pisang Ambon (Musa Paradisiaca L.)	praeksperimental menggunakan metode <i>One Group Pre Test-Post Test.</i>	Terapi diet buah pisang ambon (musa paradisiaca L) dapat menurunkan hipertensi	Menggunakan Buah Pisang Ambon (Musa Paradisiaca L.) Dengan subyek hipertensi di kota bitung.

