

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hasil sensus penduduk tahun 2010, Indonesia saat ini termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak didunia yakni 18,1 juta jiwa atau 9,6% dari jumlah penduduk. Berdasarkan proyeksi Bappenas, jumlah penduduk lansia 60 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat dari 18,1 juta tahun 2010 menjadi 29,1 juta pada tahun 2020 dan akan meningkat menjadi 36 juta pada tahun 2025. Peningkatan jumlah lanjut usia, tentunya diikuti dengan meningkatnya permasalahan kesehatan pada lanjut usia (Profil Kemenkes RI, 2012).

Kemajuan pengetahuan dan teknologi ilmu kesehatan mengakibatkan meningkatnya umur harapan hidup manusia, yang artinya jumlah orang lanjut usia akan bertambah dan akan ada kecenderungan terjadi peningkatan dengan cepat (Lilik, 2011). Data Survei Sosial Ekonomi Nasional Maret 2018 menunjukkan bahwa provinsi dengan persentase penduduk lansia terbanyak pada tahun 2018 adalah DI Yogyakarta (12,37%), Jawa Tengah (12,34%), Jawa Timur (11,66 %), Sulawesi Utara (10,26%), dan Bali (9,68%) (BPS, 2018).

WHO (2013) menyebutkan bahwa satu dari tiga orang dewasa di seluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi dan peningkatan tersebut terjadi seiring dengan bertambahnya usia, yaitu satu dari sepuluh orang berusia 20-an dan 30-an sampai lima dari sepuluh orang berusia 50-an. Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 adalah hipertensi, dengan prevalensi 55,2% pada usia 55-64 tahun, 63,2% pada usia 65-74 tahun, dan 69,5% pada usia  $\geq 75$  tahun (Riskesdas, 2018).

Pengobatan hipertensi ada dua cara, yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Cara mengatasi hipertensi secara farmakologis adalah dengan menggunakan obat antipertensi dengan jenis obat tunggal ataupun dengan kombinasi (Setiati dkk. 2014). Sedangkan pengobatan secara non farmakologi meliputi akupressure, pengobatan herbal dari cina, terapi jus, terapi herbal, pijat,

yoga, aromaterapi, pernafasan dan relaksasi, pengobatan pada pikiran dan tubuh meditasi, *hypnosis*, perawatan di rumah. Mayoritas pengobatan hipertensi di masyarakat sudah banyak memanfaatkan tanaman herbal, seperti timun, bawang putih, labu siam, seledri, semangka, buah kurma, dan masih banyak lagi (Arturo dkk. 2012).

Nabila (2016) mengungkapkan bahwa pada buah-buahan dengan kandungan antihipertensi adalah tomat, jambu biji, pisang, apel, alpukat, murbei. Salah satu kandungan yang dimiliki dari buah-buahan tersebut ialah flavonoid. Fungsi flavonoid sebagai anti-karsinogenik, antimikroba, anti-mutagenik, antiinflamasi, anti-diabetes dan mengurangi risiko kardiovaskular (Anisa, 2015). Pada penelitian lain, Fitriyati (2016) mengungkapkan bahwa buah kurma kering dapat menurunkan tekanan darah sistolik dalam jumlah penurunan rata-rata yang lebih besar daripada tekanan darah diastolic lansia.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Studi Literatur Pengaruh Kandungan Buah-buahan Antihipertensi terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana pengaruh kandungan buah-buahan antihipertensi terhadap tekanan darah lansia hipertensi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh kandungan buah-buahan antihipertensi terhadap tekanan darah lansia hipertensi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Menganalisis kandungan buah-buahan antihipertensi.
- b. Menganalisis hubungan kandungan buah-buahan antihipertensi pada tekanan darah lansia hipertensi.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Bagi Peneliti**

Sebagai media pembelajaran dan bahan referensi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan peneliti khususnya yang berhubungan dengan pengaruh buah-buahan antihipertensi pada tekanan darah lansia hipertensi.

### **1.4.2. Bagi Masyarakat**

Sebagai salah satu pangan fungsional terhadap penanggulangan hipertensi pada lansia.

### **1.4.3. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai tambahan pustaka bagi mahasiswa yang membutuhkan dan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan tekanan darah lansia.