

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mengakibatkan angka kesakitan yang tinggi, dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal dengan adanya gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh (Basha,2009).

Prevalensi hipertensi menurut WHO tahun 2000 menunjukkan, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% mengidap hipertensi. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Penderita hipertensi berjumlah 972 juta orang, yang berada di negara maju berjumlah 333 juta dan 639 juta berada di negara sedang berkembang, termasuk Indonesia (Andra,2007).

Berdasarkan laporan dari Puskesmas Jember Kidul tahun 2012 penderita hipertensi primer terdapat 1.165 orang dengan didapatkan data bahwa 446 orang penderita dengan usia dibawah 50 tahun dan 719 orang penderita diatas 50 tahun. Tingginya angka penderita hipertensi ini membuat penyakit hipertensi termasuk lima besar untuk angka kejadian penyakit yang banyak diderita di Puskesmas Jember Kidul (Dinkes, 2012).

Hipertensi agar tidak menyebabkan komplikasi lebih lanjut, maka diperlukan penanganan yang tepat dan efisien. Penanganan hipertensi secara umum yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Penanganan secara farmakologis terdiri atas pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatetik, betabloker, vasodilator, konversi angiotensin, dan antagonis kalsium dengan

memperhatikan mekanisme kerja dan tingkat kepatuhan. Selain itu penanganan farmakologis juga mempunyai efek samping. Efek samping tersebut bermacam-macam tergantung dari obat yang digunakan. Salah satu obat antihipertensi yaitu captopril yang merupakan obat penghambat ACE inhibitor yang bekerja sebagai penghambat angiotensin II yaitu zat yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah (Dalimartha, 2008). Sedangkan penanganan non farmakologis yaitu meliputi penurunan berat badan, olah raga secara teratur, diet rendah lemak, rendah garam dan terapi komplementer. Penanganan non farmakologis tidak memiliki efek samping yang berbahaya (Lyrawati, 2008).

Perencanaan makanan menurut *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH) yaitu mengkonsumsi makanan yang mengandung beberapa unsur mineral dan antioksidan yang dapat membantu untuk menjaga tingkat tekanan darah yang sehat dan membantu menurunkan tekanan darah (lyrawati, 2008).

Ubi jalar ungu (*Ipomeabatatas*) merupakan umbi-umbian yang murah dan mudah di dapatkan. Ubi jalar ungu ini memiliki banyak manfaat yaitu mampu menghalangi laju perusakan sel radikal. Berperan dalam mencegah terjadinya penuaan, kemerosotan daya ingat dan kepikunan, polip, asam urat, penderita sakit maag dan penyakit-penyakit degeneratif (Evie, 2013). Ubi jalar ungu memiliki zat antosianin, kalium dan kalsium yang dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Pengolahan ubi ungu yang bisa digunakan untuk penderita hipertensi yaitu dengan cara diambil sari ubi jalar ungu. Penelitian Sutirta (2012) menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada tikus wistar yang diinduksi NaCl yang telah diberikan sari ubi jalar ungu selama 14 hari.

Mengacu pada permasalahan diatas, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tekanan darah pada orang yang mengkonsumsi dan tidak mengkonsumsi ubi jalar ungu di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah pada penelitian ini adalah perbedaan tekanan darah pada orang yang mengkonsumsi dan tidak mengkonsumsi ubi jalar ungu di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan tekanan darah pada orang yang mengkonsumsi dan tidak mengkonsumsi ubi jalar ungu di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember.

2. Tujuan Khusus

- a) Menganalisa perbedaan tekanan darah pada orang yang mengkonsumsi dan tidak mengkonsumsi ubi jalar ungu di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember
- b) Menganalisa pengaruh konsumsi ubi jalar ungu terhadap tekanan darah orang yang mengkonsumsi dan tidak mengkonsumsi ubi jalar ungu di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember.

D. Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai referensi kepustakaan bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti variable lain yang kaitannya dengan tekanan darah

2. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan tambahan informasi bagi masyarakat bahwa ubi jalar ungu bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah

3. Bagi Peneliti

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan dan pengalaman untuk mengadakan penelitian tentang riset ilmu gizi dengan mengkonsumsi ubi jalar ungu yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah.