

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Hipertensi adalah suatu penyakit yang di alami oleh seseorang dengan keadaan kondisi medis dimana tekanan darah seseorang di arteri atau pembuluh darah meningkat lebih tinggi atau melebihi batas normal secara konstan. Dan tekanan darah dapat terukur dengan dua nilai yaitu tekanan darah sistolik (saat jantung berkontraksi) dan tekanan diastolik (saat jantung beristirahat). Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia.Hipertensi dapat ditetapkan sebagai tingginya tekanan darah secara menetap dimana tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Penyakit darah tinggi atau hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal (Sarinah, Dimas, Sri, Dian, & Ida 2023). Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah yang di tunjukan nilai sistolik dan diastolik diatas normal, upaya penanggulangan hipertensi dapat dapat dilakukan secara non-farmakologis seperti menggunakan rebusan daun kelor yang mudah ditemukan di daerah beriklim tropis seperti Indonesia tanaman ini berperan sebagai anti kolesterol, anti bakteri, anti radang, anti tumor, menurunkan kadar gula, serta menurunkan tekanan darah (Zebua, DKK 2021)

Hipertensi merupakan silent killer dimana gejalanya sangat bermacam-macam pada setiap individu dan hampir sama dengan penyakit lain. Gejala tersebut dapat berupa sakit kepala atau rasa berat ditengkuk, vertigo, jantung berdebar-debar, telinga berdenging dan mudah mimisan (American Heart Association 2018).

Hipertensi juga merupakan kondisi medis dimana tekanan darah seseorang di arteri atau pembuluh darah meningkat melebihi batas normal secara konstan. Dan tekanan darah dapat terukur dengan dua nilai yaitu tekanan sistolik (saat jantung berkontraksi) dan tekanan diastolik (saat jantung beristirahat). Hipertensi terjadi ketika tekanan darah sistolik melebihi atau sama dengan 140 mmHg atau tekanan diastolik melebihi atau sama dengan 90 mmHg

Tanaman herbal dengan jenis tanaman yang mempunyai bentuk daun bulat menyerupai telur dengan ukuran daun kecil bewarna hijau, tepi daun merata, dan ujung daun runcing dan tipis. Tanaman ini dapat beradaptasi dan bertumbuh baik di daerah tropis, yang memiliki nama latin moringa oleifera atau lebih dikenal dengan sebutan daun kelor. Tanaman ini mudah didapat dan mudah diolah yang memiliki manfaat yang baik untuk kesehatan.

Penatalaksanaan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah dapat dilakukan dengan pola hidup sehat seperti memperbanyak konsumsi sayuran dan buah-buahan, meningkatkan konsumsi potasium/kalium, berhenti merokok, menurunkan berat badan, mengurangi konsumsi garam, meningkatkan aktivitas fisik berolahraga, manajemen stress, dan terapi herbal menggunakan tanaman. Tanaman yang dapat menurunkan tekanan darah tinggi yaitu daun sirsak, daun alpukat, seledri, dan daun kelor (Ropika, 2020; Aulia, Safitri & Adi, 2021).

Tanaman daun kelor ini memiliki manfaat nutrisi dan obat yang dapat membantu dalam penurunan tekanan darah tinggi atau hipertensi, selain dapat dikonsumsi sebagai minuman daun kelor juga dapat diolah menjadi makanan. Upaya penanggulangan hipertensi dapat dilakukan secara non-farmakologis seperti menggunakan rebusan teh daun kelor yang mudah dikonsumsi.

Daun kelor memiliki manfaat nutrisi yang baik untuk kesehatan seperti nutrisi vitamin A, B2, B6, vitamin C, magnesium, dan fosfor. Daun kelor juga mengandung zat antioksidan seperti lutein dan zeaxanthin. Selain mudah diolah menjadi beberapa olahan yang memiliki banyak manfaat salah satunya yaitu dalam membantu menurunkan darah tinggi (Hipertensi) yang bisa dikonsumsi dengan rebusan air daun kelor (Ferry 2023).

Salah satu pemberian terapi non-farmakologi yaitu dengan memberikan rebusan air teh daun kelor tersebut, tanaman ini secara tradisional dapat digunakan sebagai anti kolesterol, anti inflamasi, anti tumor, dan menurunkan tekanan darah (Krisnaldi, 2015). Daun kelor (*moringa oleifera*) juga memiliki khasiat untuk mengobati serta mencegah terjadinya hipertensi menurunkan kadar kolesterol tubuh, menurunkan kadar gula darah, dan menurunkan kadar asam urat (Rista, 2012). Kemudahan dalam mendapatkan dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari penderita hipertensi dalam menurunkan tekanan darah mendukung rebusan air teh daun kelor untuk digunakan sebagai obat alternatif tradisional untuk menurunkan tekanan darah. Daun kelor yang sangat mudah ditemukan dan sangat terjangkau oleh masyarakat serta lingkungan yang tinggal masyarakat daerah kawasan rumah dengan banyak menanam tanaman kelor tersebut di pekarangan rumah. Selain itu hingga saat ini belum ada penelitian yang menjelaskan secara lebih lanjut tentang efek samping berbahaya dari mengonsumsi rebusan teh daun kelor yang sangat baik sebagai terapi penurunan tekanan darah.

Pada data world organization (WHO) menunjukkan sebanyak 33% pada tahun 2023 penduduk di dunia menderita penyakit hipertensi artinya beberapa penduduk mengalami

hipertensi tersebut (WHO, 2023). Dan data survei kesehatan indonesia (SKI) pada tahun 2023 menunjukkan bahwa 10,2% hipertensi merupakan faktor risiko tertinggi penyebab kematian (Kemenkes RI, 2023). Menurut data di Sumatera Utara tercatat 52,61 orang menderita hipertensi. Lalu menurut data puskesmas kecamatan perbaungan terdapat penderita hipertensi sebanyak 1.571 pada tahun 2024 dan sebanyak 1.327 orang penderita hipertensi pada tahun 2025 dan peneliti mengambil data pada tahun 2025.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pemberian rebusan teh air daun kelor terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi meskipun yang sebelumnya juga sudah ada beberapa peneliti tertarik untuk meneliti rebusan air teh daun kelor tersebut. Dan pada penulisan ini peneliti akan melakukan penelitian di Puskesmas Perbaungan sebagai salah satu pusat layanan primer, menghadapi jumlah hipertensi yang cukup signifikan di wilayah kerjanya. Berdasarkan data awal dan observasi banyak pasien yang mengandalkan pengobatan konvensional, namun masih sedikit pencapaian target tekanan darah ideal. Pemanfaatan sumber daya alam lokal seperti daun kelor (*Moringa oleifera*) yang mudah ditemukan dan di budidayakan oleh masyarakat sekitar. Dapat menjadi solusi pengobatan yang ekonomi dan mudah di akses.

Mengingat tingginya prevalensi hipertensi, rendahnya kepatuhan pengobatan, serta potensi daun kelor sebagai terapi komplementer yang mudah diakses masyarakat, maka diperlukan penelitian yang mengkombinasikan pendekatan herbal dengan edukasi gaya hidup. Kombinasi intervensi ini diharapkan dapat memberikan efek sinergis yang lebih optimal dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan intervensi tunggal. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian rebusan air teh daun kelor dan edukasi gaya hidup terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Perbaungan, Kabupaten Serdang Bedagai.

Penelitian menggunakan kuantitatif dengan metode kuasi-eksperimen dengan pendekatan dua kelompok (kelompok intervensi dan kelompok kontrol).

1.2.Rumusan Masalah

Pada setiap penelitian rumusan masalah memiliki peran penting untuk memudahkan peneliti untuk mencari jawaban dalam menyelesaikan masalah penelitian yang akan diteliti. Berdasarkan topik yang akan diteliti dalam melakukan penelitian rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana “pengaruh pemberian air rebusan teh daun kelor terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi”.

1.3.Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan teh daun kelor terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.3.2. Tujuan Khusus

Beberapa tujuan khusus pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Melihat perbandingan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan rebusan air teh daun kelor.
2. Melihat perbandingan kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

1.4.Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoristis

Berikut manfaat teoristis penelitian:

1. Menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang manfaat daun kelor sebagai anti hipertensi alami.
2. Memberikan dasar ilmiah penggunaan terapi komplementer untuk hipertensi.

1.4.2. Manfaat Praktis

Beberapa manfaat praktis penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Memberikan alternatif pengobatan alami yang aman dan terjangkau untuk penderita hipertensi.
2. Memberikan informasi kepada masyarakat tentang pemanfaatan daun kelor untuk kesehatan.