

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi pada populasi global, terutama pada kelompok lansia. Berdasarkan laporan terbaru dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2023, jumlah penderita hipertensi di dunia mencapai 1,3 miliar orang pada tahun 2019. Angka ini menunjukkan peningkatan signifikan dari 650 juta kasus pada tahun 1990. Peningkatan ini terutama terjadi di negaranegara berpenghasilan rendah dan menengah, termasuk Indonesia. Hipertensi menjadi faktor risiko utama berbagai komplikasi serius, seperti penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal ginjal, yang berkontribusi terhadap angka kematian tinggi di Indonesia. Pada lansia, hipertensi sering kali bersifat kronis dan sulit dikontrol, sehingga memerlukan intervensi yang tepat untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

Hipertensi pada lansia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk proses penuaan, perubahan gaya hidup, konsumsi natrium berlebih, dan stres kronis. Kondisi ini semakin diperparah oleh fakta bahwa banyak lansia tidak menyadari kondisi hipertensi yang mereka alami lebih dari 50% lansia dengan hipertensi tidak terdiagnosis atau tidak mendapatkan pengelolaan yang optimal (Nia et al., 2024). Dalam pengelolaan hipertensi, pendekatan farmakologis melalui obat-obatan antihipertensi telah lama menjadi pilihan utama. Namun, terapi ini sering kali disertai efek samping yang merugikan, seperti hipotensi ortostatik dan gangguan fungsi organ, yang berdampak pada kualitas hidup lansia (Wahyu & Wahyu, 2021). Oleh karena itu, pendekatan non-farmakologis, khususnya berbasis herbal, semakin mendapatkan perhatian sebagai alternatif yang lebih aman dan terjangkau.

Salah satu terapi herbal yang potensial untuk menurunkan tekanan darah adalah penggunaan daun kelor (*Moringa oleifera*) dan madu. Daun kelor telah lama dikenal memiliki kandungan nutrisi dan senyawa aktif yang bermanfaat bagi kesehatan. Senyawa seperti flavonoid, polifenol, dan asam fenolat dalam daun kelor memiliki sifat antihipertensi, antioksidan, dan antiinflamasi. Mekanisme kerja daun kelor dalam menurunkan tekanan darah meliputi

penghambatan enzim angiotensin-converting enzyme (ACE), peningkatan elastisitas arteri, dan efek diuretik yang membantu mengurangi retensi cairan tubuh (Safitri et al., 2023). Madu mengandung asetilkolin yang dapat meningkatkan sirkulasi darah dan menurunkan tekanan darah. Madu juga memiliki sifat antioksidan karena mengandung fenoldan flavonoid yang bertindak sebagai agen pelindung terhadap masalah kapiler dan aterosklerosis, maka dari itu madu sering digunakan sebagai pengganti gula (Arfianti & Priyoto, 2025).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa konsumsi rebusan daun kelor secara rutin mampu menurunkan tekanan darah secara signifikan. Studi oleh Nia et al (2024). melaporkan bahwa konsumsi 10 gram daun kelor yang direbus dalam 300 ml air hingga menghasilkan 150 ml rebusan dapat menurunkan tekanan darah sistolik rata-rata sebesar 16 mmHg dan diastolik sebesar 10 mmHg.

Penelitian oleh Rania (2022) menunjukkan bahwa konsumsi rebusan daun kelor dengan madu sebanyak 15 gram selama tujuh hari mampu menurunkan tekanan darah secara nyata pada lansia penderita hipertensi. Menurut penelitian Agustin et al (2024) menunjukan bahwa pemberian daun kelor secara rutin selama 7 hari terhadap 15 responden efektif memberikan efek penurunan tekanan darah secara nyata pada lansia penderita hipertensi.

Dengan latar belakang ini, penelitian mengenai implementasi terapi minum rebusan daun kelor menjadi sangat penting. Studi ini tidak hanya memberikan kontribusi ilmiah dalam pengelolaan hipertensi berbasis herbal, tetapi juga memberikan solusi praktis bagi masyarakat, terutama lansia, untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam mengurangi angka kejadian hipertensi yang tidak terkontrol di Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan terapi minum rebusan daun kelor (*Moringa oleifera*) dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Menggambarkan penerapan terapi minum rebusan daun kelor (*Moringa oleifera*) dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1) Melakukan pengkajian kondisi awal pasien, termasuk tekanan darah sistolik dan diastolik, riwayat hipertensi, dan karakteristik pasien lansia penderita hipertensi.
- 2) Menyusun perencanaan terapi berbasis asuhan keperawatan, termasuk pemberian rebusan daun kelor dengan dosis yang telah ditentukan.
- 3) Melakukan intervensi berupa pemberian terapi rebusan daun kelor sesuai protokol yang dirancang untuk menurunkan tekanan darah.
- 4) Melakukan evaluasi terhadap efektivitas terapi minum rebusan daun kelor, dengan mengukur perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia setelah intervensi.
- 5) Melakukan dokumentasi lengkap mengenai proses asuhan keperawatan, mulai dari pengkajian, diagnosis, perencanaan, intervensi, hingga evaluasi terapi, untuk mendukung implementasi dan pengembangan terapi di masa mendatang.

Tujuan penelitian ini dirancang untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai penerapan terapi implementasi terapi rebusan daun kelor (*moringa oleifera*) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi berbasis asuhan keperawatan yang efektif dan aman bagi lansia penderita hipertensi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur ilmiah tentang efektivitas daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai terapi komplementer dalam menurunkan tekanan darah, khususnya pada populasi lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat:

- a. Memberikan informasi praktis kepada masyarakat, khususnya lansia dan keluarganya, mengenai manfaat daun kelor dalam menurunkan tekanan darah secara alami.
- b. Meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya terapi herbal sebagai pendamping pengobatan farmakologis.

2. Bagi Tenaga Kesehatan:

- a. Memberikan alternatif pengobatan non-farmakologis yang efektif dan aman dalam pengelolaan hipertensi pada lansia.
- b. Menjadi referensi dalam pengembangan program intervensi berbasis herbal untuk pasien hipertensi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya:

- a. Menjadi acuan untuk penelitian lebih lanjut mengenai penggunaan daun kelor, termasuk potensi dosis, durasi, dan pengaruhnya terhadap parameter kesehatan lain.