

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hiperkolesterolemia, yang juga sering disebut kadar kolesterol tinggi, adalah kondisi di mana kadar kolesterol dalam darah meningkat melebihi 240 mg/dL, seperti yang dijelaskan oleh (Zahra & Rosidi, 2019). Hiperkolesterolemia bisa terjadi karena beberapa hal, seperti bertambahnya usia, merokok, ada riwayat keluarga, obesitas dan faktor lainnya (Fikri Ayu Ningtyas dkk., 2025). Hiperkolesterolemia menyebabkan terbentuknya plak di dalam dinding pembuluh darah, yang dapat memicu munculnya berbagai penyakit berisiko tinggi seperti stroke, diabetes melitus, hingga aterosklerosis. Aterosklerosis ini menjadi penyebab utama terjadinya penyakit jantung koroner (World Health Organize, 2024). Orang yang menderita hiperkolesterolemia biasanya tidak merasakan gejala apa pun. Sejarah penyakit keluarga dan gaya hidup memainkan peran penting dalam meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami hiperkolesterolemia, seperti kurangnya gerak tubuh, pola makan yang tidak sehat, dan kegemukan.

Menurut World Health Organize 2024, hiperkolesterolemia merupakan salah satu masalah kesehatan dengan prevalensi yang cukup tinggi di dunia. Di Indonesia, prevalensi kadar kolesterol di atas normal mencapai sekitar 39,5%, sedangkan di Jawa Tengah sebesar 28% dan di Grobogan sekitar 35%. Di beberapa negara Asia Tenggara, prevalensinya juga bervariasi, yaitu Malaysia

33,3%, Vietnam 31%, Thailand 66,5%, dan Filipina 47,2%. Hiperkolesterolemia yang tidak dikendalikan dapat menyebabkan penumpukan plak pada pembuluh darah (aterosklerosis), sehingga meningkatkan risiko serangan jantung, stroke, penyakit arteri perifer, dan komplikasi serius lainnya (Sugeng Widiyanto & Handayani, 2024).

Hiperkolesterolemia dapat dicegah dengan dua cara yaitu terapi farmakologi dan non farmakologi. Penelitian menunjukkan bahwa jus buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) memiliki peran krusial dalam menurunkan kadar kolesterol melalui kandungan serat larut (pektin) yang mampu mengikat garam empedu di saluran pencernaan serta senyawa antioksidan seperti betasianin dan flavonoid yang menghambat oksidasi LDL (Sugeng Widiyanto & Handayani, 2024).. Kandungan fitosterol dalam biji-biji halusnnya juga terbukti secara klinis membantu meningkatkan kadar HDL (kolesterol baik), sementara konsumsi rutin dalam dosis sekitar 150-200 gram per hari selama minimal dua minggu secara konsisten menunjukkan penurunan kadar kolesterol total sebesar 20-28 mg/dL. Secara keseluruhan, intervensi non-farmakologis menggunakan jus buah naga ini menjadi strategi yang efektif dan alami dalam manajemen kesehatan jantung, terutama bagi individu dengan profil lipid yang tinggi. Terapi farmakologi dapat menggunakan obat – obatan golongan suplementasi minyak ikan, statin dll. Terapi non farmakologi dapat menggunakan obat herbal atau tanaman obat. Buah naga (*Hylocereus polyrhizus*) berfungsi sebagai tanaman obat multikhasiat karena seluruh bagian tanamannya, mulai dari daging buah yang kaya serat larut (pektin) hingga biji

hitam kecilnya yang mengandung asam lemak esensial seperti Omega-3 dan Omega-9, bekerja secara sinergis untuk menurunkan kadar kolesterol jahat (LDL) dan meningkatkan kolesterol baik (HDL). Dalam praktik herbal, daging buah merah mengandung betasianin sebagai antioksidan kuat yang mencegah oksidasi lemak dalam pembuluh darah, sementara kulitnya sering diolah menjadi teh herbal karena konsentrasi antosianinnya yang tinggi untuk menjaga elastisitas arteri. Tanaman ini sering dikombinasikan dengan herbal komplementer lain seperti daun salam atau seledri dalam terapi komunitatif guna memberikan efek pembersihan lemak darah yang lebih menyeluruh sekaligus mendukung kesehatan sistem kardiovaskular secara alami (Trigustini dkk., 2024). Seseorang yang mengalami hiperkolesterolemia akan mengatakan pegal ditengkuk kepala bagian belakang, pegal sampai Pundak, mudah capek, dan gampang mengantuk (Setiawati Hia dkk., 2024)

Buah naga merah merupakan salah satu pangan fungsional yang memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan. Kandungan tocotrienol sebagai salah satu komponen vitamin E serta serat di dalamnya berpotensi membantu menurunkan kadar kolesterol. Serat dapat mengikat garam empedu dalam saluran pencernaan dan membantu mengeluarkannya melalui feses, sehingga berperan dalam mengurangi kadar kolesterol dalam darah. Selain itu, biji buah naga mengandung asam lemak omega-3 dan omega-9 serta didukung oleh antioksidan dan fitosterol yang dapat membantu menjaga kesehatan pembuluh darah dan jantung (Maigoda dkk., 2025). Efektivitas jus buah naga merah dalam menurunkan kadar kolesterol ditunjukkan oleh penelitian (Nelson dkk., 2021),

yang menemukan bahwa rata-rata kadar kolesterol sebelum konsumsi jus buah naga merah sebesar 247,27 mg/dL dan menurun menjadi 218,64 mg/dL setelah konsumsi selama 7 hari. Hal tersebut menunjukkan bahwa buah naga merah berpotensi digunakan sebagai salah satu alternatif pangan dalam membantu mengontrol kadar kolesterol.

Berdasarkan dari latar belakang yang sudah ada penulis tertarik dalam membuat Karya Tulis Ilmiah dengan judul penelitian “Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Fokus Intervensi Pemberian Jus Buah Naga Merah Untuk Menurunkan Kadar Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia Di Kabupaten Grobogan”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Bagaimanakah Penerapan Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Fokus Intervensi Pemberian Jus Buah Naga Merah Dalam Upaya Menurunkan Kadar Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia Di Kabupaten Grobogan?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penulisan karya tulis ilmiah ini adalah melaksanakan Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Fokus Intervensi Pemberian Jus Buah Naga Merah Untuk Menurunkan Kadar Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia di Kabupaten Grobogan

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini agar penulis mampu :

- a. Melaksanakan pengkajian keperawatan secara komprehensif pada klien dan keluarga di Kabupaten Grobogan.
- b. Melakukan analisis data dan merumuskan diagnosa keperawatan berdasarkan masalah yang ditemukan pada klien dengan hiperkolesterolemia di Kabupaten Grobogan.
- c. Menetapkan intervensi atau rencana tindakan keperawatan yang sesuai dengan kondisi klien dengan hiperkolesterolemia di Kabupaten Grobogan.
- d. Melaksanakan tindakan keperawatan sesuai dengan rencana yang telah disusun, dengan fokus intervensi berupa pemberian jus buah naga merah.
- e. Melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan asuhan keperawatan dengan fokus pada intervensi pemberian jus buah naga merah pada klien dengan hiperkolesterolemia.
- f. Mendokumentasikan seluruh rangkaian asuhan keperawatan yang telah diberikan sesuai dengan konsep dan tahapan asuhan keperawatan keluarga.

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Meningkatkan wawasan, pengetahuan, dan pemahaman peneliti mengenai penerapan pemberian jus buah naga merah sebagai salah satu intervensi dalam membantu menurunkan kadar kolesterol pada klien dengan hiperkolesterolemia di Kabupaten Grobogan.

2. Bagi Pasien

Memberikan informasi dan menjadi bahan acuan bagi pasien dalam upaya pencegahan, perawatan, serta penerapan alternatif non farmakologis untuk membantu mengontrol kadar kolesterol pada kondisi hiperkolesterolemia.

3. Bagi Keluarga dan Masyarakat

Sebagai sumber informasi untuk pencegahan, pengobatan dan perawatan kepada anggota keluarga yang mengalami atau menderita hiperkolesterolemia.

4. Bagi Lahan Praktek

Sebagai acuan untuk pengobatan dan perawatan menderita kolesterol dengan masalah pegal-pegal dan nyeri akibat peningkatan kadar kolesterol, tidak hanya diatasi dengan farmakologi tetapi bisa juga diatasi dengan teknik non farmakologi.

5. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan referensi dan acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai asuhan keperawatan keluarga pada

pasien dengan hiperkolesterolemia melalui intervensi pemberian jus buah naga merah.

E. Sistematika Penulisan

Karya Tulis Ilmiah ini disusun dalam lima bab yang saling berkaitan dan disajikan berdasarkan sistematika penulisan sebagai berikut:

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan

BAB I Pendahuluan	Bab ini memuat uraian mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penulisan, serta sistematika penulisan Karya Tulis Ilmiah.
BAB II Konsep Teori	Bab ini membahas berbagai berbagai konsep dan teori yang berkaitan dengan permasalahan yang dikaji, termasuk konsep pengkajian serta metodologi yang digunakan dalam proses pengumpulan data.
BAB III Asuhan Keperawatan	Bab ini menguraikan pelaksanaan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, analisa data, diagnosis keperawatan, penyusunan intervensi keperawatan, implemenasi tindakan keperawatan, serta evaluasi keperawatan.
BAB IV Pembahasan	Bab ini berisi pembahasan mengenai hasil pelaksanaan asuhan keperawatan serta analisis kesenjangan antara teori dan kondisi yang ditemukan pada kasus, meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan.
BAB V Penutup	Bab ini tentang kesimpulan serta masukan dari hasil penelitian dilakukan.

