

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi meningkatnya tekanan darah melebihi ambang batas normal yakni 120/80 mmHg. Seseorang dikatakan menderita hipertensi ketika hasil pengukuran tekanan darah yang dilakukan dalam kondisi cukup istirahat atau tenang sebanyak dua kali dengan selang waktu lima menit menunjukkan adanya peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik yaitu $\geq 140/90$ mmHg (Apriza, 2019).

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian dini di seluruh dunia baik di negara maju dan negara berkembang termasuk Indonesia. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030. *World Health Organization* (WHO) mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total jumlah penduduk dunia. Dari jumlah tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% terdapat di wilayah Afrika dan Asia Tenggara berada di posisi ke-3 dengan prevalensi sebesar 25% terhadap keseluruhan total penduduk. Diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (WHO, 2021).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan diantara sepuluh besar penyakit tidak menular. Pada umumnya, kejadian hipertensi banyak terjadi pada penduduk berusia lanjut namun tidak menutup kemungkinan penduduk usia remaja hingga dewasa juga dapat mengalami penyakit hipertensi tersebut. Remaja dan dewasa muda yang berada pada kisaran usia 15-25 tahun memiliki angka prevalensi hipertensi 1 dari 10 orang. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kini (2016), prevalensi prehipertensi dan hipertensi pada dewasa muda (usia 20-30

tahun) adalah sebesar 45,2%. Sedangkan, pada angka prevalensi kasus hipertensi yang mengalami peningkatan pada tahun 2013 penduduk lansia yang berusia lebih dari 60 tahun di dunia sekitar 13.4% dan diperkirakan akan meningkat dua kali lipat menjadi 25,3 % pada tahun 2050. Pada umumnya, kejadian hipertensi banyak terjadi pada penduduk berusia lanjut namun tidak menutup kemungkinan penduduk usia remaja hingga dewasa juga dapat mengalami penyakit hipertensi tersebut Hipertensi di Indonesia menempati urutan pertama jenis penyakit kronis tidak menular yang dialami pada kelompok usia dewasa, yaitu sebesar 26,5%. Prevalensi (Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi penduduk di Indonesia usia diatas 60-70 tahun pada tahun 2022 laki-laki 67,33%, Perempuan 63,91% sejumlah 192.605 penduduk (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2020). Sedangkan Persentase penduduk lansia terhadap total penduduk di provinsi Jawa Tengah terus mengalami peningkatan, yaitu 12,2% pada tahun 2020 menjadi 12,71 pada tahun 2021. Presentase penduduk lansia tahun 2022 di kabupaten Surakarta sebesar 9,16% dari jumlah penduduk (Badan Pusat Statistik, 2022).

Meningkatnya prevalensi hipertensi akan diikuti meningkatnya komplikasi akibat hipertensi. Meskipun pemerintah kabupaten telah berusaha dan melakukan program untuk menurunkan angka hipertensi, namun jumlah penderita hipertensi semakin bertambah. Kejadian hipertensi pada lansia mempunyai prevalensi cukup tinggi di usia 65 tahun keatas antara 60-80% dari keseluruhan jumlah penyakit di Jawa Tengah (Profil Kesehatan Jateng,2022). Adapun jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Sukoharjo tahun 2022 sebanyak 1.114. Jumlah lansia perempuan yang menderita hipertensi sebanyak 457 orang sedangkan lansia laki-laki sebanyak 657 orang. Jumlah pelayanan penderita hipertensi tertinggi di Kecamatan Sonorejo sebanyak 75 orang dan paling terendah di Kecamatan Weru sebanyak 42 orang.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mempunyai hubungan yang sangat erat dengan lansia. Hal ini terjadi akibat perubahan fisiologis

seperti penurunan respons imunitas tubuh, katup jantung menebal dan menjadi kaku, berkurangnya elastisitas pembuluh darah, penurunan kemampuan kontraktilitas jantung, serta kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi. Perubahan inilah yang menyebabkan peningkatan resistensi vaskuler sehingga lansia cenderung lebih rentan mengalami hipertensi (Handono et al., 2021). Dampak dari hipertensi yang tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan berbagai komplikasi. Jika mengenai jantung dapat terjadi gagal jantung dan jantung koroner, pada otak terjadi stroke, bila mengenai ginjal terjadi gagal ginjal kronis, dan bila mengenai mata akan terjadi gangguan penglihatan. Berbagai komplikasi yang mungkin timbul merupakan penyakit yang sangat serius dan berdampak terhadap psikologis penderita karena kualitas hidupnya rendah terutama pada kasus stroke, gagal ginjal, dan gagal jantung (Ledoh, 2024).

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk penanganan penyakit hipertensi ini, yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis. Pemberian terapi farmakologis dapat dilakukan dengan cara minum obat yang sudah diresepkan secara teratur, sedangkan salah satu terapi non farmakologis yang dapat digunakan secara mandiri dan bersifat alami untuk menurunkan hipertensi yaitu dengan rendam kaki air hangat dengan jahe (Manetde, 2023)

Terapi rendam kaki air hangat dapat dikombinasikan dengan tanaman herbal salah satunya jahe. Adapun kandungan senyawa kimia yang dimiliki jahe diantaranya *Flavonoid*, *Gingerol*, *Kalium*, *Potasium* yang berpotensi dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Selain itu rimpang jahe utuh memiliki kandungan minyak atsiri yang dapat memberikan efek vasodilatasi atau pelebaran pada pembuluh darah yang membuat aliran darah menjadi lancar sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Gea et al., 2023).

Terapi rendam kaki dengan air hangat adalah terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10-15 cm diatas mata kaki menggunakan air hangat. Rendam kaki menggunakan air hangat akan merangsang saraf yang

terdapat pada kaki untuk merangsang baroreseptor, dimana baroreseptor merupakan refleks paling utama dalam menentukan kontrol regulasi pada denyut jantung dengan tekanan darah. Baroreseptor menerima rasangan dari peregangan atau tekanan yang berlokasi di arkus aorta dan sinus karotikus. Pada saat tekanan darah arteri meningkat dan arteri meregang, reseptor-reseptor ini dengan cepat mengirim impulsnya ke pusat vasomotor mengakibatkan vasodilatasi pada arterioler dan vena perubahan tekanan darah (Muksin et al., 2023).

Tindakan penerapan rendam kaki menggunakan air rebusan jahe merah dapat diberikan kepada semua kalangan, namun pada penelitian yang dilakukan ini fokus penerapan rendam kaki dengan air rebusan air jahe ialah terhadap responden lansia. Hal ini disebabkan lansia mengalami penurunan fungsi organ secara drastis akibat proses penuaan, selain itu juga untuk membuktikan efektivitas tindakan kepada responden lansia yang mengalami hipertensi (Gea et al., 2023). Rendam kaki menggunakan rebusan air jahe dapat menurunkan tekanan darah dan mengurangi nyeri dikarenakan ketika partisipan melakukan rendam kaki air hangat jahe maka akan melancarkan peredaran darah, meningkatkan relaksasi otot, menghilangkan stres, serta memberikan kehangatan pada. Adapun penggunaan jahe merah pada tindakan rendam kaki ini dikarenakan jahe merah memiliki akar rimpang yang ukurannya lebih kecil dibandingkan dengan jahe kuning dan jahe putih, serta kandungan minyak atsiri dalam jumlah banyak sebesar 2,58-3,90% sehingga memberikan efek hangat 2x lipat lebih baik dibandingkan jahe putih atau kuning (Hidayat et al., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Yusuf & Nur'aina, 2021), menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air jahe lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah. Hal ini dibuktikan dengan nilai beda *mean* tekanan sistolik *pre and post* sebesar 12,00 mmHg dan beda *mean* tekanan diastolik *pre and post* yaitu 12,668 mmHg.

Studi pendahuluan penulis dilakukan di Puskesmas Sukoharjo dengan metode wawancara pada 10 pengunjung lansia yang memiliki hipertensi

didapatkan hasil bahwa 5 orang lansia rutin kontrol dan minum obat dari puskesmas, sedangkan 5 orang lainnya jarang kontrol, dan tidak menjalankan kepatuhan minum obat hipertensi dari puskesmas dan 10 lansia mengatakan belum mengetahui tentang teknik non farmakologis rendam kaki air jahe merah. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penerapan tentang “Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah peneliti di batasi pada: “Bagaimanakah penerapan terapi rendam kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hasil implementasi terapi rendam kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan penerapan terapi rendam kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.
- b. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sesudah dilakukan penerapan terapi rendam kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.
- c. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Hasil penerapan pada metode ini sebagai masukan bagi masyarakat bahwa penerapan terapi rendam kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan non farmakologi yang tepat bagi penderita hipertensi.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan
 - a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan rendam kaki air jahe merah hangat secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien gout arhtritis yang mengalami nyeri.
 - b. Sebagai salah satu sumber informasi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan terapi rendam kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi ada masa yang akan datang untuk meningkatkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.
3. Bagi Penulis

Mendapatkan pengalaman dalam mengaplikasikan riset keperawatan di tatanan keperawatan, khususnya penelitian tentang “Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi”.