

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit hipertensi merupakan masalah kesehatan utama di Negara maju maupun negara berkembang, hipertensi merupakan penyakit yang tidak menular dan menjadi salah satu komplikasi penyebab kematian nomer satu di dunia setiap tahunnya seperti serangan jantung, stroke, diabetes dan penyakit ginjal. Oleh sebab itu, hipertensi disebut silent killer (pembunuh diam-diam) karena sering tidak menimbulkan keluhan, sehingga penderitanya sering tidak mengetahui dirinya mengalami hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi (Mahfud et al., 2019). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah dalam arteri, arteri merupakan pembuluh darah yang mengangkut darah dari jantung kemudian dialirkan ke semua jaringan ataupun organ yang ada ditubuh, hipertensi bukan hanya faktor emosi terkadang stress juga dapat meningkatkan tekanan darah (Susanti & Rasima, 2020). Menurut WHO (*World Health Organization*) menyatakan hipertensi merupakan tekanan darah sistolik yang sama dengan atau di atas 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik sama dengan atau di atas 90 mmHg (Sakinah et al., 2020). Pada umumnya semakin bertambahnya usia maka semakin besar pula risiko terjadinya Hipertensi. Disebabkan oleh perubahan struktur pembuluh darah seperti penyempitan lumen, serta dinding pembuluh darah menjadi kaku dan elastisitasnya berkurang sehingga meningkatkan tekanan darah (vina,umi. 2022).

Berdasarkan data dari WHO mengatakan bahwa jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang membesar. WHO menyebutkan bahwa 40% negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi. Sedangkan negara maju hanya 35%. Kawasan Afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi sebanyak 46 %. Sementara kawasan Amerika menempati posisi buncit dengan 35%. Di

kawasan Asia Tenggara, 36% orang dewasa menderita hipertensi. Untuk kawasan Asia, penyakit ini telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. Hal ini menandakan satu dari tiga orang menderita tekanan darah tinggi (Irwadi & Fatrida, 2023).

Prevalensi hipertensi diperkirakan akan terus meningkat. Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 31,72%. Kenaikan kasus hipertensi diperkirakan sebesar 80% yaitu sebesar 639 juta kasus ditahun 2000 dan menjadi 1,15 miliar kasus di tahun 2025. Kejadian hipertensi akan bertambah dengan bertambahnya umur seseorang. Pada usia 25 sampai 44 tahun kejadian hipertensi mencapai 29%, pada usia 45 sampai 64 tahun mencapai 51%, dan pada usia lebih 65 tahun mencapai 65% (Warjiman et al., 2020). Proporsi hipertensi berdasarkan pengukuran menunjukkan bahwa kelompok perempuan memiliki proporsi lebih besar dibandingkan laki-laki. Proporsi meningkat seiring peningkatan umur. Secara fisiologis, semakin tinggi umur seseorang maka semakin berisiko untuk terkena hipertensi. (Kementerian Kesehatan RI, 2019) dalam (Sofiana, 2020).

Berdasarkan Prevalensi hipertensi data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2021, kasus hipertensi sebesar 37,57%. Berdasarkan jenis kelamin, presentasi hipertensi pada perempuan sebanyak 15.845 dan lebih tinggi dibanding pada laki-laki yaitu 14.155. Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan usia. Angka prevalensi Kabupaten/ Kota dengan penderita hipertensi tertinggi didapatkan di Semarang dengan presentase 99,6%, dan terendah di Grobongan dengan presentase 8,6%. Data penderita hipertensi di Surakarta dengan angka presentase sebesar 20,5% dan data yang didapatkan di Puskesmas Kratonan angka penderita hipertensi berusia ≥ 15 di Kelurahan Joyotakan sebesar 631. Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi hipertensi pada perempuan sebanyak 320 lebih besar dari laki-laki sebanyak 311 di Kelurahan Joyotakan RT 02/ RW 01 Kecamatan Serengan, Kota Surakarta.

Penyakit hipertensi ini disebabkan oleh pengapuran dinding pembuluh darah yang akan menghambat aliran darah pada beberapa bagian

otot jantung. Pada saat tekanan darah yang tinggi terjadi, keadaan ini selanjutnya akan memaksa otot bekerja lebih berat untuk memompa darah ke seluruh tubuh, dimana ini menyebabkan otot jantung menebal, sehingga daya pompa otot jantung akan menurun, sehingga akan menyebabkan gagal jantung, kerusakan pembuluh darah, gagal ginjal. Keadaan ini akan menimbulkan beberapa keluhan pada penderitanya. Secara umum tanda dan gejala yang sering dialami oleh penderita hipertensi, yaitu seperti : sakit kepala, cemas, wajah tampak kemerahan, tengkuk terasa pegal, cepat marah, telinga berdengung, sulit tidur, sesak napas, dan mudah lelah. Apabila dampak yang terjadi pada penderita hipertensi jika tidak ditangani dengan baik, maka penderita dapat mengalami seperti infark miokard, gagal jantung, stroke, serangan iskemik transien, diabetes, dislipidemia, dan penyakit ginjal kronis *Chronic Kidney Disease* (CKD), dan hiperkolesterolemia (Tiwik 2023). Hipertensi dapat dipicu oleh faktor yang dapat dikontrol dan faktor yang tidak dapat dikontrol. Faktor yang tidak dapat dikontrol diantaranya seperti keturunan, jenis kelamin, dan usia. Sedangkan faktor yang dapat dikontrol diantaranya seperti obesitas, diet hipertensi, stres, aktivitas fisik, dan merokok (Puspita & Rismawan, 2019).

Penalaksanaan 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, terapi non farmakologis untuk memperlancar vaskularisasi antara lain pijat refleksi kaki, senam hipertensi, massage punggung dan yang dapat digunakan secara mandiri dan bersifat alami untuk menurunkan hipertensi yaitu dengan rendam kaki air hangat. Rendam kaki dengan air hangat ini secara fisiologis dapat melancarkan sirkulasi darah, meningkatkan oksigen dalam darah, dan dapat menurunkan tekanan darah yang tinggi (Lalage, 2015). Salah satu Terapi rendam kaki dengan rebusan jahe akan merangsang proses vasodilatasi pada pembuluh darah, hal ini disebabkan karena kandungan jahe yang terdiri dari minyak atsiri (volatile) dan senyawa oleoresin (gingerol) yang menyebabkan rasa hangat

dan aroma pedas pada jahe. Rasa hangat pada jahe dapat memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah lancar (Hasanah et al., 2023).

Berdasarkan penelitian yang di lakukan (Hasanah et al., 2023) dengan hasil setelah melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan jahe yang di berikan selama 4 kali dalam 2 hari sekali selama 15 menit. Rendam kaki air hangat jahe juga bersifat alami, mudah di laksanakan, bahan-bahan mudah di dapatkan dan secara penelitian dapat menurunkan tekanan darah. Berikut hasil tekanan darah systole diastole sebelum dilakukan rendam kaki dengan rebusan jahe yaitu 40% (12 responden) tekanan darah 140-159/90-99 mmHg, 43.3% (13 responden) tekanan darah $\geq 160/\geq 100$ mmHg, 16,7 % (5 responden) tekanan darah $>180/>110$ mengalami penurunan dengan angka tekanan darah sistol diastole setelah di lakukan rendam kaki dengan rebusan jahe 72.6% (22 responden) tekanan darah 140-159/90-99mmHg, 26,7% (8 responden) tekanan darah $\geq 160/\geq 100$ mmHg. Hasilnya terjadi penurunan tekanan darah karena jahe sendiri mengandung lemak, protein, zat pati, oleoresin (gingerol) dan minyak atsiri. Rasa hangat dan aroma yang pedas pada jahe disebabkan oleh kandungan minyak atsiri yang tinggi dapat menurunkan tekanan darah. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Rendam Kaki Dengan Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Kedungjajang, Kabupaten Lumajang.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 28 januari 2024 wawancara yang di lakukan dengan 4 lansia di Joyotakan RT 02/RW 01 Kecamatan Serengan Kota Surakarta mengatakan pusing, mudah capek, nyeri di tengkuk leher dan pandangan kadang-kadang kabur kurang lebih sudah lama 1 tahun yang lalu dengan riwayat hipertensi, dan pasien mengatakan belum mengetahui jika terapi rendam kaki jahe hangat dapat menurunkan tekanan darah. Pasien juga mengatakan sebelumnya belum pernah mendapatkan terapi rendam kaki jahe hangat.

Menurut dari deskripsi dan data prevalensi di atas penulis membuat Karya Tulis Ilmiah ini guna mengetahui bagaimana penerapan terapi nonfarmakologi rendam kaki dengan air hangat jahe pada lansia penderita hipertensi di Joyotakan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan dari penerapan terapi nonfarmakologi rendam kaki dengan air hangat jahe pada lansia penderita hipertensi di Kelurahan Joyotakan ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi pemberian terapi nonfarmakologi rendam kaki dengan air hangat jahe pada lansia penderita hipertensi di Kelurahan Joyotakan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil sebelum dilakukan penerapan terapi non farmakologi rendam kaki dengan air hangat jahe pada lansia penderita hipertensi di Kelurahan Joyotakan
- b. Mendeskripsikan hasil sesudah dilakukan penerapan terapi non farmakologi rendam kaki dengan air hangat jahe pada lansia penderita hipertensi di Kelurahan Joyotakan
- c. Mendeskripsikan perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah di lakukan terapi non farmakologis rendam kaki dengan air hangat jahe
- d. Mendeskripsikan perbandingan tekanan darah pada kedua responden sebelum dan sesudah di lakukan terapi non farmakologis rendam kaki dengan air hangat jahe

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penerapan ini diharapkan mampu meberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan lansia dan keluarga terkait dengan terapi yang diberikan yaitu pijat refleksi kaki.

2. Bagi pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan
 - a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan rendam kaki dengan air hangat jahe secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.
 - b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan rendam kaki dengan air hangat jahe pada penderita hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.
3. Bagi Penulis

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan ditatanan pelayanan keperawatan, khususnya tentang terapi non farmakologi rendam kaki dengan air hangat jahe pada lansia penderita hipertensi.