

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut Usia (lansia) merupakan tahapan terakhir dari fase kehidupan dan pada fase ini seseorang akan mengalami proses penuaan secara terus menerus. Lansia adalah kelompok orang yang usianya > 60 tahun. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2021) di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Data Kemenkes RI (2021) menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia saat ini sekitar 27,1 juta orang atau hampir 10% dari total penduduk Indonesia dan pada tahun 2025 diprediksi jumlah lansia di Indonesia akan terus meningkat menjadi 33,7 juta jiwa atau sekitar 11,8% dari jumlah penduduk di Indonesia. Peningkatan jumlah lansia akan menjadi tantangan bagi masyarakat dan negara karena lansia akan mengalami proses penuaan biasanya ditandai dengan menurunnya fungsi dari organ-organ dalam tubuh, salah satu gangguan kesehatan yang paling sering dialami yaitu hipertensi dengan gejala berupa nyeri tengkuk, pusing, hingga pembengkakan pembuluh darah kapiler (Ulinuha, 2018).

Hipertensi atau yang biasanya dikenal dengan nama lain darah tinggi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah di dalam pembuluh darah arteri. Seseorang dapat dikatakan hipertensi apabila orang tersebut memiliki tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan diastolik > 80 mmHg (Musakkar & Djafar, 2021). Hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan yang dianggap serius oleh berbagai negara karena penyakit ini terkadang muncul secara tiba-tiba atau tanpa disadari oleh penderita. Hipertensi secara umum telah menjadi menyebabkan 9,4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahunnya (Handono, 2021).

Data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021 menjelaskan bahwa pada tahun 2018 sekitar 972 juta orang di dunia atau 26,4% mengidap penyakit hipertensi dan pada tahun 2021 sekitar 1 milyar orang dunia banyak yang menderita hipertensi, sebagian besar penderita hipertensi berada di negara berkembang. Prevalensi hipertensi diprediksi akan terus meningkat drastis pada tahun 2025 sebanyak 29%. Prevalensi hipertensi pada penduduk usia lanjut di Indonesia sebesar 9,6% dari total penduduk atau sekitar 25,64 juta penduduk (Kemenkes RI, 2018). Menurut Riskesdas (2018) prevalensi hipertensi pada lansia

di Indonesia pada rentang usia 55-64 tahun sebanyak 55,2%, usia 65-74 tahun sebanyak 63,2% dan >75 tahun sebanyak 69,5%.

Berdasarkan hasil Dinkes (2020) menunjukkan bahwa prevalensi lansia hipertensi di provinsi Jawa Tengah dengan sebanyak 8.070.378 penderita atau sebesar 37,5%. Prevalensi hipertensi lansia usia 55-64 sebanyak 22,3%, usia 65-74 sebanyak 29,5%, dan usia >75 sebesar 33,6%. Tertinggi di Kota Tegal sebanyak 18,4%, terendah di Cilacap yaitu 12,3% dan di Kabupaten Semarang menempati urutan ke 3 dengan jumlah lansia hipertensi sebanyak 13,97%. Berdasarkan data dari Puskesmas Kaliwungu (2023) menunjukkan jumlah lansia penderita hipertensi sebanyak 18 orang dari 43 lansia .

Berdasarkan data diatas hipertensi adalah salah penyakit yang di biasanya mempunyai hubungan erat dengan lansia, karena lansia mengalami perubahan fisiologis seperti daya tahan tubuh menurun, katup jantung menebal, kurangnya pasokan oksigen ke pembuluh darah perifer sehingga menyebabkan peningkatan resistensi vaskuler sehingga banyak lansia yang cenderung lebih mudah terkena penyakit hipertensi. Hipertensi atau darah tinggi yang tidak terkontrol dengan baik dapat mengakibatkan banyak komplikasi contohnya seperti payah jantung, stroke, kerusakan ginjal dan kerusakan pengelihat. Apabila seorang penderita hipertensi tidak melakukan pengecekan tekanan darah secara rutin maka penderita akan mengalami efek samping dari penyakit dari hipertensi seperti pusing, pandangan kabur, mual dan muntal, lemas serta pembengkakan (Fitrina *et al.*, 2021).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis yaitu terapi yang menggunakan obat-obatan yang dapat menurunkan tekanan darah. Efek samping dari terapi farmakologis dapat merusak hati dan ginjal apabila digunakan dalam jangka waktu yang panjang. Terapi non-farmakologis yaitu terapi tanpa menggunakan obat-obatan sehingga tidak menimbulkan efek samping seperti ketergantungan obat dan timbulnya penyakit lainnya. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi non-farmakologis lebih cocok untuk diterapkan. Contoh terapi non-farmakologis yang dapat dilakukan seperti terapi herbal, terapi nutrisi ,relaksasi progresif, meditasi ,akupuntur dan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai (Augin, 2022).

Metode rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai menggunakan 2 bahan yaitu garam dan serai. Garam adalah kumpulan senyawa

yang banyak mengandung natrium klorida. Serai mengandung banyak bahan kimia seperti minyak atsiri dengan komponen citronellal dan kadinol yang sifatnya terasa hangat. Kandungan kimia dalam serai mampu menghilangkan rasa sakit dan memperlancar sirkulasi darah dalam tubuh, sehingga dengan menggunakan metode rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai ini dapat membantu dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Fitrina *et al.*, 2021).

Data Kementrian Pertanian tahun 2020 Provinsi Jawa Tengah merupakan salah satu sentra pengembangan kapas dan komoditi atsiri, diantaranya yaitu nilam dan serai. Tanaman serai turut dikembangkan di Provinsi Jawa Tengah, yang saat ini luasnya mencapai 278,45 Ha dengan jumlah produksi 23,912 ton minyak/Tahun. Pada Provinsi Jawa Tengah dikembangkan di Kabupaten Semarang, Cilacap, Brebes, Boyolali dan Kendal. Desa Kaliwungu yang merupakan salah satu desa di Kabupaten Semarang juga banyak masyarakat yang membudidayakan tanaman serai untuk dijual dan untuk kebutuhan masak sehari-hari, sehingga metode rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai sangat cocok dilakukan di Desa Kaliwungu karena terapi ini tidak membutuhkan biaya yang mahal dan bahannya mudah didapatkan, selain itu letak Desa Kaliwungu jauh dari rumah sakit, di Desa Kaliwungu tidak ada kegiatan atau organisasi untuk lansia seperti posyandu lansia, selain itu di Desa Kaliwungu juga tidak ada penyuluhan kepada masyarakat mengenai bagaimana cara penanganan hipertensi yang dapat dilakukan dirumah.

Berdasarkan penelitian (Fitrina *et al.*, 2021) menunjukkan hasil penerapan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai dapat menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Bukit Tinggi dengan hasil penerapan menunjukkan nilai $\rho = 0.000$ ($\rho < \alpha$). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 10 lansia penderita hipertensi dan didapatkan 2 lansia dengan hipertensi tertinggi dibandingkan dengan lansia penderita hipertensi lainnya. Lansia penderita hipertensi mengatakan belum ada penyuluhan mengenai cara menurunkan tekanan darah dengan cara non-farmakologis dan belum mengetahui terapi rendam kaki air hangat dengan campur garam dan serai dapat menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas penulis tertarik untuk mempelajari dan membahas lebih lanjut metode non-farmakologis di dalam sebuah Karya Tulis

Ilmiah dengan judul “Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Dengan Garam dan Serai Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang”.

B. Rumusan Masalah

“ Bagaimanakah penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dengan garam dan serai pada lansia penderita hipertensi di Desa Kaliwungu? ”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendiskripsikan hasil penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan hasil pengamatan tekanan darah sebelum dilakukan penerapan rendam kaki air hangat dengan garam dan serai terhadap pemurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang.
- b. Mendiskripsikan hasil pengamatan tekanan darah sesudah dilakukan penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dengan garam dan serai pada lansia penderita hipertensi di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang.
- c. Mendiskripsikan perkembangan analisis tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan rendam kaki air hangat dengan garam dan serai pada lansia penderita hipertensi di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang.
- d. Mendiskripsikan perbandingan hasil akhir dari implementasi antara 2 responden.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat khususnya Lansia

Hasil implementasi penerapan rendam kaki air hangat dengan garam dan serai diharapkan dapat menambah informasi dan pengetahuan terutama bagi lansia penderita hipertensi sebagai salah satu metode untuk menurunkan tekanan darah.

2. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan

- a. Diharapkan dengan hasil penerapan terapi ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan untuk institusi kesehatan tentang pengaruh

rendam kaki air hangat dengan garam dan serai untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

- b. Diharapkan terapi ini dapat diterapkan dalam ilmu kesehatan sebagai pengobatan non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

3. Bagi Penulis

Dapat menambah pengalaman dalam menerapkan terapi untuk penderita hipertensi dari penelitian sebelumnya, khususnya dengan metode terapi rendam kaki menggunakan air hangat dicampur dengan garam dan serai.