

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan keadaan dimana seseorang memiliki tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg, pada pemeriksaan berulang. Tekanan darah diastolik merupakan pengukuran utama yang menjadi dasar penentuan diagnosis hipertensi (Tiara, 2020). Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan / morbiditas dan angka kematian / mortalitas (Cristanto *et al.*, 2021).

Permasalahan hipertensi ini menjadi tantangan kesehatan bukan hanya di Indonesia akan tetapi hampir diseluruh dunia. Diperkirakan 1.28% orang dewasa berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi, dua pertiga diantaranya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2021). Berdasarkan data WHO terkait prevalensi hipertensi, secara global prevalensi hipertensi yaitu sebesar 22% dari total penduduk dunia, sedangkan untuk prevalensi hipertensi berdasarkan wilayah WHO, wilayah Afrika merupakan wilayah dengan prevalensi hipertensi tertinggi dengan presentase sebesar 27%, kemudian diikuti oleh Mediterania Timur dengan prevalensi hipertensi sebesar 26% dan Asia Tenggara ada di urutan ketiga dengan presentase sebesar 25% (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 mengalami peningkatan yang cukup signifikan menjadi 13.2% pada usia 18 - 24 tahun, 20.1% di usia 25 - 34 tahun, 31.6%, dan di usia 35 – 44 tahun. Berdasarkan data tersebut menunjukkan terdapat kenaikan prevalensi berdasarkan kelompok usia hanya dalam kurun waktu 5 tahun. Kelompok usia 18 - 24 tahun sebesar 4.5%, pada kelompok usia 25 – 34 tahun sebesar 5.4%, pada kelompok usia 35 – 44 tahun sebesar 11.3% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan tekanan darah tinggi adalah 37,57%. Angka kejadian tekanan darah tinggi pada wanita (40,17%) lebih tinggi daripada pria (34,83%). Angka kejadian di wilayah kota lebih tinggi (38,11%) dibandingkan dengan di wilayah pedesaan (37,01%). Di Provinsi Jawa Tengah, Kota Surakarta menempati urutan ke 3

sebagai kabupaten/kota dengan persentase hipertensi tertinggi pada tahun 2018, yaitu sebanyak 12,25% (Dinkes Jateng, 2019). Berdasarkan data kasus hipertensi tahun 2021 Kota Surakarta kasus yang ditemukan pada tahun 2021 sebanyak 34.917 kasus. Telah terjadi peningkatan jika dibandingkan dengan jumlah kasus tahun 2020 sebanyak 26.875 kasus. Penemuan kasus hipertensi meningkat dikarenakan semakin optimalnya upaya penemuan kasus melalui pelayanan kesehatan dalam gedung maupun diluar gedung seperti integritas kegiatan PIS-PK, Posbindu PTM dan jejaring fasyankes lain, berdasarkan data kasus puskesmas Kratonan tahun 2021 sebanyak 1.104 kasus (Dinkes Surakarta, 2021).

Angka hipertensi yang semakin meningkat dari tahun ke tahun diperlukan penanganan yang tepat. Tekanan darah tinggi yang tidak segera ditangani dapat memicu beberapa penyakit lain dan berisiko besar karena bisa mengakibatkan beberapa penyakit lain (Kartika *et al.*, 2021). Beberapa efek samping yang umum dialami oleh banyak penderita hipertensi antara lain sakit kepala, perasaan cemas, kulit wajah memerah, rasa tidak nyaman di leher, mudah tersinggung, tinitus, gangguan tidur, sesak napas, dan peningkatan kelelahan. Jika dampaknya terhadap individu penderita hipertensi tidak dikelola dengan baik, maka dapat menimbulkan komplikasi (Amari, 2023). Faktor yang memengaruhi kejadian hipertensi diantaranya faktor (umur/usia, jenis kelamin), obesitas dari obat – obatan (steroid, obat penghilang rasa sakit dan karakteristik komorbiditas (Irwina & Nurul, 2022). Faktor lainnya yang dapat mempengaruhi hipertensi adalah olahraga, asupan makanan, merokok, berat badan dan faktor stress (Ghazali, 2019). Selain itu, ras dan etnis juga merupakan faktor risiko yang signifikan terhadap hipertensi, faktor risiko yang dapat dimodifikasi, termasuk asupan natrium yang tinggi, asupan kalium rendah, konsumsi alkohol, kurang aktivitas fisik dan tidak sehat diet berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi (Mills, 2021).

Hipertensi merupakan penyakit yang dapat membunuh secara diam - diam atau sering disebut *the silent killer* karena tidak memiliki gejala namun dapat meningkatkan resiko terjadinya stroke, aneurisma, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan lainnya (Atti & Purnawinadi, 2023). Data penyebab kematian di Indonesia pada tahun 2019 diketahui jumlah kematian terbanyak adalah penyakit kardiovaskular (Kemenkes RI, 2019). Upaya untuk menghindari komplikasi yang dapat terjadi, seorang penderita hipertensi harus mampu mengendalikan tekanan darahnya agar tetap stabil. Pencegahan

dan penatalaksanaan yang tepat untuk hipertensi ada dua penanganan yang dapat diberikan yakni secara farmakologi dan nonfarmakologi (Siska, 2022)

Pengobatan hipertensi terdiri dari terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologis merupakan dengan menggunakan obat-obatan antihipertensi yang terbukti dapat menurunkan tekanan darah seperti *Amlodipine*, *Bendroflumethazide*, *Captopril*, *Atenolol* dan *Candesartan* (Yuzianti *et al.*, 2023). Terapi non farmakologi merupakan menjalani pola hidup sehat telah banyak terbukti dapat menurunkan tekanan darah dan secara umum sangat menguntungkan dalam menurunkan risiko permasalahan kardiovaskular, penanganan hipertensi yang paling aman dan efektif bersifat alamiah diantaranya terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi, meditasi dan hidroterapi yang meliputi terapi rendam kaki air hangat dengan jahe (Lalage, 2019).

Terapi rendam kaki air jahe hangat merupakan metode yang sederhana, mudah dilakukan, praktis, biaya yang digunakan terjangkau, bisa dilakukan secara mandiri di rumah bagi penderita hipertensi. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh, pertama berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung serta faktor pembebanan didalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligament yang mempengaruhi sendi tubuh (Sari & Effendy, 2021). Jahe mengandung banyak kation dan anion, seperti kalsium, magnesium dan fosfor yang berfungsi dalam perkembangan tulang, kontraksi otot dan konduksi saraf. Mineral dalam jahe ini bermanfaat untuk mengatasi otot yang kontraksi, hipertensi, kelemahan otot, dan kejang. Jahe juga mengandung sejumlah besar kalium yang memiliki peranan dalam regulasi tekanan darah dan detak jantung (Shaban *et al.*, 2019).

Jahe mampu mengurangi pembengkakan, memperlancar aliran darah ke otot, memicu pelebaran pembuluh darah di kaki dan meningkatkan relaksasi sistem saraf pusat, yang kesemuanya dapat mengakibatkan perluasan pembuluh darah (Milindasari & Pangesti, 2022). Jenis-jenis jahe yang dikenal oleh masyarakat yaitu jahe emprit (jahe kuning), jahe gajah (jahe badak) dan jahe merah (jahe sunti) terapi jahe yang banyak digunakan untuk obat – obatan adalah jahe merah, karena jahe merah memiliki kandungan minyak atsiri yang lebih tinggi dibanding dengan jahe lainnya (Hasanah *et al.*, 2023). Jahe merah merupakan bahan yang efektif dalam mengatasi hipertensi dengan mengatur tekanan darah dan memantau detak jantung. Obat ini memiliki sedikit

efek samping dan sangat mudah dikelola. Minyak atsiri jahe merah mengandung beberapa senyawa seskuiterpen seperti zingiberene, zingoren, oleoresin, kamfema, limonene, berneol, cineol, citral, zingiberal, dan felandrene. Apalagi diperkaya senyawa flavonoid dan polifenol, serta vitamin A, B, dan C (Tutik & Diah, 2021).

Penelitian (Sani & Fitriyani, 2021) yang berjudul Rendam Kaki Rebusan Air Jahe Merah Berpengaruh terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi, hasil penelitian didapatkan rata-rata tekanan darah responden sebelum dan sesudah diberikan rendam kaki rebusan air jahe merah tekanan darah sistolik 149,05 mmHg menjadi 135,83 mmHg dan diastolik 78,69 mmHg menjadi 75,95 mmHg. Hasil Analisa uji korelasi menunjukkan ada pengaruh pemberian rendam kaki rebusan air jahe merah terhadap tekanan darah penderita hipertensi, ditunjukkan dengan nilai  $p\text{-value} = 0.0001$  ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan wawancara dengan ibu kader posyandu lansia yang sudah dilakukan pada tanggal 1 Februari 2024, diperoleh data pasien 28 lansia dan yang mengalami hipertensi di RT 05 RW 06 sebanyak 16 orang. Berdasarkan hasil pengecekan tekanan darah pasien sebanyak 16 orang, hasil tekanan darah diatas 140 mmHg. Berdasarkan latar belakang diatas, saya tertarik untuk melakukan penerapan mengenai teknik rendam kaki air hangat dengan jahe dalam menurunkan tekanan darah di RT 05 RW 06 Kelurahan Joyotakan Kota Surakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana perbandingan perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah penerapan teknik rendam kaki air hangat dengan jahe merah pada pasien hipertensi di RT 05 RW 06 di Kelurahan Joyotakan?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hasil implementasi penerapan teknik rendam kaki air hangat dengan jahe merah pada pasien hipertensi di RT 05 RW 06 di Kelurahan Joyotakan

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan tekanan darah sebelum dilakukan penerapan teknik rendam kaki air hangat dengan jahe merah pada pasien hipertensi di RT 05 RW 06 di Kelurahan Joyotakan

- b. Mendeskripsikan hasil tekanan darah pasien setelah dilakukan penerapan teknik rendam kaki air hangat dengan jahe merah pada pasien hipertensi di RT 05 RW 06 di Kelurahan Joyotakan
- c. Mendeskripsikan perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan teknik rendam kaki air hangat dengan jahe merah pada pasien hipertensi di RT 05 RW 06 di Kelurahan Joyotakan
- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Masyarakat**

Membudayakan pengelolaan pasien dengan tindakan rendam kaki air hangat dengan jahe merah secara mandiri melalui pengelolaan dengan cara tindakan secara mandiri.

##### **2. Bagi Pengembangan Ilmu Dan Teknologi Keperawatan**

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

##### **3. Bagi penulis**

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan rendam kaki air hangat dengan jahe merah.