

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Berdasarkan Kemenkes (2021) Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. (Asri sagira, n.d. 2024)

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2023 menyatakan bahwa hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis kronis yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2015 yang dikutip dalam *Riskesdas* (2018), sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, yang berarti 1 dari 3 orang di dunia telah didiagnosis dengan hipertensi. Angka penderita hipertensi terus meningkat setiap tahun, dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan mencapai 1,5 miliar orang. Selain itu, setiap tahunnya diperkirakan sebanyak 9,4 juta orang meninggal dunia akibat hipertensi dan komplikasinya. (Ardiansyah & Widowati, 2024)

Berdasarkan profil kesehatan Jawa Tengah prevalensi hipertensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah sebesar 37,57%. Prevalensi hipertensi pada perempuan (40,17%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (34,83%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11%) dibandingkan dengan perdesaan (37,01%). Prevalensi semakin meningkat dengan pertambahan umur (Dinda Ardiana 2023). Berdasarkan profil kesehatan Surakarta pada tahun 2024 sebanyak 67.355 jiwa telah terjadi peningkatan dibandingkan dengan jumlah kasus pada tahun 2023 sebanyak 34.917 kasus. Puskesmas Kratonan mencatat bahwa 30% dari total kasus hipertensi di kota Surakarta, yaitu sebanyak 3.181 kasus. Salah satu wilayah dengan jumlah kasus hipertensi

cukup tinggi adalah Kelurahan Joyotakan, dengan jumlah penderita mencapai 200 jiwa. (Sri Widodo, n.d. 2024)

Dampak dari tekanan darah tinggi dapat menyebabkan kerusakan arteri, aneurisma, kerusakan jantung, gagal jantung, kerusakan otak akibat transient ischemic attack (TIA), gagal ginjal, kerusakan mata, dan lain-lain. Hipertensi sering kali dianggap remeh oleh sebagian orang, bahkan ketika pasien mengetahui dirinya mengidap hipertensi, namun mereka tetap tidak mengubah pola hidup seperti rutin merokok, minum minuman beralkohol, terlalu banyak mengonsumsi garam, dan lain-lain. Risiko darah tinggi jika tidak segera ditangani dapat menyebabkan penyakit serius yang mengancam jiwa, antara lain gagal jantung, gagal ginjal, stroke (Ayu et al., 2025)

Perubahan kumulatif pada makhluk hidup meliputi sel dan jaringan yang menyebabkan penurunan fungsi jantung, pembuluh darah, paru-paru, saraf, dan jaringan tubuh lainnya. Kapasitas regeneratifnya yang terbatas membuat rentan terhadap berbagai penyakit, termasuk tekanan darah tinggi. Hipertensi lebih sering terjadi pada orang lanjut usia antara usia 50 - 77 tahun. Hal ini disebabkan katup jantung mulai menebal dan kaku, serta kapasitas jantung menurun sebesar 1% setiap tahunnya sehingga menyebabkan pembuluh darah kehilangan sensitivitas dan elastisitasnya, yang mengakibatkan efisiensi suplai oksigen ke pembuluh darah perifer menurun, dan tekanan darah dapat meningkat akibat peningkatan resistensi pembuluh darah perifer (Rusdian Hidayat et al., 2019).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan melalui berbagai upaya antara lain pengendalian tekanan darah melalui pengobatan farmakologis berupa penggunaan obat-obatan yang mengandung berbagai obat antihipertensi antara lain diuretik, beta blocker atau vasodilator, penghambat saluran kalsium, dan obat pengubah angiotensin. Saat ini selain terapi obat, telah banyak dikembangkan terapi non-farmakologis dalam pengobatan pasien hipertensi, antara lain dengan perubahan gaya hidup sehari-hari seperti rutin berolahraga dan mengubah kebiasaan makan sehari-hari, terapi relaksasi dapat menstabilkan tekanan darah yang didasarkan aktivitas sistem saraf simpatis dan parasimpatis.

Terapi relaksasi meliputi pernapasan dalam, relaksasi rendam hangat jahe merah, terapi music (Rusdian Hidayat et al., n.d.)

Rendam hangat jahe merah dapat menimbulkan respon sistemik terjadi melalui mekanisme vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah). merendam kaki air hangat akan memberikan respon local terhadap panas melalui stimulasi dan akan mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus. Rendam kaki dapat dikombinasikan dengan bahan – bahan herbal lainnya salah satunya jahe. Jenis jenis jahe yang banyak dikenal masyarakat yaitu jahe empurit (jahe kuning), jahe gajah (jahe merah ), akan tetapi jahe yang banyak mengandung banyak digunakan untuk obat- obatan adalah jahe merah, karena jahe merah memiliki kandungan minyak atsiri (volatil) yang lebih tinggi dibandingkan dengan jahe – jahe yang lainnya. Minyak atsiri (volatil) memberikan rasa hangat dan aroma yang pedas. Rasa hangat pada minyak atsiri (volatil) dapat berguna untuk membantu memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lancar (M. Mimbar Topik & Siti Faizah, 2023)

Peneliti memilih merendam jahe merah sebagai bahan utama karena jahe merah mudah ditemukan di daerah Joyotakan, baik di pasar tradisional maupun di warung rempah lokal. Selain itu, jahe merah dikenal memiliki kandungan yang lebih kuat dibandingkan jahe biasa, baik dari segi rasa maupun manfaat kesehatannya, seperti membantu menghangatkan tubuh dan meningkatkan daya tahan. Ketersediaan yang melimpah dan manfaatnya yang besar menjadikan jahe merah pilihan yang tepat dan efisien untuk menurunkan tekanan darah .

Berdasarkan data yang di dapatkan hasil puskesmas Kratonan kasus hipertensi sebanyak 2.739 jiwa salah satu dari kelurahannya yaitu kelurahan joyotakan. Hasil studi pendahuluan pada April 2025 Peneliti melakukan studi pendahuluan dalam bentuk wawancara kepada Kader RT 03 RW02. Hasil wawancara kepada kader RT 03 RW 02 terdapat 55 KK dan 150 warga dengan 25 diantaranya menderita hipertensi. Hasil wawancara warga dengan penderita hipertensi di Kelurahan Joyotakan mengenai usaha apa saja yang sudah dilakukan untuk mengontrol tekanan darah tinggi sebagian besar mengatakan

hanya mengkonsumsi obat saja jika merasakan pusing, dan mengurangi mengkonsumsi makanan asin. Warga joyotakan mengatakan belum pernah melakukan terapi rendam kaki rebusan air jahe merah untuk menurunkan hipertensi dan tidak tau jika rebusan air jahe dapat menurunkan hipertensi.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka saya tertarik untuk melakukan penerapan yang berjudul “ Penerapan Rendam Kaki Rebusan Air Jahe Merah Berpengaruh Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di RT 03 RW 02 Kelurahan Joyotakan”

## **B. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui Penerapan Rendam Kaki Rebusan Air Jahe Merah Berpengaruh Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Joyotakan

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dilakukan penerapan pemberian air rebusan jahe merah
- b. Mendeskripsikan tekanan darah pada penderita hipertensi setelah dilakukan penerapan rendam kaki rebusan air jahe merah
- c. Mendeskripsikan perkembangan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan penerapan rendam kaki rebusan air jahe merah pada penderita hipertensi
- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden

## **C. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Mahasiswa

Menambah ilmu pengetahuan dan wawasan serta pengalaman belajar di bidang ilmu keperawatan keluarga tentang pengaruh rendam kaki rebusan air jahe merah pada warga joyotakan

### 2. Bagi Pendidikan

Karya Ilmiah akhir Ners di harapkan dapat menambah referensi, bahan bacaan, pembelajaran, dan pengetahuan bagi mahasiswa terkait

kebutuhan pengembangan asuhan latihan relaksasi pada warga joyotakan dengan intoleransi secara komprehensif dari pengkajian sampai evaluasi.

3. Bagi Warga

Dapat menerapkan rendam kaki rebusan air jahe merah untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

4. Bagi Peneliti

Melakukan hasil pemaparan ini penulis dapat mengembangkan pengetahuan dalam bidang penelitian keperawatan khususnya terkait penerapan rendam kaki rebusan jane merah dapat berpengaruh menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.