

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi masih menjadi masalah utama yang menyebabkan banyak kematian pada penduduk di dunia. Seseorang dikatakan memiliki hipertensi apabila memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi juga dijuluki sebagai The silent killer atau pembunuh diam-diam, dimana gejala yang tidak dirasakan sampai penderita diketahui memiliki tekanan darah yang tinggi dan mungkin telah terjadi komplikasi yang dapat mengakibatkan kematian (Noviyanti, 2015).

Prevelensi kejadian hipertensi meningkat pada negara berkembang. Wilayah Afrika sebagai negara dengan penghasilan rendah memiliki prevelensi hipertensi tertinggi sebanyak 27%, sedangkan di Amerika dengan pendapatan yang tinggi memiliki prevelensi hipertensi terendah yakni 18% (WHO, 2019). Data dari World Health Organization (WHO) tahun 2018 melaporkan 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi dan diperkirakan tahun 2025 terjadi peningkatan penderita hipertensi dari 26,4% menjadi 29,2%. Peningkatan ini terutama disebabkan oleh peningkatan faktor risiko hipertensi pada populasi tersebut (WHO, 2019).

Indonesia termasuk kedalam wilayah Asia Tenggara yang angka kejadian hipertensinya tergolong tinggi, yakni sebesar 427.218 kematian (Riskesdas, 2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menyatakan bahwa, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1% dan

yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan hanya 8,6% dari prevalensi hipertensi. Hal ini mengalami peningkatan dari 5 tahun yang lalu, dimana data Riskesdas tahun 2013 menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi sebesar 25,8% dan yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan hanya 9,5% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

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 (Arum, 2019). Memasuki fase usia lanjut membuat lansia mudah terserang berbagai macam penyakit terutama penyakit kardiovaskuler seperti hipertensi. Hipertensi sering juga disebut sebagai silent killer karena termasuk penyakit yang mematikan. Bahkan, hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan hipertensi memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat dan mematikan serta dapat meningkatkan resiko serangan jantung, stroke dan gagal ginjal (Pudiastuti, 2013).

Penyebab hipertensi hingga saat ini secara pasti belum dapat diketahui, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat beberapa faktor yang menjadi risiko terjadinya hipertensi, seperti usia, perokok dan gaya hidup kurang aktivitas yang dapat mengarah ke obesitas. Mengurangi faktor risiko terhadap dasar pemberian intervensi oleh tenaga kesehatan (Hariawan & Tatisina, 2020). Faktor yang dapat mempengaruhi hipertensi ada dua yaitu, faktor yang dapat dikendalikan seperti obesitas, gaya hidup, stress dan faktor yang tidak dapat di kenal seperti usia (Nugroho & Sari, 2019).

Pada lanjut usia terjadi penurunan fungsi tubuh dimana salah satunya adalah penurunan fungsi kerja pembuluh darah. Penyakit yang sering terjadi pada

golongan lansia yang disebabkan karena penurunan fungsi kerja pembuluh darah yaitu salah satunya hipertensi atau tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi merupakan suatu penyakit meningkatnya tekanan darah arterial sistematis baik sistolik maupun diastolik (Suprayitno & Huzaimah, 2020). Kesehatan lansia bila tidak ditangani dengan baik, akan mengakibatkan penurunan fungsi fisik dan fisiologis sehingga terjadi kerusakan tubuh yang lebih parah, menimbulkan banyak komplikasi dan mempercepat kematian. Hipertensi pada lansia bila tidak cepat ditangani dan di obatin dapat menyebabkan gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Jannah & Ernawaty, 2018).

Hipertensi pada dasarnya memiliki manajemen pengobatan yang cenderung sulit untuk dikontrol (Palmer, A. dan B. William, 2012). Hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi yakni, penyakit jantung, stroke dan gagal ginjal. Kejadian penyakit jantung dan stroke akibat hipertensi mencapai 45% dan 51% (WHO, 2013). Jika hipertensi dibiarkan tanpa pengobatan, hampir separuh klien hipertensi akan meninggal karena penyakit jantung dan 10-15% akan meninggal karena gagal ginjal (Black & Hawks, 2014). Stroke terutama stroke hemoragik dan gagal jantung non iskemik adalah penyakit yang banyak terjadi akibat komplikasi dari hipertensi di Asia (Kario et al., 2018).

Penatalaksanaan hipertensi perlu dilakukan sebagai upaya pengurangan risiko naiknya tekanan darah. Menurunkan tekanan darah sistolik 10 mm Hg telah terbukti mengurangi risiko kejadian penyakit kardiovaskular 20%, penyakit jantung koroner 17%, stroke 27%, dan gagal jantung 28% (Thomopoulos et al., 2018). Tujuan dilakukannya kontrol tekanan darah adalah untuk memonitoring tekanan

darah, mencegah pasien masuk rumah sakit dan mencegah terjadinya komplikasi (Martins et al., 2012). Oleh karena itu pentingnya penatalaksanaan hipertensi dalam mengontrol tekanan darah, sehingga dapat dikatakan sebagai hipertensi yang terkontrol. Pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi masih belum optimal dalam praktik klinis (Weber et al., 2014).

Penanganan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologi (obat) dan non farmakologi. Langkah awal yang dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi yaitu dengan modifikasi gaya hidup, pengelolaan stress dan kecemasan (Pamungkas et al., 2016). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi stress dan kecemasan yaitu dengan melakukan relaksasi otot progresif, dimana respon dari teknik relaksasi tersebut dapat menghambat sistem saraf otonom dan sistem saraf pusat, serta akan meningkatkan aktivitas parasimpatis yang akan menurunkan detak jantung (Rosdiana & Cahyanti, 2019).

Penatalaksanaan hipertensi terbagi dua yaitu, terapi farmakologis dan non-farmakologis. Pengobatan secara farmakologis biasanya menggunakan obat-obatan yang mempunyai efek samping. Di Indonesia menunjukkan 60% menggunakan obat-obatan, 30% menggunakan herbal therapy, dan 10% fisikaltherapy (Harnani & Axmalia, 2017). Pengobatan hipertensi secara nonfarmakologis dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup yang lebih sehat, salah satunya dengan melakukan Hidroterapi (rendam kaki dengan air hangat) (Solechah et al., 2017).

Salah satu cara non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah dengan Hidroterapi (Rendam Air Hangat), merendam bagian tubuh ke dalam air hangat (Hardianti et al., 2018). Hidroterapi rendam air hangat merupakan 4 salah satu jenis

terapi alamiah yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyetatkan antung, mengendorkan otot – otot, menghilangkan stres, nyeri otot, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada hipertensi (Evi Dilianti et al., 2017). Terapi rendam kaki dengan air hangat ini memiliki banyak manfaat namun pada beberapa kasus menjadi kontra indikasi yang tidak cocok untuk terapi ini, yaitu pada kasus penyakit jantung dengan kondisi yang parah, serta penderita diabetes. Karena kulit pasien diabetes akan mudah rusak walaupun hanya dengan menggunakan air hangat (Harnani & Axmalia, 2017).

Rendam kaki dapat dikombinasikan dengan bahan-bahan herbal lain salah satunya jahe. Jenis-jenis jahe yang dikenal oleh masyarakat yaitu jahe emprit (jahe kuning), jahe gajah (jahe badak), dan jahe merah (jahe sunti) tetapi jahe yang banyak digunakan untuk obat-obatan adalah jahe merah, karena jahe merah memiliki kandungan minyak atsiri yang lebih tinggi dibanding dengan jahe lainnya (Setyaningrum & Sapiranto, 2013). Jahe mengandung lemak, protein, zat pati, oleoresin (gingerol) dan minyak atsiri. Rasa hangat dan aroma yang pedas pada jahe disebabkan oleh kandungan minyak atsiri (volatil) dan senyawa oleoresin (gingerol). Rasa hangat pada jahe dapat memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah lancar (Kurniawati, 2010 dalam Anisa et al., 2016)

Penanganan yang dilakukan yaitu dengan cara terapi non farmakologis, salah satunya dengan terapi rendaman kaki air jahe hangat. Terapi rendaman kaki air jahe hangat ini bertujuan untuk melancarkan peredaran darah karena sangat efektif

untuk menurunkan darah. Efek rendaman kaki air jahe hangat ini dilakukan selama 15 menit. Air hangat juga memiliki dampak fisiologis bagi tubuh untuk melancarkan sirkulasi darah. Terapi ini sangat efisien untuk dilakukan setiap saat di rumah (Agung Santoso & Ali Maulana, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Nurpratiwi et al., (2021) yang berjudul rendam kaki air hangat jahe dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman partisipan yaitu perasaan yang dirasakan oleh partisipan memberikan rasa enak dan nyaman, manfaat dapat menurunkan tekanan darah dan mengurangi nyeri, waktu melakukan pada pagi hari dan waktu yang dilakukan sekitar 10-20 menit, prosedur dalam melakukan rendam kaki air hangat jahe dengan jahe diiris-iris/ditumbuk/digeprek, jenis jahe yang sering digunakan yaitu jahe putih dan jahe kuning, tidak ada efek samping yang muncul setelah melakukan rendam kaki air hangat jahe.

Hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh (Fakhrudin & Fitriyani, 2021) yang berjudul Rendam Kaki Rebusan Air Jahe Merah Berpengaruh terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi didapatkan hasil yaitu 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 $p\text{-value} = 0.0001 (p\text{-value} < 0,05)$.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti yaitu berdasarkan hasil wawancara ke beberapa penderita hipertensi mengatakan bahwa kadang mereka lupa untuk minum obat dengan alasan karena tidak ada keluhan yang dirasakan, ada juga yang mengatakan bahwa tidak mengkonsumsi obat antihipertensi tapi mengurangi makanan yang asin-asin serta ada yang mengatakan sering mengkonsumsi obat dari resep dokter, dan juga memakan buah-buahan yang dapat menurunkan tekanan darah, dan ada juga yang mengatakan biasa melakukan pengobatan tradisional juga dirumahnya seperti meminum air jahe, dari beberapa penderita yang dikaji tentang pengalamannya tentang terapi hipertensi belum ada yang pernah melakukan hidroterapi, untuk itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul pengaruh pemberian rendaman kaki dengan air jahe hangat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien lansia di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Balai Karimun.

B. RUMUSAN MASALAH

Adakah Pengaruh Pemberian Rendaman Kaki Dengan Air Jahe Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Balai Karimun ?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis pengaruh pemberian rendaman kaki dengan air jahe hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Balai Karimun.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui tekanan darah responden sebelum dilakukan pemberian rendaman kaki dengan air jahe hangat pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi.
- b. Mengetahui tekanan darah responden pada kelompok kontrol dan intervensi sesudah dilakukan pemberian rendaman kaki dengan air jahe hangat pada kelompok intervensi
- c. Menganalisis perbedaan tekanan darah responden sesudah dilakukan pemberian rendaman kaki dengan air jahe hangat pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi
- d. Menganalisis pengaruh pemberian rendaman kaki dengan air jahe hangat pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Mahasiswa Keperawatan,

Hasil penelitian diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam memberikan informasi tentang terapi komplementer pada pasien hipertensi.

2. Bagi Puskesmas Tanjung Balai Karimun

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam memberikan informasi dan pengetahuan tentang penatalaksanaan pada pasien lansia dengan menggunakan terapi komplementer yaitu rendaman kaki menggunakan air jahe hangat.

3. Bagi Pendidikan Keperawatan

Menambah pustaka dan kajian ilmiah, sehingga dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan pembaca khususnya mahasiswa keperawatan mengenai terapi komplementer pada pasien hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya dan dapat memberikan manfaat dalam memperbanyak referensi tentang terapi komplementer.

E. RUANG LINGKUP PENELITIAN

Untuk memperjelas masalah yang dibahas dan agar tidak terjadi pembahasan yang meluas atau menyimpang maka perlu kiranya dibuat suatu batasan masalah. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan metode *quasi-experimental nonequivalent control group design* yang dilakukan pada lansia di wilayah kerja puskesmas tanjung balai karimun. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi di lingkungan puskesmas tanjung balai karimun. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Maret 2022 sampai dengan April 2022.

F. PENELITIAN TERKAIT

1. Pengaruh terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nazaruddin et al., (2021) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kakidenganair hangat terhadap penurunan tekana darah pada penderita hipertensi di wilayah

kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. Desain penelitian ini yaitu Pre Eksperimen dengan melakukan pendekatan secara “One Group Pre and Post-Test Design”. Hasil uji analisis diperoleh hasil nilai p sistolik = 0,000 dan hasil nilai p diastolik = 0,000 maka dapat diartikan bahwa terapi rendam kaki dengan air hangat efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Pengaruh Pemberian Rendaman Air Jahe Pada Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Surya & Effendy (2021) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh rendaman air jahe pada kaki terhadap penurunan tekanan darah lansia yang tinggal di Desa Bangsal Kabupaten Mojokerto sehingga lansia yang mengalami hipertensi di desa bangsal berkurang. Desain penelitian ini adalah pre-experimental dengan rancangan one group pretest-posttest. Sampel dalam penelitian ini yaitu sebagian lansia di Desa Bangsal Kabupaten Mojokerto yang mengalami hipertensi sebanyak 28 lansia. Teknik sampling yang digunakan yaitu probability sampling dengan metode simple random sampling. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah lembar observasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai sig (2-tailed) sebesar $0.031 < 0,05$ maka H_1 diterima yang berarti rendaman air jahe pada kaki efektif terhadap penurunan tekanan darah lansia di Desa Bangsal Kabupaten Mojokerto.

3. Efektifitas Rendam Kaki Air Jahe Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Panti Wredha Pucang Gading Semarang

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anisa et al., (2016) yang bertujuan untuk mengetahui efektifitas rendam kaki air jahe hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi Panti Wredha Pucang Gading Semarang. Penelitian ini dilaksanakan selama dua minggu dengan memberikan terapi rendam kaki air jahe hangat 6 kali. Rancangan penelitian menggunakan penelitian Quasi-experimental menggunakan One group pre-post test design terhadap 17 responden dengan hipertensi. Tekanan darah diukur secara langsung dengan menggunakan Sphygmomanometer. Uji statistik yang digunakan adalah uji dependen t-test. Dari hasil uji dependen t-test didapatkan p value tekanan darah sistolik = 0.0001 dan p value tekanan darah diastolik = 0.0001 maka H_0 diterima, artinya ada pengaruh pemberian rendam kaki air jahe hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Wredha Pucang Gading Semarang. Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan bagi lansia dapat dimanfaatkan sebagai bahan perawatan non-farmakologi hipertensi yang murah, aman dan mudah didapat..