

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas, mengalami perubahan umur dengan disertai perubahan fisik yang ditandai dengan penurunan masa otot serta kekuatannya, laju denyut jantung, penurunan fungsi otak (Carolina et al., 2019). Usia tersebut lansia mengalami penurunan fungsi imun tubuh termasuk penurunan fungsi jantung salah satunya yaitu penyakit hipertensi (Putri & Sudaryanto, 2024).

Menurut WHO tahun (2019), secara global angka kehidupan lansia di dunia akan terus meningkat setiap tahunnya. Prevalensi penduduk lansia di dunia pada tahun (2019) mencapai (13,4%), dan pada tahun (2050) nanti diperkirakan akan meningkat menjadi (25,3%) (Putri, 2021). Prevalensi lansia yang ada di Indonesia pada tahun (2016) sebanyak (8,69%), pada tahun (2017) prevalensi lansia sebanyak (8,97%), kemudian di tahun (2018) prevalensi lansia sebanyak (9,27%), sedangkan di tahun (2019) prevalensi lansia mencapai (9,60%) (Adawiyah et al., 2022). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun (2020) jumlah lansia di Indonesia sudah mencapai 28,8 juta atau sekitar (11,34%) dari total populasi, dapat disimpulkan bahwa populasi penduduk lansia di Indonesia setiap tahunnya mengalami peningkatan (Manafe & Berhimon, 2022).

Penyakit kardiovaskuler merupakan penyakit tidak menular (PTM) dan merupakan salah satu penyebab utama kematian di dunia setiap tahunnya (Rahayu et al., 2021). Perubahan terhadap sistem kardiovaskuler pada lansia bisa terjadi karena jantung memompa lebih kuat sehingga lebih banyak mengalirkan darah setiap detiknya, darah pada setiap denyut jantung dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang sempit dari pada biasanya. Sehingga terjadi penurunan kemampuan kerja jantung dalam memompa darah. Kemudian elastisitas pada dinding aorta menjadi menurun, serta penyempitan pada pembuluh darah dan menjadi kaku. Penyempitan pembuluh darah akibat hipertensi dapat menyebabkan berkurangnya suplai darah dan oksigen ke jaringan yang akan mengakibatkan miokard infark pada jaringan. Perubahan pada sistem kardiovaskuler tersebut menyebabkan penurunan pembuluh darah besar

sehingga mengakibatkan terjadinya peningkatan tekanan darah (hipertensi) pada lansia (Sani & Fitriyani, 2021).

Hipertensi merupakan keadaan seseorang memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, pada pemeriksaan berulang. Tekanan darah diastolik merupakan pengukuran utama yang menjadi dasar penentuan diagnosis hipertensi (Haryanti et al., 2024). Hipertensi merupakan pembunuh secara diam-diam atau biasa disebut (*the silent killer*), karena tanda dan gejala yang sering muncul dari hipertensi ini tidak diketahui oleh penderitanya, apabila tidak diatasi segera maka dapat menimbulkan bahaya pada tubuh sehingga bisa merusak organ-organ dan menimbulkan berbagai macam komplikasi seperti stroke, serangan jantung, gagal ginjal dan tidak jarang bisa mengakibatkan penderitanya meninggal dunia (Ohorella & Achmad, 2022). Faktor penyebab terjadinya hipertensi terbagi dalam dua faktor diantaranya yang tidak dapat dikendalikan yaitu jenis kelamin, usia, riwayat keluarga, faktor genetik atau keturunan, dan faktor yang dapat dikendalikan diantaranya pola makan, kebiasaan merokok, mengkonsumsi garam yang berlebihan, mengkonsumsi kopi, kebiasaan minum-minuman beralkohol, obesitas, dan kurangnya aktifitas fisik atau olahraga (Sari & Effendy, 2021).

Data menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun (2018), menunjukkan bahwa hasil prevalensi penduduk dunia mengalami hipertensi sekitar (26,4%) dengan perbandingan antara laki-laki sekitar (26,6%) dan perempuan sekitar (26,1%) (Ohorella & Achmad, 2022). Jumlah penyakit hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, dan diperkirakan setiap tahunnya sekitar 9,4 juta orang meninggal akibat penyakit hipertensi beserta komplikasinya (Kementrian Kesehatan RI, 2019).

Menurut (RiskesDas, 2018), menjelaskan prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan kelompok usia diantaranya usia 15-24 tahun sebesar (13,2%), usia 25-34 tahun sebesar (20,1%), usia 35-44 tahun sebesar (31,6%), usia 45-54 tahun sebesar (45,3%), usia 55-64 tahun sebesar (55,2%), usia 65-74 tahun sebesar (63,2%), dan usia lebih dari 75 tahun sebesar (69,5%). Berdasarkan hasil prevalensi dari rentang usia 55-80 tahun tersebut, lansia merupakan penderita hipertensi terbanyak (Ainurrafiq, Risnah, & Azhar, 2019). Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2019, hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak menular. Jika tidak diobati dengan benar dapat menyebabkan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, masalah mata (Destria,

2023). Hal ini menyebabkan tekanan darah meningkat seiring bertambahnya usia. Sebagian besar penderita hipertensi tidak menunjukkan gejala, meskipun beberapa gejala kadang-kadang muncul secara tidak sengaja dan diyakini berhubungan dengan hipertensi.

Peran perawat dalam pemberian asuhan keperawatan pada penderita hipertensi, yaitu membantu penderita hipertensi untuk mempertahankan tekanan darah pada tingkat yang normal dan mencegah risiko komplikasi dari penyakit yang diderita, kemudian meningkatkan kualitas hidup secara maksimal dengan cara memberi intervensi asuhan keperawatan sehingga dapat terjadi perbaikan pada kondisi kesehatan (Hasanah et al., 2023). Upaya penatalaksanaan keperawatan yang biasanya dilakukan dalam penanganan penyakit hipertensi yaitu dengan terapi farmakologi dan non-farmakologi (Gea et al., 2023)

Penanganan secara farmakologi terdiri dari pemberian obat yang bersifat diuretik seperti *beta blocker*, *calcium channel blocker*, dan vasodilator. Pengobatan secara farmakologi ini memiliki berbagai efek samping yang beragam tergantung dari lama atau durasi obat yang digunakan, seperti obat yang digunakan dalam 5 jangka waktu yang lama dapat merusak fungsi ginjal. Penanganan hipertensi dengan cara terapi non-farmakologi yaitu 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 merah (Haryanti et al., 2024).

Terapi rendam kaki air hangat jahe merupakan metode yang sederhana, mudah dilakukan, praktis, bisa dilakukan secara mandiri di rumah bagi penderita hipertensi. Macam-macam jahe yaitu, Jahe putih kecil (jahe empurit) mempunyai ciri-ciri rimpang kecil berbentuk pipih, berwarna putih kekuningan, diameternya 3,27-4,05 cm, tingginya 6,38 cm-11,10 cm, panjangnya 6,13-31,70 cm, seratnya berlapis dan lembut dengan aroma yang lebih menyengat dari pada jahe gajah, rasanya lebih pedas dari jahe gajah, warna daun dan batangnya hijau muda dan mempunyai kandungan minyak asirinya 1,5%-3,5%. Jahe putih besar atau jahe gajah memiliki ciri-ciri rimpangnya lebih besar, warna rimpang terlihat putih kekuningan, serat sedikit lembut, panjang akar 12,93-21,52 cm, aroma kurang tajam, rasanya kurang pedas, berdiameter 8,47-8,50 cm, tinggi

rimpang 6,20-12,24 cm, batang agak keras, daun berselang-seling teratur, warna daun lebih hijau, tinggi tanaman 68,60-100 cm, dan mempunyai kandungan minyak asirinya 0,82%-2,8%. Jahe merah memiliki ciri-ciri rimpangnya kecil berlapis berwarna jingga muda sampai merah dengan ukuran 4,20-4,26 cm, tingginya 5,26-10,40 cm, panjangnya 12,33-12,60 cm, warna daun hijau gelap, berselang-seling teratur, warna batang hijau muda kemerahan berbentuk bulat kecil, agak keras, tinggi tanaman 68,6-103 cm, aroma sangat tajam dan rasa sangat pedas, berserat kasar serta mempunyai manfaat yang paling signifikan dibandingkan dengan jahe lainnya karena mengandung minyak asiri lebih tinggi yaitu 2,58-3,50 % (Putri, 2020).

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 (Laksmidewi & Mustofa, 2023). Pemberian rendaman kaki air hangat jahe merah dapat melancarkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan sirkulasi darah, menstabilkan peredaran darah juga merangsang syaraf parasimpatis sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah (Isnaini, 2023). Terapi rendaman kaki air jahe hangat ini bertujuan untuk melancarkan peredaran darah karena sangat efektif untuk menurunkan tekanan darah, efek rendaman kaki air hangat jahe merah juga memiliki dampak fisiologis bagi tubuh untuk melancarkan sirkulasi darah terapi ini sangat efektif untuk dilakukan (Sriyatna & Rahayu, 2022). 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 (Sari & Effendy, 2021).

Penelitian yang berkaitan dengan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi yang dilakukan oleh Silfiyani & Khayati (2021), tekanan darah sebelum diberikan terapi rendam kaki air hangat jahe merah yaitu tekanan darah 145/90 mmHg. Setelah diberikan terapi rendam kaki air hangat jahe merah tekanan darah mengalami penurunan menjadi 120/80 mmHg. Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dapat Menurunkan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Haryanti et al., 2024) bahwa tekanan darah sebelum diberikan terapi rendam kaki air hangat jahe merah yaitu tekanan darah 150/90 mmHg. Setelah diberikan terapi rendam kaki air hangat jahe merah tekanan darah mengalami penurunan menjadi 140/90 mmHg. Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dapat Menurunkan Tekanan Darah Lansia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan secara observasi dan wawancara serta melalui data dari BPSTW Abiyoso Yogyakarta pada tanggal 08 Juli 2024, didapatkan jumlah data lansia dari 11 wisma pasien dengan penyakit terbanyak yaitu hipertensi 46 pasien. Penatalaksanaan hipertensi yang dilakukan oleh pihak Panti BPSTW yaitu dengan pemberian obat antihipertensi dan adanya program kesehatan lansia yaitu senam lansia. Kegiatan tersebut dilaksanakan setiap hari senin sampai hari sabtu, sedangkan program kesehatan atau intervensi lain seperti Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah belum dilakukan oleh pihak panti BPSTW pada penderita hipertensi, maka peneliti tertarik untuk melakukan Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Ruang Wirakatau BPSTW Abiyoso Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan pada latar belakang maka rumusan masalah pada Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah“ Bagaimana Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah terhadap Tekanan Darah pada Lansia”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Penulis dapat melakukan penerapan terapi rendam kaki air hangat jahe merah terhadap tekanan darah pada lansia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik pada lansia Ny. P dengan Hipertensi di BPSTW Abiyoso
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada lansia Ny. P dengan Hipertensi di BPSTW Abiyoso
- c. Menyusun intervensi Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah pada lansia Ny. P dengan Hipertensi di BPSTW Abiyoso

- d. Mengimplementasikan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah pada lansia Ny. P dengan Hipertensi di BPSTW Abiyoso
- e. Mengevaluasi tekanan darah pada lansia Ny. P dengan Hipertensi di BPSTW Abiyoso
- f. Menganalisis penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah pada lansia Ny. P dengan Hipertensi di BPSTW Abiyoso

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Untuk memberikan informasi bagi para penulis lain dalam melakukan penulisan Studi Kasus yang sejenis dalam perawatan hipertensi pada lansia yang ada dipanti.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

a. Lansia

Sebagai bahan menambah pengetahuan informasi pada lansia yang memiliki penyakit hipertensi tentang cara menurunkan tekanan darah.

b. Perawat Gerontik

Sebagai keterampilan bagi perawat melakukan asuhan keperawatan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia yang mengalami Hipertensi.

c. Panti

Sebagai informasi pentingnya pencegahan serta penanganan pada lansia yang mengalami Hipertensi.

d. Bagi Pendidikan

Untuk menambah ilmu, informasi, serta sebagai salah satu bahan referensi pembelajaran. Kemudian bisa dijadikan sebagai salah satu bahan kajian pada Ilmu Keperawatan Gerontik bagi mahasiswa untuk melakukan analisis selanjutnya, dan mengembangkan pengetahuan bagi mahasiswa tentang manfaat Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai informasi dan acuan untuk peneliti lain terkait dengan penerapan terapi rendam kaki air hangat jahe merah pada pasien Hipertensi.

