

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal dalam jangka yang lama. Hipertensi juga menjadi faktor resiko ketiga terbesar penyebab kematian dini (Kartikasari, 2012). Pada umumnya, tekanan yang dianggap optimal adalah 120 mmHg untuk tekanan sistoliknya dan 80 mmHg untuk sistoliknya, sementara tekanan yang dianggap hipertensi adalah lebih dari 140 mmHg untuk sistolik dan lebih dari 90 mmHg untuk diastolik (Corwin, 2008). Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi dimasyarakat dan sering dijumpai pada usia lanjut. Hipertensi dijuluki sebagai pembunuh diam-diam (sillent killer) karena penyakit ini sering tanpa keluhan selama belum ada komplikasi pada organ tubuh dan berjalan terus menerus seumur hidup.

Prevalensi hipertensi pada orang dewasa berusia ≥ 25 tahun di dunia adalah sekitar 38,4%. Prevalensi hipertensi di Asia Tenggara mencapai 36,6%. Angka kejadian hipertensi akan terus meningkat dan pada tahun 2025 sekitar 29 persen diprediksi orang dewasa di seluruh dunia akan mengidap hipertensi. Pada tahun 2018 kejadian hipertensi menempati peringkat pertama penyakit tidak menular yaitu sebanyak 185.857 kasus, kemudian disusul oleh DM tipe 2 sebanyak 46.174 kasus dan disusul oleh Obesitas sebanyak 13.820 kasus (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi hipertensi usia ≥ 18 tahun mencapai 25,8% tahun 2013 dan meningkat menjadi 34,1% di tahun

2018 (Kemenkes RI, 2018). Di Jawa Timur masih cukup tinggi bila dibandingkan dengan angka prevalensi di Indonesia, yaitu sebesar 26,2% (Kemenkes RI, 2013). Sementara pada tahun 2016 prosentase prevalensi tekanan darah tinggi sebesar 13,47% (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2017). Prevalensi penyakit hipertensi di Kabupaten Malang tahun 2016 adalah 7,32%. Jumlah ini meningkat 1,68% menjadi 9% 2017 (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2018).

Penatalaksanaan hipertensi bertujuan untuk mempertahankan tekanan darah dalam kisaran normal dan meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup lansia. Umumnya penatalaksanaan hipertensi adalah terbagi ke terapi farmakologis dan nonfarmakologis (Wantiyah, W, Husada, B. and Susumaningrum, L, 2018). Tindakan non farmakologi dapat dilakukan dengan cara berhenti merokok, menurunkan konsumsi alkohol berlebih, menurunkan asupan garam dan lemak, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, penurunan berat badan berlebih, latihan fisik dan terapi alternatif komplementer “Hydrotherapy” (Ferayati, 2017). Hidroterapi dapat menurunkan tekanan darah jika dilakukan secara rutin. Jenis hidroterapi antara lain adalah mandi air hangat, mengompres, dan merendam kaki dengan air hangat. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh.

Hidroterapi dengan cara terapi rendam kaki dengan air hangat bertemperatur 37°C-40°C akan berdampak secara fisiologis yaitu membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung serta faktor pembebanan di dalam air yang berpengaruh

untuk menguatkan otot, ligamen dan sendi tubuh (Lalage, 2015). Terapi rendam kaki ini juga membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan. Perbaikan sirkulasi darah juga memperlancar sirkulasi getah bening sehingga membersihkan tubuh dari racun (Wulandari, dkk. 2016). Rendam kaki air hangat dapat dikombinasikan dengan bahan-bahan herbal lain salah satunya jahe, karena jahe mengandung lemak, protein, zat pati, oleoresin dan minyak atsiri. Rasa hangat dan aroma yang pedas pada jahe disebabkan oleh kandungan minyak atsiri dan senyawa oleoresin. Rasa hangat pada jahe dapat memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah lancar (Kurniawati, 2010). Terapi rendam kaki air hangat campuran jahe ini dilakukan dengan merendam kaki setinggi 10-15 cm dengan suhu $\leq 40^{\circ}\text{C}$ selama 30 menit dilakukan 1x sehari selama 1 minggu

Hasil penelitian Malibel (2020) di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang dengan menggunakan rancangan Pre-Pos test With Control Group dengan Total sampling. Responden dalam penelitian ini berjumlah 60 responden dengan 30 responden kelompok intervensi dan 30 responden kelompok kontrol menunjukkan ada pengaruh pemberian hidroterapi (rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Hasil penelitian Solechah N (2017) di Puskesmas Bahu Manado, Didapatkan hasil analisis tekanan darah sebelum dilakukan terapi rendam kaki air hangat (pre-test), terdapat 15 responden (88,2%) mengalami

hipertensi derajat I dan 2 responden (11,8%) mengalami hipertensi derajat II. Setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat didapatkan rata-rata tekanan darah sistolik pada post-test yaitu 136,47 mmHg.

Hasil penelitian Ilkafah (2016) didapatkan perubahan rata-rata tekanan darah sistolik pretest dan posttest yaitu 10,50 mmHg, sedangkan perubahan rata-rata tekanan darah diastolic saat pre-test dan post-test nya yaitu 9,90 mmHg, membuktikan bahwa terapi rendam kaki air hangat dapat menurunkan tekanan darah.

Dari studi pendahuluan peneliti terhadap 3 hasil riset terdahulu, bahwa terapi rendam kaki menggunakan air hangat dapat menjadi terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah. Literatur di atas menjadi referensi peneliti untuk mengembangkan penelitian dengan menambahkan campuran jahe dalam rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Karena jahe dapat memberikan rasa pedas dan hangat yang berasal dari senyawa gingerol (oleoresin) sehingga dapat merangsang pelepasan hormon adrenalin dan memperlebar pembuluh darah sehingga mempercepat dan memperlancar aliran darah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, berikut ini rumusan masalah :

Bagaimanakah pengaruh pemberian rendam kaki air hangat campuran jahe pada tekanan darah lansia dengan hipertensi di Desa Wringinsongo?

1.3 Tujuan

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian rendam kaki air hangat campuran jahe terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi di Desa Wringinsongo.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan penelitian selanjutnya dan untuk meningkatkan pengetahuan dan pengalaman peneliti tentang pemberian rendam kaki air hangat campuran jahe terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan dan menjadi sumber referensi bagi mahasiswa-mahasiswi Poltekkes Kemenkes Malang

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dipakai sebagai sumber informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan rendam kaki air hangat campuran jahe terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

3. Bagi Responden

Responden dapat memilih alternatif salah satunya adalah rendam rendam kaki air hangat campuran jahe terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi.