

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi merupakan penyakit yang sering terjadi yang sampai sekarang menjadi masalah yang sulit untuk ditangani. Hipertensi terjadi di sistem kardiovaskular, stroke dan lain-lain (Arum, 2019). Hipertensi adalah keadaan tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan diastolik  $\geq 90$  mmHg yang sering terjadi tanpa keluhan atau gejala. (Kemenkes RI, 2019)

Siapa pun yang berusia di atas 60 tahun dianggap sudah lanjut usia.. Penuaan merupakan proses bertahap yang mengarah pada perubahan keseimbangan. Penuaan adalah mekanisme di mana pertahanan tubuh melemah saat memproses rangsangan internal dan eksternal (Damayanti *et al.*, 2020).

Tekanan darah tinggi disebabkan oleh beberapa variable, termasuk faktor resiko mayor dan minor yang tidak terkontrol. Faktor mayor ada beberapa hal seperti jenis kelamin, usia, gen dan ras. Sedangkan faktor minor antara lain kelebihan berat badan, kurang berolahraga atau beraktivitas, merokok, kebiasaan minum kopi, kurang istirahat, minum alkohol, stress, pekerjaan, pendidikan dan diet. (Salman, Y, et al, 2020).

Prevalensi hipertensi Tahun 2018 menurut WHO di seluruh Dunia, sekitar 972 juta orang atau 26,4% dari 7,662 miliar jiwa di Dunia, yang nantinya bisa naik 29.2% ditahun 2025. Kemudian di Indonesia sendiri hipertensi sebanyak 34,11% atau

sebanyak 63.309.620 kasus dari 269,6 juta orang terkena hipertensi di tahun 2019 (Kemenkes RI 2019). Pada Daerah Jawa Timur ditemukan bahwa prevalensi penderita hipertensi tahun 2019 sebesar 36,32% dari 39,698 juta penduduk. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Gresik tahun 2018 menunjukkan jumlah hipertensi sebanyak 18.574 dari 1,299 juta penduduk. Data dari Puskesmas Dadap Kuning Cerme pada tanggal 20 Desember 2022, diketahui bahwa masyarakat Desa Dungus banyak yang mengalami Hipertensi dengan rata-rata diatas 160/100 mmHg. Dalam 3 bulan terakhir yaitu bulan September-November 2022 jumlah penderita Hipertensi yaitu 426 penderita, tercatat penderita hipertensi lansia berjumlah 274 orang dan pra lansia sebanyak 152 orang. Sedangkan prevelensi ditempat penelitian di Dungus Lor sebanyak 23 orang dalam kategori hipertensi grade 1.

Berdasarkan hasil survey awal di desa Dungus Lor banyak lansia mengalami hipertensi dikarenakan kebanyakan lansia tidak patuh dalam mengkonsumsi makanan yang perlu dihindari oleh penderita hipertensi. sebagian lansia juga kurang dalam beraktivitas olahraga. Sebagian lansia sudah menggunakan terapi farmakologi untuk menurunkan hipertensi

Gejala umum tekanan darah tinggi adalah nyeri leher, pusing, dan pembengkakan kapiler. Komplikasi yang bisa ditimbulkan hipertensi yaitu serebrovaskular, masalah pada mata, kardiovaskuler, ginjal, anuresma otak hingga kematian yang apabila tidak dilakukan tindakan yang tepat. (Astutik and Mariyam, 2021). Penalaksanaan bisa dengan obat-obatan dan tanpa obat. Salah satu terapi farmakologi adalah dengan teratur minum obat dan terapi tanpa obat bida melakukan

rendam kaki dengan air hangat bisa menormalkan tekanan darah, meningkatkan oksigen, serta meningkatkan sirkulasi darah.(Lalage, 2015).

Penelitian (Nurahmandani, 2016) mengatakan kalau terapi rendam kaki air hangat jahe yang mana rasa panas yang dihasilkan oleh air dan jahe akan berpindah ke dalam tubuh membawa kandungan senyawa gingerol, minyak atsiri dan kalium masuk melalui pori-pori dan akan terjadi vasodilatasi dan merelekskan otot sehingga memperlancar peredaran darah yang akan mempengaruhi tekanan arteri oleh reflek perubahan tekanan darah di sinus karotis dan arkus aorta yang akan menuju ke seluruh tubuh untuk menginformasikan kebutuhan tubuh ke saraf simpatik berlanjut ke medulla yang menyebabkan tekanan sistolik terangsang, otot ventrikel meregang sehingga terjadi kontraksi. Menurut penelitian (Rahmadani, 2021) didapatkan ada pengaruh rendam kaki air jahe terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi Di Puskesmas Bengkulu dengan menyiapkan air hangat 2 liter (suhu 40°C) ditambahkan jahe sebanyak 20gr, diberikan 3 hari selama 15 menit disetiap harinya dengan penurunan rata-rata tekanan sistolik 19.47 mmHg dan diastolik 10.06 mmHg.

Sedangkan salah satu khasiat serai adalah minyak atsiri yang mempunyai manfaat memperlancar sirkulasi darah sehingga tekanan darah menjadi turun (Uliya 2020). Hasil dari penelitian (Anggraini., R, R 2021) tentang terapi rendam kaki air hangat serai terhadap pada penderita hipertensi dengan air hangat 3 liter menggunakan suhu 40°C dan serai 2 batang atau 10gr digeprek, rendam kaki selama 15 menit dilakukan 3 hari berturut-turut dengan penurunan rata-rata tekanan sistolik

15.579 mmHg dan diastolik 12.763 mmHg.. Namun efektifitas rendam kaki air hangat jahe dan rendam kaki air hangat serai belum bisa dijelaskan. oleh karena itu peneliti memilih melakukan penelitian mengenai efektifitas rendam kaki air hangat jahe dan rendam kaki air hangat serai terhadap penurunan hipertensi lansia dikarenakan secara geografis desa Dungus Lor tanaman jahe dan serai mudah didapat.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dari itu peneliti tertarik untuk penelitian tentang **“Efektifitas rendam kaki air hangat jahe dan air hangat serai terhadap penurunan hipertensi lansia”**

## **1.2 Rumusan masalah**

Bagaimana efektifitas rendam kaki air hangat jahe dan air hangat serai terhadap penurunan hipertensi lansia

## **1.3 Tujuan penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Menjelaskan efektifitas rendam kaki air hangat jahe dan terhadap penurunan hipertensi lansia

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Mengidentifikasi hipertensi pada lansia sebelum dan sesudah diberikan rendam kaki air hangat jahe

2. Mengidentifikasi hipertensi pada lansia sebelum dan sesudah diberikan rendam kaki air hangat serai
3. Menganalisa efektifitas rendam kaki air hangat jahe dan rendam kaki air hangat serai terhadap penurunan hipertensi.

## **1.4 Manfaat penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian diharapkan berguna untuk mengembangkan dan menambah pengetahuan dibidang keperawatan gerontik khususnya dalam hal terapi komplementer yang diperlukan untuk menjaga kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi agar tidak terjadi komplikasi.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi responden**

Untuk menambah wawasan mengenai hipertensi terutama pengobatan menggunakan teknik non farmakologi dengan terapi komplementer yang dapat dilakukan mandiri jsecara kontinyu dalam menurunkan hipertensi.

#### **2. Bagi instalasi pelayanan**

Dapat digunakan sebagai bahan masukkan bahwa dalam menurunkan hipertensi bukan hanya terapi farmakologis saja tetapi bisa menggunakan terapi tanpa obat terutama terapi komplementer menggunakan rendam kaki air hangat

jahe dan rendam kaki air hangat serai.

### **3. Bagi peneliti selanjutnya**

Dapat digunakan sebagai literatur serta menambah pengetahuan bagi peneliti selanjutnya.