

BAB I PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Lansia (lanjut usia) merupakan suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menjadi tua adalah proses seumur hidup yang dimulai sejak lahir dan juga pada usia tertentu. Seseorang secara alami akan melewati tiga tahap kehidupan: masa kanak-kanak, dewasa, dan usia tua (Ley 25.632, 2002). Seseorang dikatakan lansia jika telah mencapai usia ≥ 60 tahun (Nurahmandani et al., 2018). Persentase lansia Indonesia mengalami peningkatan setidaknya 4 persen selama lebih dari satu dekade (2010-2022) sehingga menjadi 11,75 persen. Umur harapan hidup juga meningkat dari 69,81 tahun pada 2010 menjadi 71,85 tahun di tahun 2022 (BPS, 2023). Persentase penduduk lansia Jawa Barat meningkat menjadi 9,25 persen di tahun 2020 (hasil SP2020) dari 7,04 persen pada tahun 2010 berdasarkan hasil SP2010. Kondisi ini menunjukkan bahwa pada tahun 2020 Jawa Barat berada dalam masa transisi menuju era agein population yaitu ketika penduduk usia 60 tahun ke atas mencapai lebih dari 10 persen (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat, 2021). Sedangkan berdasarkan data dari Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya jumlah lansia ≥ 60 tahun pada tahun 2023 sebanyak 5.164 dengan jumlah perempuan 2.708 orang dan laki-laki 2.456 orang.

Kondisi yang mempengaruhi jantung dan arteri darah, seperti hipertensi, penyakit jantung koroner (termasuk angina pectoris dan infark miokard akut), dekompensasi kardiak, stroke, dan angina pectoris, semuanya dapat berdampak pada sistem kardiovaskular orang lanjut usia (Milindasaari & Pangesti, 2022).

Seseorang dengan hipertensi memiliki tekanan darah lebih tinggi dari biasanya sehingga meningkatkan risiko penyakit dan kematian (Priyanto et al., 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO), batasan tekanan darah yang masih dianggap normal yaitu 140/90 mmHg, sedangkan tekanan darah $\geq 160/95$ mmHg dinyatakan sebagai hipertensi. Meski penderita hipertensi tidak menunjukkan gejala, namun tetap ada risikonya. Secara umum, tanda dan indikator menyertai munculnya semua kelainan klinis. Bagaimanapun, ini tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hipertensi (Solihah et al., 2022).

Lebih dari 1,3 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi (Kim, 2018). Prevalensi hipertensi di Indonesia diperkirakan sekitar 31,7% berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2017, namun diketahui bahwa angka tersebut meningkat pada tahun 2018 menjadi 34,1%, dan mayoritas dari mereka yang terkena dampak adalah orang-orang yang berusia lanjut (lansia). Prevalensi hipertensi pada lansia diperkirakan sebesar 45,9% pada usia 60–64 tahun, 57,6% pada usia 65–74 tahun, dan 63,8% pada usia 75 tahun ke atas (Pramitasari & Cahyati, 2022). Pada tahun 2019 terjadi peningkatan frekuensi hipertensi pada lansia di Provinsi Jawa Barat, yaitu sebesar 57,5%, naik dari 54,2% pada tahun 2018 (Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Barat, 2020). Sedangkan berdasarkan data dari Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya prevelensi hipertensi pada lansia pada tahun 2023 sebanyak 419 pasien dengan jumlah 131 laki-laki dan 288 perempuan.

Ada dua metode dalam mengobati hipertensi: terapi farmakologis dan non-farmakologis. Teknik farmakologis dapat secara efektif menurunkan tekanan darah, namun penting untuk mempertimbangkan efek samping, seperti sakit kepala, kelemahan, dan pusing, yang timbul akibat penggunaan obat antihipertensi jangka panjang. (Laksmidewi & Mustofa, 2023). Menurut (Nurahmandani et al., 2018) Pencegahan primer, sekunder, dan tersier merupakan cara perawat dapat membantu penanganan hipertensi pada lansia. Pencegahan sekunder: Dengan menawarkan terapi tambahan, perawat dapat mengambil peran sebagai penyedia layanan langsung. Macam - macam terapi komplementer meliputi pijat, pengobatan herbal, aromaterapi, dan hidroterapi kaki, yang melibatkan perendaman kaki dalam air hangat (Setiyoadi & Kushariyadi, 2011). Hidroterapi kaki atau merendam kaki dengan air hangat merupakan salah satu pengobatan nonfarmakologis yang dapat dimanfaatkan secara mandiri sebagai metode intervensi alami. Perendaman kaki (atau tubuh) dengan larutan hangat meningkatkan sirkulasi, mengurangi edema, dan meningkatkan sirkulasi otot. Vasodilatasi (pembesaran pembuluh darah) adalah mekanisme dimana perendaman air hangat menginduksi respon sistemik (Destria, 2023). Rendam kaki menggunakan air hangat akan merangsang barareseptor, dimanan barareseptor merupakan refleks paling utama dalam

menentukan kontrol regulasi pada denyut jantung dan tekanan darah. Baroreseptor menerima rangsangan dari peregangan atau tekanan yang berlokasi di arkus aorta dan sinus karotikus. Pada saat tekanan darah arteri meningkat dan arteri meregang, reseptor-reseptor ini dengan cepat mengirim impuls ke pusat vasomotor mengakibatkan vasodilatasi pada arteriol dan vena dan perubahan tekanan darah (Anisa & Lismayanti, 2022) .

Allah Swt. memberikan petunjuk kepada manusia melalui firman-firman yang terdapat dalam al-Qur'an tentang berbagai tumbuhan yang dapat memberikan manfaat bagi kehidupan manusia. Allah berfirman di dalam surat al-An'am ayat 99:

وَهُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ نَبَاتَ كُلِّ شَيْءٍ فَأَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِرًا نُخْرَجُ مِنْهُ حَبًّا مُتَرَاكِبًا وَمِنَ النَّخْلِ مِنَ الطَّلْحِ قِنْوَانٌ دَانِيَّةٌ (سورة الأنعام: 99)

“Dan Dialah yang menurunkan air hujan dari langit, lalu Kami tumbuhkan dengan air itu segala macam tumbuh-tumbuhan maka Kami keluarkan dari tumbuh-tumbuhan itu tanaman yang menghijau. Kami keluarkan dari tanaman yang menghijau itu butir yang banyak; dan dari mayang korma mengurai tangkai-tangkai yang menjulai”. (QS. Al-An'am: 99).

Ayat di atas memberikan gambaran, bahwa berdasarkan pengalaman manusia yang didasarkan kepada pengalaman dan pembuktian secara ilmiah juga berdasarkan kepada petunjuk-petunjuk *kauniyah*, dan juga petunjuk *ilahiyyah* ditemukan beberapa tumbuhan yang bermanfaat untuk manusia, salah satu tumbuhan itu adalah jahe yang secara khusus Allah menyebutkannya di dalam al-Qur'an. Allah berfirman:

وَيُسْقَوْنَ فِيهَا كَأْسًا كَانَ مِزَاجُهَا زَنْجَبِيلًا. (سورة الإنسان: 17)
“Di dalam surga itu mereka diberi minum segelas (minuman) yang campurannya adalah jahe” (QS. Al-Insan: 17)

Ayat di atas mengisyaratkan bahwa Allah Swt. menciptakan tumbuhan yang menjadi minuman ahli surga. Minuman yang menghangatkan tubuh yang dapat mengobati *Rheumatoid Arthritis* atau peradangan kronis pada sendi yang disebabkan oleh gangguan autoimun dengan cara kompres hangat jahe.

Jahe merupakan salah satu bahan herbal yang bisa ditambahkan pada rendaman kaki. Masyarakat mengenal tiga jenis jahe, yakni jahe emprit (jahe kuning), jahe gajah (badak), dan jahe merah (sunti). Namun jahe merah merupakan jenis jahe yang paling sering digunakan dalam pengobatan karena

memiliki lebih banyak minyak atsiri. lebih besar dibandingkan varietas jahe lainnya. Anda dapat meningkatkan sirkulasi darah dan relaksasi otot-otot tubuh anda dengan merendam kaki anda dalam rebusan jahe merah. Dari segi manfaat kesehatan, jahe merah lebih unggul dibandingkan varietas lainnya. Telah diketahui bahwa bahan kimia gingerol memiliki sifat hipotensi. Minyak non-volatile atau minyak non-volatil merupakan sumber kandungan gingerol. Saat diaplikasikan, zat inilah yang memberikan rasa hangat pada kulit. (Laksmidewi & Mustofa, 2023). Terapi ini dapat dilakukan 3 hari dengan durasi 15 – 30 menit (Olyverdi et al., 2021).

Hal ini dibuktikan dengan beberapa peneliti yang sudah melakukan penelitian tentang terapi rendam kaki air jahe hangat untuk menurunkan tekanan darah. Data hipertensi yang berhubungan dengan sakit kepala hebat (17,5%), nyeri sedang (50%), dan nyeri ringan (32,5%) di dapatkan melalui penelitian Praeni & Resi (tahun 2019) . Penelitian yang dilakukan oleh Reza dan Adinda (tahun 2021) dilakukan dengan menggunakan uji T sampel berpasangan berdasarkan uji statistik sebesar 0,000 ($P\text{-Value} \leq 0,05$) dengan nilai signifikansi $\alpha = 0,05$. Temuan penelitian tersebut menunjukkan adanya penurunan tekanan darah baik sebelum maupun sesudah mendapat terapi rendam kaki air hangat jahe merah.

Berdasarkan penelitian (M Muksin, S. B. Syukur, 2023) Sebelum mendapat terapi rendam kaki air jahe hangat, rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi adalah 154,67 mmHg dan tekanan darah diastoliknya adalah 96,67, sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata tekanan darah sistolik nya adalah 143,33 mmHg dan tekanan darah diastoliknya adalah 98,00 mmHg. Setelah dilakukan terapi rendam kaki air jahe hangat, rata-rata tekanan darah sistolik kelompok intervensi adalah 124,67 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastoliknya adalah 82,00 mmHg, sedangkan tekanan darah kelompok kontrol rata-rata tekanna darah sistolik nya adalah 140,00 mmHg dan diastolic 96,00 mmHg. Analisis yang dilakukan peneliti mengungkapkan bahwa terapi rendam kaki air jahe hangat memberikan dampak terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi baik sebelum maupun sesudah pengobatan; uji T menghasilkan 8,218 dan p-value 0,000. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak

mengalami perubahan tekanan darah apapun, meski tetap terlihat tekanan darah pasien hipertensi mengalami penurunan.

Berdasarkan temuan penelitian Milindasari (2022), digunakan uji t berpasangan, dengan ambang signifikansi kurang dari 0,05. Temuan tersebut menunjukkan perbedaan yang signifikan (p -value 0,000) antara tekanan darah yang dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan rendam kaki dalam air hangat baik untuk fase sistolik maupun diastolik. Dan hasil penelitian (Sani Fakhruddin Nasrul & Fitriyani Noor, 2021), berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai p -value = 0,0001 (p -value < 0,05) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian rendaman kaki rebus air jahe merah pada pasien hipertensi terhadap tekanan darah.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, Pencegahan primer, sekunder, dan tersier merupakan cara perawat dapat membantu penanganan hipertensi pada lansia. Tindakan pencegahan primer adalah tindakan yang dilakukan sebelum sakit. Pada titik ini, tindakan dapat mencakup pencegahan dan promosi kesehatan yang ditargetkan, seperti pendidikan kesehatan, kebersihan dini, olahraga, vaksinasi, dan modifikasi gaya hidup. Pencegahan sekunder meliputi penanganan pasien yang masih sakit dengan pemberian perawatan yang tepat (rapid treatment) dan deteksi dini (early diagnosis). Pencegahan tersier mengacu pada pemantauan proaktif terhadap individu yang telah pulih dari kondisi medis, dengan tujuan menghindari masalah, mengurangi kecacatan (pembatasan kecacatan), dan mengoptimalkan fungsi melalui rehabilitasi (Nurahmandani et al., 2018).

Terapi rendam kaki air jahe hangat belum banyak dilakukan sebagai terapi komplementer atau non-farmakologi, sementara hasil-hasil penelitian sudah banyak membuktikan bahwa ada efektifitas terapi rendam kaki air jahe hangat ini dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk mengimplementasikan asuhan keperawatan keluarga gerontik dengan pemberian terapi rendam kaki air jahe hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

I.2 Rumusan Masalah

Kondisi yang paling umum terjadi pada lansia adalah hipertensi, diikuti oleh diabetes melitus, penyakit jantung, stroke, dan radang sendi (Jabani et al., 2021). Hipertensi yang bahaya bagi Kesehatan yaitu hipertensi yang terlepas dari adanya gejala (Anindita Larasati & Isti Istianah, 2021). Hipertensi jangka panjang yang tidak diobati dapat menyebabkan plak garam (arteriosklerosis) dan plak lemak (aterosklerosis) pada dinding pembuluh darah. Kebocoran pembuluh darah lebih mungkin terjadi ketika aliran darah terhambat oleh aterosklerosis dan arteriosklerosis. Berkurangnya pengiriman oksigen ke sel-sel otak dapat disebabkan oleh penyumbatan pada arteri leher. Kekurangan oksigen yang berkepanjangan di otak dapat mengakibatkan stroke iskemik, atau hilangnya sel-sel saraf otak (Priyanto et al., 2020). Sehingga adanya terapi komplementer ini merupakan tindakan promotive sebagai upaya untuk menurunkan tekanan darah salah satunya dengan terapi rendam kaki air jahe hangat.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Keluarga Gerontik Dengan Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Jahe Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya?”

I.3 Tujuan Studi Kasus

Untuk menggambarkan asuhan keperawatan keluarga gerontik dengan pemberian terapi rendam kaki air jahe hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

I.4 Manfaat Studi Kasus

Karya Tulis Ini, di harapkan memberikan manfaat bagi

a. Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam pemberian terapi rendam kaki air jahe hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan Hipertensi.

b. Bagi Profesi Keperawatan

Menambah keluasan ilmu terapan bidang keperawatan dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi melalui pemberian terapi rendam kaki air jahe hangat.

c. Penulis

Memperoleh pengalaman dalam mengimplementasikan prosedur terapi rendam kaki air jahe hangat pada asuhan keperawatan pasien hipertensi.

