

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gaya hidup dimasa modern yang saat ini dijalankan oleh manusia cenderung membuat manusia menyukai hal – hal yang instan karena lebih mudah untuk dilakukan, akibatnya membuat mereka cenderung malas melakukan aktivitas fisik dan suka mengonsumsi makanan yang instan yang memiliki kandungan natrium yang tinggi, selain itu, gaya hidup modern tidak jarang membuat manusia tertekan dengan segala rutinitas harian sehingga dapat menimbulkan stress, kebiasaan merokok, serta kebiasaan mengonsumsi alkohol dan kafein yang berlebihan tanpa disadari oleh manusia hal-hal tersebut dapat memicu timbulnya berbagai penyakit, termasuk hipertensi (Elvinna C.V, 2020).

Hipertensi dikenal sebagai "*silent killer*" lantaran tidak memunculkan gejala dan dapat membunuh tanpa peringatan. Kebanyakan penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi sampai tekanan darah mereka diperiksa, meskipun beberapa gangguan hipertensi menyebabkan gejala seperti sakit kepala, pusing, dan leher kaku. Gejala ini paling sering terjadi ketika tekanan darah seseorang sangat tinggi melebihi 140/90 mmHg Al- (Makki, A., et al. 2022)

Hipertensi merupakan masalah yang besar dan serius yang cenderung meningkat di masa yang akan datang. Penyakit hipertensi juga sangat membebani keluarga karena biaya pengobatan yang tinggi dan membutuhkan waktu yang panjang dalam proses penyembuhannya. Jika tidak dikendalikan penyakit ini dapat menimbulkan komplikasi yang berbahaya berupa kecacatan permanen dan kematian mendadak (Wandira, A dkk, 2022)

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia. Jumlah kematian akibat hipertensi di dunia pada 2020 menurut WHO sekitar 8 miliar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia. Prevalensi hipertensi di dunia sebesar 22% dari total penduduk keseluruhan, Di Indonesia kematian akibat hipertensi yaitu sebesar 23,7%. Hipertensi menjadi ancaman kesehatan masyarakat karena potensinya yang mampu mengakibatkan kondisi komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal (World Health Organization (WHO), 2020).

Menurut data Rikesdas terakhir di Asia Tenggara pada tahun 2018, jumlah penderita hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% dari tahun ke tahun. Dibandingkan dengan data hasil Riskesdas tahun 2013, angka kejadian ini mengalami peningkatan yang cukup tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut pengukuran tekanan darah orang Indonesia berusia 18 tahun ke atas, 25,8% orang memiliki tekanan darah tinggi, dan pengukuran tekanan darah mengalami peningkatan yang signifikan (Andri juli, 2021).

Dari data Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan pada 2022 menjelaskan bahwa di Kalimantan Selatan kasus hipertensi yang ditemukan berjumlah 94.549 kasus. Dimana dari semua kabupaten, Kabupaten Banjar yang memiliki jumlah kasus terbanyak yaitu sebanyak 31.013 penderita hipertensi (Dinkes Kalsel, 2023).

Sedangkan berdasarkan data yang diperoleh dari rekapan 10 penyakit terbanyak di Puskesmas Martapura Barat pada Februari 2023, hipertensi menduduki urutan pertama dengan 113 kasus. Kemudian saat dilakukan mini survey di Desa Sungai Rangas Tengah, Kecamatan Martapura barat dari 153 penduduk yang dijadikan sample sebanyak 35,3% penduduk mengalami hipertensi.

Keluarga mempunyai peran yang besar dalam melakukan perawatan dan pemeliharaan kesehatan bagi anggota keluarga. Anggota keluarga merupakan lini utama yang diharapkan mampu mengenali jika terjadi gangguan perkembangan kesehatan anggota keluarga lainnya. Penyakit yang sering muncul akibat gaya hidup yang tidak sehat salah satunya yaitu hipertensi (Fadlilah. S, et al., 2020)

Keluarga juga mempunyai peran dalam memenuhi tugas keluarga yang harus dijalankan oleh seluruh anggota keluarga, yaitu memberikan perawatan pada keluarga yang hipertensi dengan membatasi diet dan olahraga serta minum obat teratur, memodifikasi lingkungan keluarga untuk menjamin kesehatan keluarga dengan hipertensi dan menggunakan pelayanan kesehatan yang ada jika ada kekambuhan pada keluarga yang hipertensi (Friedman, 2018).

Kemudian solusi yang bisa diberikan bagi keluarga adalah meningkatkan peran perawat keluarga dalam membantu keluarga meningkatkan kesanggupan keluarga melakukan fungsi dan tugas keperawatan kesehatan keluarga melalui pendidikan kesehatan kepada keluarga agar mampu menjalankan asuhan keperawatan keluarga secara mandiri untuk anggota keluarga yang sakit (Purnawinadi and Lintang, 2020).

Perencanaan keperawatan adalah suatu proses di dalam pemecahan masalah yang merupakan keputusan awal tentang sesuatu apa yang akan dilakukan, bagaimana dilakukan, kapan dilakukan, siapa yang melakukan dari semua tindakan keperawatan (Dermawan, 2012). Penatalaksanaan pada penyakit hipertensi yaitu ada 2 dengan farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis menggunakan obat atau senyawa yang dalam kerjanya dapat menurunkan tekanan darah pasien (Triyanto, 2014).

Peningkatan jumlah pasien penyakit tidak menular terutama hipertensi yang fantastis dalam tahun-tahun terakhir merupakan peringatan bagi keluarga dan

masyarakat. Jumlah tersebut diikuti oleh kejadian komplikasi yang meningkat pula. Kejadian komplikasi tersebut terjadi karena kepatuhan dalam melaksanakan manajemen diri tergolong rendah dan berhubungan pula dengan tingkat pengetahuan pasien dan keluarga tentang manajemen tersebut. Sehingga perlu adanya pemberdayaan keluarga dalam upaya pencegahan komplikasi pada pasien hipertensi yang dilakukan untuk menurunkan kejadian komplikasi pada pasien penyakit tidak menular khususnya hipertensi melalui pemberian Pendidikan kesehatan (Penkes).

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan menggunakan 2 cara yaitu pengobatan farmakologis serta non-farmakologi, pengobatan farmakologi yang diberikan yaitu Angiotensin II receptor blockers, Thiazide diuretic, Angiotensin-converting enzyme dan untuk pengobatan non-farmakologi dengan mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat dan melakukan terapi komplementer antara lain meditasi, herbal, relaksasi aromaterapi dan dengan merendam kaki menggunakan air hangat (Makki, A., et al. 2022).

Masyarakat sudah mengenal pengobatan alternatif atau pengobatan non farmakologi sejak lama, namun terkadang masyarakat lebih memilih untuk mengonsumsi obat farmakologis dikarenakan respon khasiat yang dirasa lebih cepat. Maka dari itu kesadaran masyarakat akan pengobatan non farmakologis masih kurang.

Pemberian terapi non farmakologis dalam menurunkan tekanan darah adalah seperti melakukan rendam kaki dengan air hangat jahe, dimana ini merupakan terapi air hangat yang dikombinasikan dengan jahe. Hal ini dinilai praktis dan tidak mengeluarkan banyak biaya untuk dilalukan oleh keluarga dan pasien bisa menerapkan terapi tersebut sebagai upaya dalam menurunkan tekanan darah. Terapi rendam kaki air hangat dapat dikombinasikan dengan tanaman herbal salah satunya jahe, dimana jahe memiliki kandungan yang dapat membantu pelebaran pada pembuluh darah yang membuat aliran darah

menjadi lancar sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Merendam kaki menggunakan air hangat jahe dapat dilakukan oleh semua orang karena tidak memerlukan biaya yang cukup mahal dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya.

Secara teori terapi rendam kaki air hangat merupakan salah satu terapi komplementer alternatif yang dilakukan dengan cara merendam kaki dalam baskom yang berisi air hangat hingga batas 10-15 cm diatas mata kaki. Prinsip kerja terapi ini yaitu terjadinya perpindahan kalor secara konduksi yang berasal dari air hangat memicu terjadinya pelebaran pembuluh darah pada kaki. Akibatnya baroreseptor yang terletak di sinus karotikus dan arkus aorta akan menyampaikan impuls dari seluruh bagian tubuh kepada otak terkait tekanan darah, volume darah, dan kebutuhan khusus semua organ ke medulla oblongata sehingga akan merangsang saraf parasimpatis aktif dan sebaliknya saraf simpatis akan diinhibisi sehingga terjadi pelebaran pembuluh darah, aliran darah yang lancar akan merangsang ventrikel untuk berkontraksi sehingga terjadi penurunan tekanan darah sistolik dan saat ventrikel berelaksasi terjadi penurunan tekanan darah distolik (Azwar, 2020).

Terapi rendam kaki air hangat dapat dikombinasikan dengan tanaman herbal yaitu jahe. Adapun kandungan senyawa kimia yang dimiliki jahe diantaranya Flavonoid, Gingerol, Kalium, Potasium yang berpotensi dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Selain itu, rimpang jahe utuh memiliki kandungan minyak atsiri yang dapat memberikan efek vasodilatasi atau memperlebar pembuluh darah yang membuat aliran darah menjadi lancar sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Silfiyani & Khayati, 2021).

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh (Yusuf & Nur'aina, 2021), menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air hangat jahe lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan dengan terapi rendam kaki air hangat. Hal ini dibuktikan dengan nilai beda mean tekanan sistolik pre and

post sebesar 12,00 mmHg dan beda mean tekanan diastolik pre and post yaitu 12,668 mmHg untuk terapi rendam kaki air jahe hangat, sedangkan untuk terapi rendam kaki air hangat beda mean 10,00 mmHg untuk tekanan darah sistolik pre and post, dan beda mean 11,00 mmHg untuk tekanan darah diastolik pre and post.

Rendam kaki air hangat Air hangat pada dasarnya bekerja dengan meningkatkan aktivitas sel (molekul) dengan cara mengalirkan energi melalui konveksi melalui medium. Tekanan hidrostatis yang dilakukan oleh air terhadap tubuh mengakibatkan dorongan aliran darah pada kaki menuju ke rongga dada, sehingga darah akan berakumulasi di pembuluh darah besar jantung. Air hangat akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah sehingga dapat memperlancar aliran. Terapi ini tidak memiliki efek samping dan efektif bila dilakukan secara rutin, karena prinsip terapi ini untuk melancarkan peredaran darah.

Pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat dapat dimanfaatkan sebagai tindakan kemandirian untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi disamping pengobatan farmakologi. Relaksasi dengan terapi rendam kaki air hangat merupakan metode yang sederhana, mudah dilakukan, praktis, biaya yang digunakan terjangkau, bisa dilakukan secara mandiri di rumah bagi penderita hipertensi untuk dijadikan pola hidup sehat di kesehariannya dan tidak mempunyai efek yang merugikan bagi kesehatan tubuh (Syamsudin, Tauchida and Nurhayati, 2021).

Berdasarkan data diatas maka penulis tertarik untuk menyusun sebuah Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Hipertensi Melalui Edukasi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Di Kabupaten Banjar”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah hasil analisis asuhan keperawatan pada keluarga Hipertensi dengan edukasi pemberian rendam kaki air hangat jahe di Kabupaten Banjar?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis asuhan keperawatan pada keluarga hipertensi dengan penerapan Intervensi rendam kaki air hangat jahe dalam membantu menurunkan tekanan darah pada keluarga dengan hipertensi, Kabupaten Banjar.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Menggambarkan pengkajian keperawatan keluarga dengan hipertensi

1.3.2.2 Menggambarkan diagnosa keperawatan keluarga yang muncul pada keluarga hipertensi

1.3.2.3 Menggambarkan perencanaan keperawatan dengan intervensi rendam kaki menggunakan air hangat jahe

1.3.2.4 Menggambarkan implementasi keperawatan dengan intervensi rendam kaki menggunakan air hangat jahe

1.3.2.5 Menggambarkan evaluasi keperawatan dengan intervensi rendam kaki menggunakan air hangat jahe

1.3.3.6 Menganalisis hasil asuhan keperawatan pada keluarga dengan penyakit Hipertensi melalui penerapan rendam kaki menggunakan air hangat jahe

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Aplikatif

1.4.1.1 Sebagai acuan bagi perawat dan keluarga untuk melakukan pemberian asuhan keperawatan pada keluarga dengan hipertensi melalui edukasi rendam kaki menggunakan air hangat jahe

1.4.1.2 Sebagai sumber informasi dan acuan bagi pasien dan keluarga untuk persiapan perawatan pasien dengan hipertensi

1.4.2 Manfaat Teoritis

1.4.2.1 Untuk Pelayanan Kesehatan

Sebagai acuan bagi fasilitas pelayanan kesehatan untuk dapat memberikan alternatif dalam membantu penurunan tekanan darah

1.4.2.2 Bagi Profesi Keperawatan

Hasil asuhan keperawatan ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi profesi keperawatan dalam mengembangkan wawasan dan pengetahuan khususnya tentang penanganan hipertensi dengan cara melakukan rendam kaki menggunakan air hangat jahe, dan sebagai bahan referensi bagi mahasiswa.

1.4.2.3 Bagi Klien dan Keluarga

Menambah pengetahuan klien khususnya tentang cara hipertensi dengan cara melakukan rendam kaki menggunakan air hangat jahe.

1.4.2.4 Bagi Institusi

Memberi masukan dan sebagai dasar melaksanakan asuhan keperawatan lebih lanjut yang berkaitan dengan cara mengatasi hipertensi dengan cara melakukan rendam kaki menggunakan air hangat jahe.

1.4.2.5 Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan untuk penelitian selanjutnya terkait dengan terapi non farmakologis pada pasien Hipertensi dengan menggunakan media terapi yang berbeda seperti, pijat kaki hipertensi, senam hipertensi atau menggunakan infused water mentimun.

1.5 Penelitian Terkait

1.5.1 Nurpratiwi et al, 2019. *“Rendam Kaki Air Hangat Jahe Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi”*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengalaman rendam kaki air hangat jahe dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Puskesmas Tanjung Hulu Pontianak Timur, dengan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Jumlah partisipan 5 orang yang diambil dengan teknik snowball sampling pengumpulan data diperoleh melalui teknik wawancara terstruktur. Hasil yang didapatkan dari 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. Sehingga dapat disimpulkan bahwa rendam kaki air hangat jahe dapat digunakan untuk menurunkan hipertensi.

1.5.2 Marlin Muksin et al., 2023. *“Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Limboto”*

Tujuan penelitian untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi rendam kaki air hangat jahe terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Metode penelitian kuantitatif menggunakan Quasi eskperimental pre-post test. Teknik pengambilan sampel purposive sampling. Sampel penelitian ini adalah 30 responden terbagi atas 2 kelompok yaitu intervensi dan kelompok kontrol. Hasil penelitian

menunjukkan rata-rata tekanan darah sebelum pada kelompok intervensi sistolik 154.67 mmHg, diastolik 96.67 mmHg, dan sesudah rata-rata tekanan darah sistolik 124.67 mmHg dan diastolik 82.00 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah pada kelompok kontrol sistolik 143.33 mmHg, diastolik 98.00 mmHg dan sesudah sistolik 140.00 mmHg, diastolik 96.00 mmHg. Hasil uji statistik di dapatkan bahwa nilai p pada kelompok intervensi yaitu 0,000 (0.05) terdapat pengaruh yang signifikan penurunan tekanan darah pada kelompok intervensi. Dapat disimpulkan bahwa air hangat jahe mengandung minyak atsiri dan dapat menstimulus sirkulasi darah, terdapat senyawa gingerol yang berfungsi untuk memperlebar pembuluh darah dan melancarkan peredaran darah juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan syaraf parasimpatis, sehingga menyebabkan perubahan pada tekanan darah. Sehingga diharapkan terapi rendam kaki air hangat jahe dilakukan pasien hipertensi sehingga terjadi penurunan tekanan darah.

1.5.3 Laksmidewi Griselda et al, 2023. *“Terapi rendam kaki dengan rebusan air jahe merah (zingiber officinale var rubrum rhizoma) untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi”*

Tujuan studi kasus ini untuk melakukan pengelolaan asuhan keperawatan pada klien hipertensi dengan melakukan aplikasi rendam kaki dengan rebusan air jahe merah untuk menurunkan tekanan darah. Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Subjek studi kasus berjumlah 2 klien yang memiliki kriteria inklusi subyek yang siap menjadi responden, yang memiliki kriteria tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Variabel studi kasus yaitu tekanan darah dan diukur menggunakan Sphymanometer digital. Intervensi rendam kaki dengan rebusan air jahe merah yang dilakukan selama 5 kali tindakan dalam 5 hari berturut-turut yang dilakukan

selama 15 menit dengan rebusan air jahe merah bersuhu 40°C. Hasil dari penerapan rendam kaki dengan rebusan air jahe merah yaitu Penurunan rata-rata tekanan darah sistolik pada klien studi kasus 1 yaitu 6 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 5,4 mmHg. Penurunan rata-rata tekanan darah sistolik pada klien studi kasus 2 yaitu 3 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 2 mmHg. Skala nyeri klien 1 dari 4 menjadi 2, dan klien 2 dari 5 menjadi 3. Intervensi ini merupakan salah satu manajemen terapi yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi di Rumah Sakit, Klinik, maupun di rumah.