

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia atau lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Lansia lebih memiliki risiko atau memungkinkan untuk mengalami berbagai penyakit khususnya penyakit degeneratif jika dibandingkan dengan usia muda. Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronik menahun yang banyak mempengaruhi kualitas hidup serta produktivitas seseorang (Nisak et al., 2018). Salah satu penyakit degeneratif pada lansia yang sering timbul tanpa gejala adalah hipertensi (Kholifah, 2016).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan darah diastolik sedikitnya 90 mmHg. Hipertensi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah pada pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari satu periode. Hipertensi secara umum merupakan penyakit tanpa gejala dimana orang-orang menganggap bahwa gejala yang terjadi merupakan sakit biasa, karena gejala klinis yang timbul pada hipertensi antara lain tengkuk terasa pegal, pusing, mual muntah, tekanan darah tinggi, sakit kepala (Hasnawati, 2021)

Penyakit hipertensi diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya dan pada tahun 2025, diperkirakan 29% atau 1,6 milyar orang diseluruh dunia akan mengalami hipertensi (Fakhriyah et al., 2021). Prevalensi kejadian hipertensi 2018 adalah 34,1% dari penyakit tidak

menular. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan tahun 2013 yang menyentuh angka prevalensi 25,8% dari penyakit tidak menular (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Di Jawa Tengah prevalensi angka kejadian hipertensi adalah 13,6% dari penyakit tidak menular. Dari profil Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap prevalensi penderita hipertensi pada tahun 2020 sebanyak 585.907 orang dari jumlah penduduk di Kabupaten Cilacap. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018 mengatakan bahwa hipertensi pada lansia yang cukup tinggi yaitu pada kelompok usia 55-64 tahun sebesar 55,2%, sedangkan pada kelompok usia 65-74 tahun sebesar (63,2%), dan pada kelompok usia >75 tahun sebesar (69,5%) (Nuraisyah & Kusumo, 2021)

Sebagian besar lansia beresiko mengalami penyakit hipertensi hal ini dikaitkan dengan penurunan fungsi kerja organ tubuh karena proses penuaan. Salah satu penyebab hipertensi pada lansia karena penurunan elastisitas pembuluh darah dan menurunnya kemampuan jantung dalam memompa darah (Nuraisyah & Kusumo, 2021). Faktor lain yang menyebabkan terjadinya hipertensi pada lansia adalah gaya hidup seperti konsumsi junkfood (tinggi kalori, tinggi lemak, rendah serat, tinggi natrium/garam), merokok, konsumsi alkohol, stress dan aktivitas fisik yang kurang (Iswahyuni, 2017).

Kecenderungan lansia selama ini kurang mengetahui cara menerapkan gaya hidup sehat untuk mencegah terjadinya hipertensi serta cara penanganan yang dapat menurunkan tekanan darah, adapun

penatalaksanaan dapat berupa terapi farmakologi ataupun nonfarmakologi. Terapi farmakologis dari hipertensi adalah ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan obat-obatan dan penatalaksanaan medis, seperti golongan diuretik, penghambat adrenergic, ACE-inhibitor, angiotensin-IIbloker, angiotensin kalsium dan vasodilator (Ambarwati, 2020). Dan terapi non farmakologis adalah tindakan non medis yang terdiri dari latihan fisik, menghindari alkohol, berolahraga teratur, menghindari stress, pendidikan kesehatan, menghentikan rokok, dan alternatifnya dilakukan pengobatan (hydrotherapy) yang sebelumnya dikenal sebagai hidropati (hydropathy) adalah metode pengobatan menggunakan air untuk mengobati atau meringankan kondisi yang menyakitkan dan merupakan metode terapi dengan pendekatan yang mengandalkan pada respon respon tubuh terhadap air. Jenis air yang digunakan pada terapi ini adalah air hangat. Terapi ini menghasilkan energi kalor (panas) yang bersifat mendilatasi pembuluh darah sehingga perfusi oksigen ke jaringan menjadi adekuat. Air sebagai media terapi bermanfaat bagi tubuh dalam meningkatkan aliran darah ke bagian tubuh yang cedera, meningkatkan relaksasi otot, mengurangi nyeri akibat spasme atau kekauan dan memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada hipertensi, prinsip kerja dari hidroterapi ini yaitu dengan menggunakan air hangat yang bersuhu sekitar 39°-40°C secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot (Silfiyani, Luthfina & Khayati, 2021).

Metode perendaman kaki dengan air hangat memberikan efek fisiologis terhadap beberapa bagian tubuh organ manusia seperti jantung. Tekanan hidrostatik air terhadap tubuh mendorong aliran darah dari kaki menuju kerongga dada dan darah akan berakumulasi di pembuluh darah besar jantung. Hidroterapi rendam air hangat ini sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya mahal, dan tidak memiliki efek samping berbahaya (Fildayanti, 2020).

Jahe merah merupakan jenis tanaman herbal yang banyak memiliki kandungan senyawa kimia meliputi zat *gingerol*, *oleoresin* dan *minyak atsiri*. Dan kandungan minyak *atsiri* pada jahe merah sebesar 2,58-3,90% dan merupakan kandungan minyak *atsiri* yang tertinggi jika dibandingkan dengan jahe varietas lain. Rasa pedas dan hangat pada jahe yang berasal dari *minyak atsiri* dapat memperlebar pembuluh darah sehingga memperlancar sirkulasi darah dan meringankan kerja jantung. Pelebaran diameter pembuluh darah akan diikuti dengan penurunan tekanan darah. Mekanisme penurunan tekanan darah berasal dari efek kalor dari air hangat dan kandungan minyak *atsiri* pada jahe yang juga memiliki sensasi panas akan mengenai kulit pada telapak kaki sampai mata kaki, terjadi proses konduksi antara air rebusan jahe merah hangat dengan kulit kaki sehingga terjadi vasodilatasi (pelebaran) pembuluh darah. Pelebaran pembuluh darah akan menstimulus baroreseptor yang berada di beberapa bagian tubuh salah satunya di sinus karotikus dan arkus aorta. Selanjutnya akan mengirimkan impuls menuju ke medulla oblongata dan mengaktifkan saraf parasimpatis. Syaraf simpatis akan melebarkan pembuluh darah dan melancarkan

alirannya dari arah kaki menuju ke jantung. Lancarnya aliran darah di jantung ini dapat menurunkan ketegangan dinding pembuluh darah jantung sehingga tekanan pompa menurun yang dibuktikan dengan menurunnya nilai tekanan sistolik. Demikian juga pada saat jantung relaksasi akan terjadi penurunan nilai tekanan diastole (Silfiyani, Luthfina & Khayati, 2021).

Tindakan hidroterapi kaki menggunakan jahe merah merupakan salah satu solusi tindakan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan mudah dan efektif (Silfiyani, Luthfina & Khayati, 2021). Perawat sebagai tim medis mempunyai peran dalam mengubah persepsi dan mengurangi resiko komplikasi penyakit lainya dengan menjadi edukator (membantu mendidik serta memberikan informasi) kesehatan dan prosedur asuhan keperawatan yang harus dilakukan guna memulihkan dan menjaga kesehatan. Adanya pengetahuan yang efektif mampu membantu penderita hipertensi untuk melakukan pola hidup sehat dan rutin mengkonsumsi obat secara rutin agar terhindar dari komplikasi lainya. (Manoppo et al., 2018). Beberapa waktu belakangan ini penggunaan obat tradisional sebagai bagian dari pengobatan hipertensi semakin meningkat. hal ini disebabkan adanya beberapa faktor, terutama harga obat tradisional yang dianggap lebih murah dengan efek samping yang dianggap lebih sedikit serta mudah didapatkan di pasaran (Paramita et al., 2017).

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk mengelola asuhan keperawatan gerontik Ny. K dengan diagnosa Hipertensi dan

penerapan tindakan rendam kaki air hangat dengan jahe merah untuk menurunkan tekanan darah di Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan pengelolaan asuhan keperawatan gerontik Ny. K dengan diagnosa hipertensi dan penerapan tindakan rendam kaki air hangat dengan jahe merah untuk menurunkan tekanan darah di Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I

2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan hasil pengkajian keperawatan gerontik pada klien Ny. K dengan Diagnosa Hipertensi dan penerapan tindakan rendam kaki air hangat dengan jahe merah untuk menurunkan tekanan darah di Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I
- b. Memaparkan hasil diagnosa keperawatan gerontik pada klien Ny. K dengan Diagnosa Hipertensi dan penerapan tindakan rendam kaki air hangat dengan jahe merah untuk menurunkan tekanan darah di Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I
- c. Memaparkan hasil intervensi keperawatan gerontik pada klien Ny. K dengan Diagnosa Hipertensi dan penerapan tindakan rendam kaki air hangat dengan jahe merah untuk menurunkan tekanan darah di Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I
- d. Memaparkan hasil implementasi keperawatan gerontik pada klien Ny. K dengan Diagnosa Hipertensi dan penerapan tindakan rendam kaki air

hangat dengan jahe merah untuk menurunkan tekanan darah di Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I

- e. Memaparkan hasil evaluasi keperawatan gerontik pada klien Ny. K dengan Diagnosa Hipertensi dan penerapan tindakan rendam kaki air hangat dengan jahe merah untuk menurunkan tekanan darah di Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I

C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan Mahasiswa Profesi Ners dapat menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman yang lebih mendalam dalam memberikan Asuhan Keperawatan Gerontik khususnya pada pasien Hipertensi.

2. Manfaat Praktisi

a. Penulis

Hasil penelitian ini digunakan untuk mendapatkan pengalaman dan kemampuan penulis dalam melaksanakan asuhan keperawatan gerontik dalam menurunkan Tekanan Darah pada pasien yang mengalami hipertensi dengan menggunakan terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah.

b. Institusi Pendidikan

Sebagai bahan referensi ilmiah, untuk menambah wawasan bagi mahasiswa ketika melakukan asuhan keperawatan gerontik dengan masalah keperawatan hipertensi khususnya mahasiswa keperawatan Universitas Al Irsyad Cilacap.

c. Rumah sakit/Puskemas

Hasil laporan kasus ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi dan masukan bagi Puskesmas untuk lebih meningkatkan pelayanan dalam upaya

meningkatkan derajat kesehatan melalui penyuluhan kepada masyarakat tentang penyakit Hipertensi dan cara penanggulangannya menggunakan pengobatan tradisional

