BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah kesehatan, semakin seseorang bertambah usianya yang dialami akan menyebabkan semua sistem dan fungsi akan mengalami penurunan. Hipertensi salah satu penyakit yang sering terjadi pada setiap kalangan orang terutama pada lansia. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang terjadi akibat perubahan fisiologis seperti penurunan respons imunitas tubuh, kutub jantung menebal dan menjadi kaku, berkurangnya elastisitas pembuluh darah, penurunan kemampuan konraktisitas jantung, serta kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi, perubahan inilah yang menyebabkan peningkatan resistensi vaskuler sehingga lansia cenderung lebih rentan mengalami hipertensi (Irawan A et al., 2025).

Menurut World Health Organization WHO (2025) lansia yaitu seseorang yang telah berusia 60 tahun keatas. Perkiraan 1,28 miliar orang berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi. Menurut WHO jumlah penduduk lansia dengan prevalensi hipertensi individu lebih dari 294 juta orang. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) (Kemenkes, 2024a) menunjukkan lebih dari setengah lansia (56,8%) mengalami hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah, namun hanya sebagian kecil yang telah terdiagnosis, menunjukkan masih rendahnya kesadaran dan deteksi dini hipertensi pada lansia. Prevalensi hipertensi pada lansia di Provinsi Jawa Tengah dilaporkan mencapai 32,5% sehingga wilayah ini termasuk daerah dengan angka kejadian hipertensi lansia yang cukup tinggi di Indonesia (Sarifah et al., 2026). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar, jumlah kasus hipertensi pada tahun 2024 tercatat sebanyak 41.352 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar, 2024)

Komplikasi hipertensi dapat menyebabkan kerusakan pada dinding pembuluh darah, yang ditandai dengan penebalan dan kekakuan akibat penumpukan zat tertentu, sehingga aliran darah menjadi tidak lancar. Selain itu, hipertensi juga

meningkatkan risiko terjadinya stroke, baik akibat penyumbatan maupun pecahnya pembuluh darah di otak. Selain itu, organ ginjal juga dapat mengalami gangguan karena aliran darah yang tidak optimal, sehingga fungsi penyaringan ginjal menurun dan dapat berkembang menjadi gagal ginjal. Pada mata, kerusakan pembuluh darah retina akibat tekanan darah tinggi dapat menyebabkan gangguan penglihatan bahkan kebutaan (Widiyastuti et al., 2025).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Irawan A et al., (2025) yang berjudul " Pengaruh Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi" diperoleh hasil nilai rata-rata tekanan darah sistolik sebelum rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai 149.50 mmHg dan sesudah 132,50 mmHg sedangkan nilai rata rata tekanan darah diastolik sebelum 90.00 mmHg dan sesudah 80.50 mmHg. Analisis statistik menggunakan uji *wilcoxon* yang menunjukkan *p* value sistolik 0,000 dan diastolik 0,000 p-value < 0.05, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan rata-rata penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi rendaman kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai yang dapat dilihat dari hasil uji *Wilcoxon* dengan nilai *p*-value 0,000 untuk sistolik dan 0,000 artinya < 0,05.

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yaitu terapi yang menggunakan obat-obatan yang dapat menurunkan tekanan darah seperti obat antihipertensi adalah candesartan dan captopril (Irawan A et al., 2025). Sedangkan terapi nonfarmakologi yaitu sebagai terapi pendamping. Beberapa terapi non farmakologi yang dapat digunakan yaitu terapi herbal, aktivitas fisik seperti berjalan kaki, dan relaksasi. Salah satu relaksasi yang dapat digunakan yaitu terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai. Rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai merupakan terapi nonfarmakologi yang menggunakan 2 bahan yaitu garam dan serai. Garam merupakan senyawa yang mengandung klorida sedangkan serai mengandung minyak atsiri dengan komponen citronella dan kadinol yang sifatnya terasa hangat, sehingga dengan menggunakan metode rendam

kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai ini dapat membantu dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (ari irawan et al., 2025).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar, Puskesmas Karangpandan termasuk puskesmas yang kejadian hipertensi pada lansia yang tertinggi. Puskesmas Karangpandan memiliki jumlah lansia yang menderita hipertensi di Desa Ngemplak sebanyak 148 lansia. Data posyandu setempat menunjukkan bahwa terdapat 80 lansia yang terdaftar, dan dari jumlah tersebut sebanyak 12 orang lansia mengalami hipertensi. Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan, serta hasil wawancara dan observasi yang dilakukan, diperoleh 2 lansia yang memenuhi kriteria. Lansia tersebut belum pernah melakukan rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai. Lansia masih bergantung pada penggunaan obat antihipertensi sebagai satu-satunya metode pengobatan yang dilakukan.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis tertarik melakukan penerapan dengan judul "Penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai Sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah "Bagaimana Hasil Penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai Sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan Rendam Kaki?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

   Mendeskripsikan hasil implementasi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai Sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi

2. Tujuan Khusus

a. Mendeskripsikan hasil pengamatan tekanan darah pasien sebelum penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai pada penderita Hipertensi
b. Mendeskripsikan hasil pengamatan tekanan darah pasien sesudah penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai pada penderita Hipertensi
c. Membandingkan tekanan darah antara 2 responden sebelum dan sesudah dilakukan Penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai pada penderita Hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan kepada masyarakat secara umum, khususnya lansia tentang manfaat Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai pada lansia penderita Hipertensi
2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan :
   a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pasien hipertensi.
   b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian di bidang keperawatan tentang penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai pada klien hipertensi di masa yang akan datang, dalam rangka meningkatkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan
3. Bagi Penulis

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai sebagai upaya menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi.