

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang biasa dikenal dengan penyakit darah tinggi yang dimana tekanan darah seseorang diatas batas normal yakni tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolic ≥ 90 mmHg (Hardiansyah, 2021). Jumlah prevalensi hipertensi di dunia akan terus meningkat setiap tahunnya dan dapat diperkirakan pada tahun 2025 untuk kasus kematian akibat hipertensi bisa mencapai sekitar 9,4 juta setiap tahunnya (Kemenkes, 2019). Terjadinya peningkatan hipertensi disebabkan karena beberapa faktor yakni jenis kelamin, usia, genetik, pola asupan garam, obesitas, stress, aktivitas fisik, merokok dan alkohol (Rahmadhani, 2021). Menurut data Riskedas (2023) untuk jumlah prevalensi hipertensi yang sudah terkontrol di daerah Yogyakarta hanya sebesar 26,7%. Penatalaksanaan terhadap penderita hipertensi sangat penting dilakukan untuk mencegah terjadinya perburukan kondisi dan komplikasi (Djamanmona & Ratih, 2021).

Menurut Tina Y, *et al.*, (2021) *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa 1,13 miliar jiwa di dunia menderita hipertensi. Di Indonesia sendiri, menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa terjadi penurunan prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah. Jika dibandingkan dengan hasil Riskedas 2018 yakni pada penduduk usia ≥ 18 tahun, prevalensi hipertensi sebesar 34,1 %, kemudian mengalami penurunan menjadi 30,4% di tahun 2023 (Riskedas, 2023). Prevalensi beberapa penyakit tidak menular (PTM) di provinsi DI.Yogyakarta lebih tinggi dibandingkan dengan angka nasional. Selain itu PTM juga cenderung mengalami kenaikan dari tahun ke tahun, yakni prevalensi untuk hipertensi sebesar 10,7%. Sedangkan menurut Dinkes Kulon Progo (2024) untuk Kabupaten Kulon Progo sendiri, prevalensi hipertensi sebanyak 333.985 orang. Kabupaten Kulon Progo sendiri memiliki 12 kecamatan dan prevalensi hipertensi untuk Kecamatan Kalibawang sebanyak

2.806 orang. Kecamatan Kalibawang berada pada urutan ke 3 terbanyak dengan kasus hipertensi. Kecamatan Kalibawang memiliki 4 desa yakni Kelurahan Banjarharjo yang memiliki kasus hipertensi sebanyak 679 orang dan Kelurahan Banjarasri sebanyak 600 orang. Hasil study pendahuluan prevalensi penderita hipertensi triwulan 1 tahun 2025 di Dusun Gerpule sebanyak 46 orang dan Dusun Tosari sebanyak 44 orang.

Penyakit hipertensi dapat dikendalikan dengan 2 terapi yakni terapi non farmakologis dan terapi farmakologi. Penggunaan terapi non farmakologi sifatnya adalah sebagai terapi komplementer dari terapi farmakologi. Beberapa terapi komplementer yang bisa dilakukan pada penderita hipertensi yakni teknik relaksasi seperti rendam kaki air hangat, rendam kaki air jahe, nafas dalam, genggam jari, dan terapi musik, aktivitas fisik seperti senam hipertensi dan yoga, pola hidup sehat seperti mengkonsumsi jus mentimun, rebusan daun sirih dan alpukat, jus tomat dan mentimun, serta pijat refleksi, akupuntur, hidroterapi, akupresur dan lainnya (Sari R., et all, 2022).

Menurut Wade (2021) rendam kaki dengan air jahe hangat adalah salah satu terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah sistolik-diastolik pada penderita hipertensi. Rendam kaki dengan air jahe merah juga dapat memperluas pembuluh darah, yang membantu aliran darah menjadi lebih lancar. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sani & Fitriyani (2021) dalam penelitiannya mengenai terapi rendaman kaki air jahe merah terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posyandu Ngudi Rahayu RT 01/RW 1, pada 42 lansia hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah sistolik 13,22 mmHg dan diastolik 2,74 mmHg. Hasil analisa data, menunjukkan ada pengaruh rendam kaki air jahe terhadap tekanan 3darah pada penderita hipertensi (*p-value* 0,0001<0,05). Didukung oleh penelitian menurut Rahmadhani et, all (2021) dalam penelitiannya mengenai efektivitas terapi rendam kaki air jahe merah hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Puskesmas Pasar Ikan di Bengkulu pada 30 orang hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan hasil analisa data menunjukkan perbedaan rerata

tekanan darah sistolik dan diastolik yang artinya ada pengaruh rendam kaki air jahe terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi (*p-value* $0,0000 < 0,05$). Menurut Bangun & Silalahi (2022) dalam penelitiannya mengenai terapi rendam kaki air hangat dan air hangat jahe terhadap penurunan tekanan darah yang dilakukan pada 70 orang, hasil analisa data menunjukkan selisih antara tekanan darah sistolik dan diastolik perlakuan terhadap air jahe dan air hangat sebelum dan sesudah mengalami penurunan sebesar 8,28 dan 8,83 yang artinya rendam kaki air hangat jahe lebih efektif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (*p-value* $0,0001 < 0,05$). Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Silvia (2024) mengenai pengaruh terapi rendam kaki dengan air jahe merah terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Padukuhan Gunung Gebang Desa Sumberharjo Kecamatan Prambanan yang dilakukan pada 61 lansia hipertensi, hasil analisa data menunjukkan perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan sesudah diberikan terapi rendam kaki air jahe artinya ada pengaruh terapi rendam kaki air jahe terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi (*p-value* $0,001 < 0,05$).

Rendam kaki dengan air jahe akan memicu respons sistemik karena mekanisme vasodilatasi. Jahe merah mengandung volatil, minyak atsiri, dan senyawa oleoresin yang merangsang vasodilatasi pembuluh darah. Saat terjadi vasodilatasi maka aliran sirkulasi menjadi lancar dan terjadi penurunan resistensi (hambatan terhadap aliran darah menurun) sehingga tekanan darah menurun (Nadia, 2020); (Nurahmandani, 2018). Jahe juga dapat mengurangi kontraksi otot dan dinding arteri, yang menghasilkan aliran darah yang lebih lancar dan penurunan tekanan darah. Jahe merah dengan kondisi hangat dengan suhu 37-40 derajat direspon oleh otak, kemudian diterima oleh saraf aferen dan diteruskan ke saraf pusat, di mana asetikolin dan histamin dilepaskan. Saat asetilkolin, histamin dan nitric oxide dilepaskan, terjadi rangsangan dapat menyebabkan otot polos berelaksasi dan menyebabkan vasodilatasi sehingga terjadi efek penurunan tekanan darah dan penurunan resistensi pembuluh darah (Hendriana et al., 2023).

Hasil study pendahuluan yang dilakukan di Dusun Gerpule pada tanggal 3 bulan April 2025 menunjukkan bahwa jumlah penderita hipertensi sebanyak 46 orang, dan Dusun Tosari sebanyak 44 orang. Hasil wawancara yang dilakukan pada kader mengungkapkan bahwa tindakan yang dilakukan untuk mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi adalah dengan terapi farmakologi dengan obat yang diberikan oleh puskesmas, setiap 2 bulan sekali dikunjungi oleh pihak puskesmas untuk memberikan obat anti hipertensi. Hasil wawancara yang dilakukan pada kader mengungkapkan bahwa terapi rendam kaki air jahe belum pernah diberikan pada penderita hipertensi di dusun tersebut. Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya menunjukkan bahwa terapi rendam kaki dengan air jahe terbukti efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, namun terapi non farmakologi ini belum dilakukan di Dusun Gerpule dan Dusun Tosari. Selain itu, demografi dari dusun tersebut berada di area pegunungan dan setiap rumah memiliki lahan yang luas ataupun memiliki lahan yang dapat digunakan untuk menanam tanaman jahe serta sebagian besar masyarakat di dusun tersebut telah menanam tanaman jahe. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh terapi rendam kaki air jahe terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Gerpule dan Tosari, Kabupaten Kulon Progo.

1.2 Rumusan masalah

“Apakah ada pengaruh pemberian terapi rendam kaki air jahe terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Gerpule dan Tosari, Kabupaten Kulon Progo”

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian terapi rendam kaki air jahe terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Gerpule dan Tosari, Kabupaten Kulon Progo.

1.3.2 Tujuan khusus

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik meliputi usia, jenis kelamin, riwayat pasien hipertensi di Dusun Gerpule dan Tosari, Kabupaten Kulon Progo.
- 1.3.2.2 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah pemberian terapi rendam kaki air jahe pada penderita hipertensi di Dusun Gerpule, Kabupaten Kulon Progo.
- 1.3.2.3 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah pada kelompok kontrol hari pertama (pre) dan ketiga (post) pada penderita hipertensi di Dusun Tosari, Kabupaten Kulon Progo
- 1.3.2.4 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah (post) penderita hipertensi pada kelompok intervensi dan kontrol di Dusun Gerpule dan Tosari, Kabupaten Kulon Progo.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi atau menambah wawasan bagi calon tenaga kesehatan terkait dengan pengaruh terapi rendam kaki air jahe terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi tenaga kesehatan

Penelitian ini dapat menambah informasi bagi tenaga kesehatan terkhusus mengenai terapi non farmakologis untuk pasien hipertensi. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi acuan untuk praktik pelayanan keperawatan/kesehatan untuk pasien hipertensi, terkhusus untuk Puskesmas Kalibawang.

1.4.2.2 Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan serta sumber referensi untuk penelitian selanjutnya.