

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan dunia termasuk di Indonesia yang menyebabkan peningkatan angka kesakitan, kematian serta biaya kesehatan (Flack & Adekola, 2020). Hipertensi dikenal sebagai “*Silent killer*”, karena tidak menunjukkan gejala selama bertahun-tahun hingga mengalami komplikasi serius yang merusak organ vital seperti jantung, ginjal serta otak tanpa disadari (Fulka et al., 2024).

Data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, sekitar 1,28 miliar kelompok usia 30-79 tahun menderita hipertensi secara global. Prevalensi ini lebih tinggi di negara dengan pendapatan menengah ke bawah, sekitar 46% penderita hipertensi tidak menyadari kondisinya. Selain itu, kurang dari separuh (42%) kasus hipertensi terdiagnosis serta diobati, dan satu dari lima (21%) penderita yang berhasil mengontrol tekanan darahnya (WHO, 2023).

Hasil Riskesdas pada tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Jika dibandingkan dengan SKI 2023, hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan angka prevalensi masih tinggi sebesar 30,8%. Di Indonesia, jumlah kasus terutama di Jawa Barat berada di urutan ketiga sebesar (34,4%) dari total 566.883 orang yang terdiagnosis hipertensi (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Berdasarkan hasil diagnosa dokter di fasilitas kesehatan memperkirakan jumlah penderita hipertensi usia  $\geq 15$  tahun di Kota Cirebon sebanyak 90.868 orang

dan di Kabupaten Cirebon sebanyak 88.047 orang. Total penderita di Kota Cirebon 90.805 orang (99,9%) telah mendapatkan pelayanan kesehatan, sedangkan di Kabupaten Cirebon hanya 15.735 orang (17,9%) dari total perkiraan penderita yang memperoleh pelayanan kesehatan (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon, penderita hipertensi pada bulan Januari sampai dengan Desember tahun 2024 tercatat sebanyak 14.216 orang yang terdiri dari 12.243 pasien rawat jalan, 712 pasien rawat inap dan 1.261 pasien dengan kondisi gawat darurat (RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon, 2024).

Setelah diagnosis hipertensi ditegakkan, pengendalian tekanan darah harus segera dilakukan. Kondisi ini dapat memicu komplikasi yang ditimbulkan seperti penyakit jantung koroner, gagal ginjal, stroke, kerusakan pada retina (retinopati), gangguan saraf, penyakit pembuluh darah perifer, gangguan serebral (otak) dan beberapa jenis kondisi lain (Kemenkes RI, 2020). Penderita hipertensi sering kali mengalami gejala seperti nyeri kepala disertai pusing, jantung berdebar-debar, rasa nyeri di dada, merasa gelisah, penglihatan kabur dan mudah lelah (Kemenkes RI, 2024).

Hipertensi menyebabkan kerusakan vaskuler pada pembuluh perifer yang mengganggu sirkulasi otak. Akibatnya, terjadi penurunan oksigen ( $O_2$ ) dan peningkatan karbondioksida ( $CO_2$ ) yang memicu metabolisme anaerob serta meningkatkan asam laktat. Hal ini dapat meningkatkan resistensi pembuluh darah dan menstimulasi nyeri kepala hingga tengkuk (Sutomo & Aprilin, 2022).

Penanganan hipertensi dapat dikontrol melalui pengobatan medis maupun tanpa melibatkan obat. Terapi non farmakologi berupa menerapkan pola hidup menjadi lebih sehat, sedangkan pengobatan farmakologi melibatkan penggunaan obat-obatan, penggunaan obat anti hipertensi disesuaikan dengan kondisi tertentu (penyakit penyerta maupun komplikasi) (Machsus et al., 2020).

Terapi farmakologi yang bersifat jangka panjang dapat menimbulkan biaya lebih besar dan berpotensi menyebabkan efek samping pada tubuh, sementara itu, terapi non farmakologi menawarkan alternatif tanpa penggunaan obat. Salah satu upaya yang bisa dicoba secara mandiri yaitu dengan terapi merendam kaki di air hangat (*Hydrotherapy*), penanganan tersebut tanpa menimbulkan efek samping. Hal itu dipicu oleh adanya pelepasan sistem endorfin dari dalam tubuh sehingga mendapatkan efek baik untuk seluruh tubuh (Ananda & Tahiruddin, 2020).

Terapi rendam kaki dengan air hangat memiliki banyak manfaat. Tetapi, ada beberapa kondisi yang menjadi kontraindikasi seperti pada penderita penyakit jantung dengan kondisi parah, tekanan darah rendah, serta penyakit diabetes (Putri et al., 2023).

Metode rendam kaki dalam air hangat bisa dikombinasikan dengan 2 bahan alami yaitu serai dan garam. Garam ialah kumpulan senyawa kimia yang mengandung *Sodium Chloride* (NaCl), berfungsi menyeimbangkan asam-basa dalam tubuh dengan menyeimbangkan zat pembentuk asam serta berperan sebagai transmisi saraf dan kontraksi otot. Serai mengandung minyak atsiri kandungan diantaranya *citronellal*, *citral* dan *kadinol* yang merupakan anggota *Family poaceae* yang sifatnya terasa hangat dan pedas, serai memiliki sifat anti radang,

menghilangkan nyeri, memperlancar sirkulasi dalam darah, efek lainnya untuk mengurangi sakit kepala, nyeri otot, sendi ngilu serta memar. Mekanismenya adalah terjadi peralihan rasa panas dari air ke dalam tubuh sehingga melebarkan pembuluh darah perifer dan merelaksasi otot yang tegang, menyebabkan rasa nyeri menurun (Fitrina et al., 2021).

Prinsip kerja dari terapi rendam kaki ini adalah penggunaan air hangat yang dicampur serai dan garam, diatur pada suhu antara 39-40°C sehingga pasien lebih nyaman. Terapi ini dilakukan sehari sekali selama 10-20 menit secara konsisten selama 7 hari berturut-turut dilaksanakan pagi hari (Sundari & Hastuti, 2025). Bahan-bahan yang digunakan terapi ini adalah 20 gram garam (setara tiga sendok teh) dan dua batang serai yang digeprek dengan berat sekitar 10 gram (Augin & Soesanto, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kasumayanti et al., (2024) menunjukkan adanya penurunan skala nyeri pada penderita hipertensi. Responden mengalami keluhan sakit kepala hingga tengkuknya dengan skala nyeri 5 (nyeri sedang), setelah dilakukan implementasi rendam kaki air hangat campuran serai dan garam skala nyeri menurun menjadi 1 (nyeri ringan).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sundari & Hastuti (2025). Setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran serai dan garam, didapatkan hasil bahwa responden mengalami penurunan nyeri di bagian kepala dan sudah tidak merasa pusing.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Khaliq (2024), didapatkan bahwa berhasil mengalami penurunan skala nyeri pada kedua responden. Responden

pertama, awalnya skala nyeri 6 dan mengalami penurunan menjadi skala nyeri 3. Sedangkan responden kedua skala nyeri 5 menurun menjadi skala nyeri 1.

Terapi rendam kaki dengan air hangat yang dicampur serai dan garam merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat dilakukan secara mandiri. Metode ini menggunakan bahan yang mudah didapat dan terjangkau, sehingga mengurangi risiko efek samping terkait dengan pengobatan farmakologis. Proses terapi ini memanfaatkan air hangat dengan memperlebar pembuluh darah, didukung peran garam dalam meningkatkan transmisi saraf sehingga suplai oksigen ke dalam jaringan lebih banyak, akibatnya ketegangan otot menurun dan sirkulasi darah lancar, memanfaatkan khasiat serai yang terkenal dengan efek anti inflamasi dan analgesik yang mendukung efektivitas terapi. Melalui penerapan terapi ini, pasien diharapkan mendapatkan informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan jantung dan cara mengontrol hipertensi melalui pendekatan non farmakologis.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terapi rendam kaki air hangat campuran serai dan garam adalah salah satu metode non farmakologi yang dapat membantu menurunkan nyeri, maka penulis tertarik untuk menyusun studi kasus dengan judul “Implementasi Keperawatan Rendam Kaki Air Hangat Campuran Serai dan Garam pada Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pasien Hipertensi di Ruang Cut Nyak Dien dan Diponegoro RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang akan ditulis adalah sebagai berikut: “Bagaimanakah Implementasi Keperawatan Rendam

Kaki Air Hangat Campuran Serai dan Garam pada Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pasien Hipertensi di Ruang Cut Nyak Dien dan Diponegoro RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon?" .

### **1.3 Tujuan**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Setelah melaksanakan studi kasus, penulis mampu mengimplementasikan terapi rendam kaki air hangat campuran serai dan garam pada masalah keperawatan nyeri akut pasien hipertensi.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Setelah melakukan implementasi keperawatan rendam kaki air hangat campuran serai dan garam pada masalah keperawatan nyeri akut pasien hipertensi, penulis dapat menggambarkan :

- a. Pelaksanaan tindakan terapi rendam kaki air hangat campuran serai dan garam pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri.
- b. Respons atau perubahan setelah dilakukan tindakan terapi rendam kaki air hangat campuran serai dan garam pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri.
- c. Analisis kesenjangan pada kedua pasien hipertensi yang dilakukan tindakan terapi rendam kaki air hangat campuran serai dan garam.

### **1.4 Manfaat**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan keterampilan yang lebih mendalam pada bidang perawatan penyakit dalam,

mengenai pemberian terapi rendam kaki air hangat campuran serai dan garam dalam mengelola hipertensi.

#### **1.4.2 Manfaat Praktik**

##### 1.4.2.1 Bagi Pasien/Keluarga

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan pasien dan keluarga mengetahui manfaat dan dapat melaksanakan terapi rendam kaki air hangat campuran serai dan garam dalam menurunkan tekanan darah dan nyeri secara mandiri, sehingga dapat mengurangi risiko penyakit akibat tekanan darah tinggi.

##### 1.4.2.2 Bagi Penulis

Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan untuk menerapkan ilmu yang diperoleh selama pendidikan dan memperoleh pengalaman dalam menerapkan intervensi rendam kaki air hangat campuran serai dan garam untuk menurunkan nyeri pada pasien hipertensi.

##### 1.4.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat memberikan nilai tambah di bidang ilmu pengetahuan bagi mahasiswa DIII Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Selain itu, diharapkan dapat diterapkan dalam proses keperawatan untuk mengatasi nyeri yang bersifat non farmakologis.

##### 1.4.2.4 Bagi Lahan Praktik

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan diaplikasikan sebagai salah satu intervensi untuk membantu dalam menangani penyakit hipertensi.