

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang menjadi perhatian global karena prevalensinya yang terus meningkat dan berkontribusi besar terhadap angka morbiditas serta mortalitas. Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi ketika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg berdasarkan hasil pengukuran berulang. Penyakit ini dikenal sebagai silent killer karena sering kali tidak menunjukkan gejala yang spesifik hingga muncul komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal kronis, dan gagal jantung. Kondisi tersebut menyebabkan hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular yang memerlukan pengelolaan jangka panjang dan berkelanjutan untuk mencegah terjadinya komplikasi serta meningkatkan kualitas hidup penderitanya (World Health Organization [WHO], 2023).

Data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun di dunia mengalami hipertensi dan hampir dua pertiga di antaranya berada di negara berpendapatan rendah dan menengah. WHO juga melaporkan bahwa hanya sekitar 42% penderita hipertensi yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan, sedangkan sekitar 21% berhasil mengendalikan tekanan darah hingga mencapai target yang dianjurkan. Rendahnya tingkat deteksi dan pengendalian tekanan darah menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi tantangan besar dalam pelayanan kesehatan global karena berisiko meningkatkan kejadian komplikasi dan kematian akibat penyakit kardiovaskular (WHO, 2023).

Hipertensi masih menjadi salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang tinggi di Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, hipertensi termasuk dalam kelompok penyakit yang paling banyak ditemukan pada masyarakat usia dewasa dan lanjut usia serta menjadi salah satu penyebab utama kunjungan ke fasilitas pelayanan kesehatan. Tingginya angka kejadian hipertensi dipengaruhi oleh berbagai

faktor risiko, baik faktor yang tidak dapat dimodifikasi seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat keturunan maupun faktor yang dapat dimodifikasi seperti pola makan tinggi natrium, obesitas, kurang aktivitas fisik, merokok, konsumsi alkohol, dan stres yang berkepanjangan (Kementerian Kesehatan RI, 2023; Unger et al., 2021).

Data Puskesmas Tamansari Tahun 2024 menunjukkan bahwa hipertensi merupakan penyakit tidak menular dengan jumlah kasus tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Tamansari. Kecamatan Tamansari memiliki estimasi sebanyak 3.103 penderita hipertensi, namun hanya 50,77% yang memperoleh pelayanan kesehatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian khusus karena berpotensi meningkatkan angka kesakitan, kecacatan, dan kematian apabila tidak ditangani secara optimal.

Keberhasilan pengelolaan hipertensi tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis dan pelayanan kesehatan, tetapi juga dipengaruhi oleh keterlibatan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita hipertensi. Keluarga berperan sebagai sistem pendukung utama yang membantu penderita dalam menjalani pengobatan, mengatur pola makan, memantau tekanan darah, melakukan aktivitas fisik, mengendalikan stres, serta mencegah terjadinya komplikasi. Peran tersebut sesuai dengan tugas kesehatan keluarga yang meliputi mengenal masalah kesehatan, mengambil keputusan kesehatan, melakukan tindakan perawatan, memodifikasi lingkungan, dan memanfaatkan fasilitas kesehatan.

Penelitian oleh Pratiwi dkk. (2024) melaporkan bahwa sebagian besar keluarga masih memiliki pemahaman yang kurang mengenai pengaturan diet rendah garam, pentingnya aktivitas fisik, dan pemantauan tekanan darah secara rutin. Kurangnya pengetahuan tersebut menyebabkan keluarga belum mampu mendukung pengelolaan hipertensi secara optimal di rumah, seperti membatasi asupan natrium, mendorong penderita melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya kepatuhan penderita dalam menjalani pengobatan

dan menerapkan gaya hidup sehat sehingga tekanan darah menjadi sulit terkontrol dan risiko komplikasi hipertensi semakin meningkat.

Pengetahuan keluarga merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan pengelolaan hipertensi. Keluarga yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung lebih mampu memberikan dukungan kepada penderita dalam menjalankan pengobatan, menerapkan pola hidup sehat, dan melakukan pencegahan komplikasi. Sebaliknya, keluarga dengan tingkat pengetahuan yang rendah berisiko mengalami kesalahan dalam pengambilan keputusan kesehatan serta kurang mampu melakukan perawatan hipertensi secara mandiri di rumah. Pengetahuan yang baik akan membentuk sikap dan keterampilan keluarga dalam melaksanakan tugas kesehatan keluarga secara optimal (Notoatmodjo, 2022).

Hasil pengkajian awal yang dilakukan pada keluarga Ny. E dan Ny. T di wilayah kerja Puskesmas Tamansari menunjukkan bahwa keluarga masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai pengelolaan hipertensi secara mandiri di rumah. Keluarga mengetahui bahwa penderita hipertensi harus mengonsumsi obat secara rutin, namun belum memahami secara optimal berbagai terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan sebagai terapi pendamping untuk membantu mengendalikan tekanan darah. Keluarga juga belum mengetahui manfaat, prosedur, frekuensi, serta cara pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat rebusan jahe merah sebagai salah satu terapi pendamping yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan keluarga dalam mendukung perawatan anggota keluarga yang menderita hipertensi.

Edukasi kesehatan merupakan salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai pengelolaan hipertensi. Edukasi kesehatan bertujuan meningkatkan kemampuan individu maupun keluarga dalam memahami masalah kesehatan, mengambil keputusan yang tepat, serta menerapkan perilaku kesehatan yang mendukung proses perawatan. Pemberian edukasi kesehatan terbukti dapat meningkatkan

pengetahuan, sikap, dan keterampilan keluarga sehingga keluarga mampu melakukan perawatan kesehatan secara lebih efektif dan mandiri (PPNI, 2024).

Pengelolaan hipertensi secara nonfarmakologis merupakan bagian penting dalam upaya pengendalian tekanan darah. Terapi nonfarmakologis dapat digunakan sebagai terapi pendamping pengobatan medis dan terbukti membantu mengontrol tekanan darah apabila dilakukan secara rutin. Beberapa bentuk terapi nonfarmakologis yang direkomendasikan meliputi pengaturan pola makan sehat, aktivitas fisik teratur, manajemen stres, penghentian merokok, dan terapi komplementer. Salah satu terapi komplementer yang mudah diterapkan oleh keluarga di rumah adalah terapi rendam kaki menggunakan air hangat.

Terapi rendam kaki air hangat bekerja melalui mekanisme perpindahan panas yang menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah perifer sehingga dapat meningkatkan sirkulasi darah, menurunkan tahanan perifer, memberikan efek relaksasi, dan membantu menurunkan tekanan darah. Terapi ini juga memberikan rasa nyaman dan rileks yang dapat membantu mengurangi stres sebagai salah satu faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah. Kemudahan pelaksanaan, biaya yang relatif murah, serta keamanan terapi menjadikan rendam kaki air hangat sebagai salah satu alternatif terapi pendamping yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah (Utami et al., 2023).

Jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) dapat digunakan sebagai bahan tambahan dalam terapi rendam kaki air hangat untuk meningkatkan efektivitas terapi. Jahe merah mengandung senyawa aktif seperti gingerol, shogaol, flavonoid, dan minyak atsiri yang memiliki efek antioksidan, antiinflamasi, dan vasodilator. Kandungan tersebut membantu memperlancar sirkulasi darah serta memberikan sensasi hangat yang lebih kuat sehingga berpotensi meningkatkan efek terapi terhadap penurunan tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air hangat rebusan jahe merah dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

dan berpotensi digunakan sebagai terapi pendamping dalam pengelolaan hipertensi (Lestari et al., 2024).

Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada efektivitas terapi rendam kaki air hangat rebusan jahe merah terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Kajian mengenai penerapan edukasi untuk meningkatkan tingkat pengetahuan keluarga tentang terapi tersebut masih terbatas, khususnya dalam pelayanan keperawatan keluarga di tingkat komunitas. Padahal, keberhasilan penerapan terapi nonfarmakologis di rumah sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan keluarga mengenai manfaat, prosedur, frekuensi, dan cara pelaksanaannya. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi edukasi yang berfokus pada peningkatan kemampuan keluarga dalam melakukan perawatan hipertensi secara mandiri.

Berdasarkan tingginya prevalensi hipertensi di dunia, Indonesia, dan wilayah kerja Puskesmas Tamansari, pentingnya peran keluarga dalam pengelolaan hipertensi, masih rendahnya pengetahuan keluarga mengenai terapi nonfarmakologis, serta potensi manfaat terapi rendam kaki air hangat rebusan jahe merah sebagai terapi pendamping hipertensi, penulis tertarik untuk melakukan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Penerapan Edukasi Mengenai Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Jahe Merah terhadap Tingkat Pengetahuan Keluarga pada Pasien Hipertensi”.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam Karya Ilmiah Akhir ini adalah: "Bagaimanakah penerapan edukasi rendam kaki air hangat dan jahe merah terhadap tingkat pengetahuan keluarga pada pasien hipertensi?"

C. TUJUAN

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran Penerapan Edukasi Mengenai Rendam Kaki Air Rebusan Jahe Merah Hangat Pada

Keluarga Terhadap Tingkat Pengetahuan Keluarga Dengan Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari.

2. Tujuan khusus

- a. Menggambarkan tahapan asuhan keperawatan pada keluarga Ny. N dan Ny. O yang diberikan Edukasi Mengenai Rendam Kaki Air Rebusan Jahe Merah Hangat.
- b. Menggambarkan pelaksanaan Edukasi pada keluarga Ny N dan Ny O Mengenai Rendam Kaki Air Rebusan Jahe Merah Hangat.
- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada keluarga Ny. N dan Ny. O yang diberikan edukasi mengenai Rendam Kaki Air Rebusan Jahe Merah Hangat
- d. Menganalisis kesenjangan pada keluarga Ny. N dan Ny. O yang diberikan edukasi mengenai Rendam Kaki Air Rebusan Jahe Merah Hangat

D. MANFAAT

1. Manfaat bagi keluarga klien dan klien

Karya Ilmiah Akhir ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan keluarga dan klien tentang hipertensi, faktor risiko, komplikasi, serta upaya pengendaliannya. Melalui edukasi terapi rendam kaki air hangat jahe merah, keluarga diharapkan mampu menerapkan terapi secara mandiri di rumah, sehingga dapat mendukung pengendalian tekanan darah, meningkatkan kepatuhan pengobatan, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi.

2. Manfaat bagi pelayanan kesehatan

Karya Ilmiah Akhir ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam memberikan edukasi kepada keluarga pasien hipertensi. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai alternatif intervensi keperawatan keluarga melalui edukasi terapi rendam kaki air hangat jahe merah serta mendukung upaya promotif dan preventif dalam pengendalian hipertensi di masyarakat.

3. Manfaat bagi lembaga pendidikan

Karya Ilmiah Akhir ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan keluarga dan keperawatan komunitas. Hasil karya ilmiah ini dapat menjadi referensi atau bahan pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan dalam memahami penerapan edukasi kesehatan keluarga pada pasien hipertensi serta pemanfaatan terapi nonfarmakologis sebagai bagian dari asuhan keperawatan. Selain itu, karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi sumber literatur dan acuan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan peningkatan pengetahuan keluarga, terapi komplementer, dan pengelolaan hipertensi berbasis keluarga sehingga dapat mendukung perkembangan praktik keperawatan yang berbasis bukti (*evidence-based nursing practice*).

4. Bagi peneliti selanjutnya

Karya Ilmiah Akhir ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai edukasi kesehatan keluarga dan terapi rendam kaki air hangat jahe merah pada pasien hipertensi. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi dasar untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, metode yang lebih beragam, serta variabel yang lebih luas guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif dan mendukung pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti.