

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahunnya. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun di dunia mengalami hipertensi, namun hanya sekitar 21% yang memiliki tekanan darah terkontrol dengan baik (World Health Organization, 2023). Kondisi ini menjadi faktor risiko utama berbagai komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gagal ginjal kronis yang berkontribusi terhadap tingginya angka morbiditas dan mortalitas global (Burnier dan Damianaki, 2023). Selain itu, hipertensi juga dapat menyebabkan gangguan perfusi serebral akibat peningkatan resistensi pembuluh darah yang berlangsung secara kronis (Utomo, 2023).

Di Indonesia, prevalensi hipertensi masih tergolong tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, angka kejadian hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 30,8%. Di Daerah Istimewa Yogyakarta, prevalensi tercatat sebesar 27,6% dan termasuk dalam penyakit tidak menular dengan jumlah kasus tertinggi (Dinas Kesehatan DIY, 2024). Data rekam medis RSUD Panembahan Senopati Bantul tahun 2024 menunjukkan bahwa hipertensi masuk dalam lima besar diagnosis terbanyak pada pasien dewasa dan lansia di ruang medikal bedah,

termasuk pasien dengan penyakit penyerta seperti Chronic Kidney Disease (CKD) stage 5. Sebagian pasien masih menunjukkan tekanan darah yang belum terkontrol optimal meskipun telah mendapatkan terapi farmakologis.

Pasien hipertensi, khususnya yang dirawat inap, sering mengalami ketidaknyamanan fisik yang signifikan. Peningkatan tekanan darah yang persisten dapat menyebabkan keluhan seperti nyeri kepala, rasa berat di tengkuk, kelelahan, dan kecemasan yang mengganggu kenyamanan serta kualitas hidup selama masa perawatan (Utomo, 2023). Menurut teori kenyamanan Kolcaba, kenyamanan merupakan kebutuhan dasar yang mencakup aspek fisik, psikospiritual, lingkungan, dan sosial. Ketika kebutuhan kenyamanan terpenuhi, respons relaksasi tubuh dapat terfasilitasi sehingga secara tidak langsung turut berkontribusi pada stabilisasi tekanan darah.

Pengendalian hipertensi tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan pendekatan nonfarmakologis sebagai terapi pendukung (PERHI, 2021). Dalam praktik keperawatan, intervensi nonfarmakologis berperan penting dalam meningkatkan kenyamanan sekaligus mendukung kestabilan hemodinamik. Salah satu intervensi yang saat ini banyak dikembangkan adalah hidroterapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai. Terapi ini bekerja melalui mekanisme vasodilatasi perifer akibat paparan suhu hangat yang meningkatkan sirkulasi darah, menurunkan resistensi pembuluh darah, serta memberikan efek relaksasi pada sistem saraf otonom (Jazani et al., 2023).

Penambahan garam dalam air rendaman berfungsi meningkatkan tekanan osmotik sehingga mempercepat konduksi panas dan memperlancar aliran darah perifer (Udani et al., 2022). Serai (*Cymbopogon citratus*) mengandung senyawa aktif citral dan geraniol yang memiliki efek relaksasi, antistres, antiinflamasi, serta antihipertensi alami (Silva dan Bárbara, 2022). Kombinasi ketiga komponen ini menghasilkan efek sinergis berupa peningkatan kenyamanan fisik, penurunan ketegangan otot, dan reduksi aktivitas saraf simpatis (Aldo et al., 2024).

Sejumlah penelitian mendukung efektivitas terapi ini. Uliya dan Ambarwati (2020) membuktikan bahwa rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai mampu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Aisyah dan Imamah (2023) menunjukkan efektivitas serupa pada lansia hipertensi di Kabupaten Semarang. Octavia et al. (2024) melaporkan bahwa intervensi ini memberikan efek relaksasi nyata pada pasien di Panti Werdha Dharma Bhakti Palembang, sementara Ravi et al. (2024) memperkuat temuan tersebut melalui bukti mekanisme vasodilatasi perifer yang terukur.

Meski demikian, sebagian besar penelitian tersebut dilakukan pada populasi lansia di komunitas atau layanan kesehatan primer dengan fokus utama pada perubahan tekanan darah. Kajian mengenai efek terapi rendam kaki air hangat garam dan serai terhadap kenyamanan pasien hipertensi yang dirawat inap, terutama yang disertai penyakit penyerta seperti CKD stage 5, masih sangat terbatas. Kondisi rawat inap dengan kompleksitas

klinis yang lebih tinggi menuntut pendekatan kenyamanan yang komprehensif dan berbasis bukti.

Prosedur terapi ini relatif sederhana, aman, ekonomis, dan dapat diterapkan sebagai intervensi mandiri keperawatan. Pelaksanaannya dilakukan dengan merendam kaki pasien dalam air hangat bersuhu 38°C yang dicampur tiga sendok makan garam dan dua batang serai selama 15 menit. Stimulasi multisensori dari suhu, kandungan mineral, dan aroma terapeutik serai secara bersama-sama mendukung respons relaksasi secara holistik.

Berdasarkan uraian di atas, terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai memiliki potensi besar sebagai intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan kenyamanan pasien hipertensi selama perawatan. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan studi kasus mengenai “Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Garam dan Serai untuk Memberikan Rasa Nyaman pada Pasien Hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Garam dan Serai untuk Memberikan Rasa Nyaman pada Pasien Hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diterapkan rendam kaki air hangat garam dan serai untuk memberikan rasa nyaman pada 2 pasien hipertensi derajat I dan II di RSUD Panembahan Senopati Bantul.

2. Tujuan Khusus

- a. Dilakukan rendam kaki air hangat garam dan serai pada 2 pasien hipertensi derajat I dan II dengan pendekatan asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan di RSUD Panembahan Senopati Bantul.
- b. Diketahui respon 2 pasien hipertensi derajat I dan II sebelum dan sesudah dilakukan rendam kaki air hangat garam dan serai di RSUD Panembahan Senopati Bantul.
- c. Diketahui faktor pendukung dan faktor penghambat penerapan rendam kaki air hangat garam dan serai untuk memberikan rasa nyaman pada pasien hipertensi derajat I dan II di RSUD Panembahan Senopati Bantul.

D. Ruang Lingkup

Studi kasus ini berfokus pada penerapan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai sebagai intervensi nonfarmakologis untuk memberikan rasa nyaman pada pasien hipertensi rawat inap, dengan tekanan darah sebagai indikator respons fisiologis. Subjek terdiri dari 2 (dua) pasien dewasa yang terdiagnosis hipertensi dan

menjalani perawatan di Ruang Bima RSUD Panembahan Senopati Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Intervensi dilaksanakan selama 3 hari berturut-turut, 1 kali perhari dengan durasi 15 menit menggunakan air hangat bersuhu 38°C yang dicampur 3sendok makan garam dan dua batang serai. Pengkajian kenyamanan dan pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah setiap implementasi. Studi kasus ini berada dalam lingkup keperawatan medikal bedah dengan pendekatan evidence-based nursing practice.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang keperawatan medikal bedah yang berkaitan dengan pengelolaan hipertensi melalui terapi komplementer.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa D3 Keperawatan

Hasil studi kasus ini diharapkan mahasiswa D3 Keperawatan dapat menerapkan terapi komplementer dalam praktik nyata rendam kaki dengan air hangat campuran garam dan serai terhadap penurunan tekanan darah.

b. Bagi Perawat Ruang Bima RSUD Panembahan Senopati Bantul

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat berfungsi sebagai pilihan alternatif intervensi keperawatan yang bisa

diimplementasikan untuk membantu mengelola tekanan darah pasien hipertensi.

c. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menyediakan informasi mengenai terapi pendamping yang aman, mudah, dan sederhana dan bisa dilakukan sendiri di rumah untuk membantu mengontrol tekanan darah.

d. Bagi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat berperan sebagai referensi dan menambah kepustakaan khususnya bagi akademisi jurusan keperawatan.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan bahan rujukan atau sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai implementasi perendaman kaki menggunakan air hangat yang dicampur garam dan serai pada individu dengan hipertensi.

F. Jurnal Pendukung

Studi kasus ini didukung oleh beberapa penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan tema, intervensi, maupun subjek dengan topik yang dikaji. Penelitian-penelitian tersebut dirangkum dalam Tabel 1. Jurnal Pendukung.

Tabel 1. Jurnal Pendukung

Peneliti	Judul	Metode	Hasil/ Kesimpulan
Penelitian yang dilakukan oleh Aldo, A., Gaghauna, E., & Santoso, B. Tahun, 2024	Perbandingan Efektivitas Lama Waktu Rendam Kaki Air Hangat Campur Serai dan Garam pada Lansia Hipertensi	Quasi Experiment dengan desain Two Group Pre-Post Test. Sampel: lansia hipertensi yang dibagi ke dalam dua kelompok perlakuan (rendam 15 menit dan 30 menit).	Kedua durasi rendam (15 dan 30 menit) terbukti efektif menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada lansia penderita hipertensi. Namun, rendam selama 30 menit menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan 15 menit, sehingga direkomendasikan sebagai durasi optimal dalam terapi non-farmakologis ini..
Penelitian yang dilakukan oleh Aisyah, N., & Imamah, I. Tahun, 2023	Penerapan Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam dan Serai pada Lansia Hipertensi di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang	Studi kasus (case study) dengan pendekatan asuhan keperawatan. Penerapan dilakukan secara langsung kepada pasien lansia di komunitas Desa Kaliwungu, Kabupaten Semarang.	Penerapan terapi rendam kaki air hangat yang dicampur garam dan serai selama beberapa sesi berhasil menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi di desa tersebut. Intervensi ini dinilai mudah dilakukan secara mandiri oleh pasien di rumah dan berpotensi menjadi pilihan terapi komplementer dalam penanganan hipertensi di komunitas.
Penelitian yang dilakukan oleh Octavia, M., Indaryati, S., & Daeli, N. Tahun, 2024	Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campur Garam dan Serai pada Pasien Hipertensi di Panti Werdha Dharma Bhakti Palembang	Studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan gerontik. Subjek adalah pasien lansia hipertensi yang tinggal di Panti Werdha Dharma Bhakti Palembang. Intervensi dilakukan selama beberapa hari berturut-turut dengan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah terapi.	Terapi rendam kaki air hangat yang dikombinasikan dengan garam dan serai terbukti efektif menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia hipertensi di panti werdha. Kandungan aktif pada serai (sitronelal dan geraniol) serta efek vasodilatasi dari air hangat berkontribusi pada relaksasi pembuluh darah dan

Peneliti	Judul	Metode	Hasil/ Kesimpulan
			penurunan tekanan darah secara signifikan.
Penelitian yang dilakukan oleh Nursyachlina, I., Pramestirini, R., & Faridah, V., 2025.	<i>The Effect of Warm Water Foot Soak Therapy with Salt, Lemongrass and Ar-Rahman Murottal on Blood Pressure in Hypertension Sufferers</i>	Quasi Experiment dengan pendekatan Pre-Post Test. Intervensi menggabungkan tiga komponen: rendam kaki air hangat + garam + serai, ditambah dengan terapi murottal Ar-Rahman sebagai stimulus relaksasi tambahan.	Kombinasi terapi rendam kaki air hangat dengan garam, serai, dan murottal Ar-Rahman terbukti lebih signifikan menurunkan tekanan darah dibandingkan terapi rendam kaki tanpa murottal. Penambahan murottal memberikan efek relaksasi tambahan melalui jalur psikospiritual, sehingga memperkuat efek vasodilatasi dari terapi fisik. Temuan ini membuka peluang integrasi terapi spiritual dalam penanganan hipertensi secara holistik.
Penelitian yang dilakukan oleh Kasmawati, 2024	<i>The Effectiveness of Warm Water Foot Baths Mixed with Salt and Lemongrass on Reducing Blood Pressure in Elderly People Aged 45-55 Years</i>	Metode kuantitatif quasi-experiment dengan desain pretest-posttest dengan intervention group, penelitian dilakukan terapi rendam kaki sebanyak 7x dalam 1 minggu setiap pagi selama 10-15 menit	Penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik signifikan setelah terapi rutin setiap pagi. Disimpulkan bahwa terapi ini efektif sebagai tindakan komplementer non-farmakologis pada hipertensi usia menengah.