

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg berdasarkan pada dua kali pengukuran bahkan lebih atau sedang mengkonsumsi obat anti hipertensi. Hipertensi sering kali tidak menunjukkan gejala sehingga menjadi pembunuh diam-diam (*the silent killer of death*) dan menjadi penyebab utama timbulnya penyakit jantung, stroke, ginjal dan kerusakan otak, bahkan sampai kematian (Brunner dan Suddart, 2017).

Keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian/mortalitas. Hipertensi salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah yang besar dan serius, karena prevalensi penyakit hipertensi yang tinggi dan cenderung meningkat (Dilianti, 2017).

Berdasarkan data hipertensi didunia pada tahun 2013 menurut *World Health Organization* (WHO) yaitu pada penduduk umur lebih dari 25 tahun mencapai lebih dari 1 milyar orang, hipertensi tertinggi di Afrika (46%) sedangkan prevalensi rendah di Amerika (35%), di wilayah Asia Tenggara 36% orang menderita hipertensi. Para peneliti memperkirakan bahwa tekanan darah tinggi hampir 9.4 juta kematian akibat kardiovaskuler setiap tahun (WHO, 2013)

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Departemen Kesehatan tahun 2013 menyatakan angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai sekitar 25.8% berdasarkan pengukuran tekanan darah. Prevalensi hipertensi di Indonesia, kelompok usia 55-64 tahun sebesar 45.9% pada kelompok usia 65-74 tahun sebesar 57.6% dan pada kelompok usia lebih dari 75 tahun sebesar 63.8%. Resiko hipertensi meningkat bemakna sejalan dengan bertambahnya usia mempunyai resiko tinggi terserang hipertensi (Riskesdas, 2013). Sedangkan hasil Riset Kesehatan Dasar

(Riskesdas) tahun 2015 oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kemenkes Republik Indonesia bahkan menunjukkan prevalensi hipertensi nasional sebesar 31.7%. Dari jumlah itu, 60% penderita hipertensi berakhir pada stroke, sedangkan sisanya pada jantung, gagal ginjal, dan kebutaan. Selain itu, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyatakan untuk angka kejadian hipertensi di Indonesia naik dari 31.7% menjadi 34.1%. Kenaikkan prevalensi penyakit hipertensi ini berhubungan dengan pola hidup antara lain merokok, konsumsi minuman alkohol, kurangnya aktivitas fisik, serta konsumsi sayur dan buah.

Data di Jawa Tengah yaitu jumlah penduduk beresiko (lebih dari 15 tahun) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2015 tercatat sebanyak 2.807.407 atau 11.03%. Presentasi penduduk yang dilakukan pemeriksaan tekanan darah tahun 2015 tertinggi di kota Salatiga sebesar 41.52% sebaliknya presentasi terendah pengukuran tekanan darah adalah Kabupaten Banjarnegara sebesar 0.83%. Kabupaten/kota dengan cakupan diatas rata-rata provinsi (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2015).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologis dan non-farmakologi. Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan menggunakan obat anti hipertensi untuk menurunkan tekanan darah Marliani dan Tantan, (2017) sedangkan pengobatan non-farmakologis merupakan pengobatan tanpa obat-obatan dengan merubah gaya hidup menjadi lebih sehat dan menghindari faktor yang dapat beresiko. Salah satu pengobatan non-farmakologis yang biasa digunakan oleh masyarakat salah satunya dengan mentimun.

Terapi alternatif pengobatan hipertensi nonfarmakologis ada beberapa cara salah satunya, dapat menerapkan mentimun yang diharapkan dapat mengatasi permasalahan hipertensi. Disamping mengandung zat-zat yang bermanfaat bagi kesehatan, mentimun juga jauh lebih murah dan ekonomis jika dibandingkan dengan biaya pengobatan farmakologis dan mudah diperoleh di tengah-tengah masyarakat Ramdya Akbar, (2018). Salah satu pengobatan non-farmakologis selain menggunakan mentimun penelitian yang baru menggunakan rendam kaki

dengan menggunakan air hangat campuran garam dan serai. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wulandari, (2016). pada penderita hipertensi didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistolik 140 sampai lebih dari sama dengan 180 mmHg dan diastolik kurang dari 80 sampai lebih dari sama dengan 110 mmHg.

Terapi rendam kaki (hidroterapi kaki) ini juga membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen yang dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan. Perbaikan sirkulasi darah juga memperlancar getah bening sehingga membersihkan tubuh dari racun. Orang-orang yang menderita berbagai penyakit seperti reumatik, radang sendi, linu panggul, sakit punggung, insomnia, kelelahan, stress, sirkulasi darah yang buruk (hipertensi), nyeri otot, kram dan kaku terapi rendam air (hidroterapi) bisa digunakan untuk meringkankan masalah tersebut (Wulandari, 2016).

## **B. Luaran**

Luaran yang dapat dihasilkan pada laporan ilmiah Tugas Akhir ini adalah media *booklet* tentang rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai untuk penderita hipertensi.

## **C. Tujuan Luaran**

Adanya booklet ini bertujuan untuk menambah pengetahuan atau informasi terhadap orang yang menerima informasi dan orang yang mempraktekkan tentang rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai untuk penderita hipertensi.

## **D. Manfaat Luaran**

*Booklet* ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

### 1. Bagi Masyarakat

Diharapkan *booklet* ini dapat memberikan informasi untuk meningkatkan pengetahuan dan penderita hipertensi dapat

mempraktekkan tentang rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai.

2. Bagi Penulis

Menambah ilmu pengetahuan dan memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan dalam tatanan pelayanan keperawatan melalui pemberian *booklet* tentang rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai.

3. Bagi Institusi

Menambah sumber bacaan dan pengetahuan bagi pembaca di perpustakaan serta sebagai informasi ilmiah mengenai pentingnya rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai dengan media *booklet*.