

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi menjadi penyebab kematian paling banyak kedua setelah stroke. Seseorang yang dikatakan hipertensi merupakan suatu keadaan seseorang yang mengalami peningkatan tekanan darah tinggi yang mencapai angka sistolik lebih dari 140 mmhg dan angka diastol lebih dari 90 mmhg (Nesa & Novita, 2021).

Populasi orang dewasa yang menderita hipertensi diseluruh dunia diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Kurang dari separuh orang dewasa (42%) penderita hipertensi didiagnosis dan diobati. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengendalikannya (WHO, 2023).

Persentase hipertensi diambil dari data profil Jawa Tengah tahun 2021 sebesar 37,57 persen. Prevalensi hipertensi pada perempuan (40,17 persen) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (34,83 persen). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11 persen) dibandingkan dengan perdesaan (37,01 persen). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur. Jumlah estimasi penderita hipertensi berusia >15 th tahun 2021 sebanyak 8.700.512 orang atau sebesar 30,4 persen dari seluruh penduduk berusia >15 tahun (Dinkes, 2021).

Prevalensi kasus hipertensi Dinas Kesehatan Kota Surakarta didapatkan peningkatan kejadian hipertensi pada tahun 2023 mencapai 67.355 kasus. Sementara kejadian tertinggi pada kasus hipertensi terjadi di Wilayah Sibela dengan total kasus 6.778.

Hipertensi dapat ditangani secara farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi merupakan terapi yang menggunakan obat-obatan. Terapi ini dijadikan sebagai terapi utama karena penderita hipertensi tidak bisa disembuhkan.

Sedangkan terapi non-farmakologi ini dijadikan sebagai pelengkap dalam pemberian obat atau suplemen. Penderita hipertensi bisa menggunakan alternatif sebagai tindakan kemandirian secara rutin dengan menggunakan metode yang lebih murah, bahan mudah didapatkan, mudah diingat, serta terapi ini bisa dibantu oleh keluarga, yaitu dengan hidroterapi terapi rendam kaki menggunakan air hangat (Nurmaulina & Hadiyanto, 2021).

Terapi rendam kaki dengan air hangat adalah terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10- 15 cm diatas mata kaki menggunakan air hangat. Secara ilmiah terapi merendam kaki dengan air hangat dapat memperbaiki mikrosirkulasi pembuluh darah dan vasodilatasi. Efek dari rendam kaki menggunakan air hangat menghasilkan energi kalor yang bersifat mendilatasi pembuluh darah dan melancarkan peredaran darah juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf parasimpatis, sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah. Panas dari hidroterapi dengan menggunakan air hangat digunakan untuk meningkatkan aliran darah, dengan melebarkan pembuluh darah yang dapat meningkatkan suplai oksigen dan nutrisi pada jaringan (Shinta & Siti, 2022).

Keuntungan dan manfaat hidroterapi yaitu meningkatkan kelenturan jaringan otot ikat, kelenturan pada struktur otot, mengurangi nyeri, dan memberikan pengaruh pada system pembuluh darah, efek panas/hangat dapat mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah. Respon hangat dipergunakan untuk keperluan respon relaksasi yang memberikan rasa hangat pada kulit dapat merangsang hormone endoprin untuk menimbulkan rasa rileks dan mengurangi stress.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Atti & Purnawadi, (2023) didapatkan kesimpulan yang signifikan hidroterapi terhadap tekanan darah penderita hipertensi. Dan pada penelitian Nazaruddin et al., (2021) juga efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Pada penelitian Eva & Ni (2022)

dapat disimpulkan terdapat pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap penderita hipertensi.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada hari Rabu 7 februari 2024 dengan petugas Puskesmas Sibela didapatkan hasil kasus penderita hipertensi tertinggi diwilayah Surakarta dengan total mencapai 6.778 kasus. Dan hasil pemeriksaan yang dilakukan terhadap 10 responden lansia di Desa Mipitan Kelurahan Mojosongo didapatkan hasil 7 orang diantaranya menderita hipertensi, 2 orang termasuk prehipertensi, dan 1 orang normal. Dari 10 responden yang telah diwawancarai ternyata semua belum mengetahui bagaimana cara mengatasi hipertensi dengan hidroterapi. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penerapan tentang “Penerapan hidroterapi dalam upaya menurunkan tekanan darah penderita hipertensi di Desa Mipitan Kelurahan Mojosongo”

B. Rumusan Masalah

“Bagaimanakah perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan hidroterapi pada penderita hipertensi? ”

C. Tujuan

1. Tujuan umum
Mendeskripsikan hasil penerapan hidroterapi pada penderita hipertensi di Desa Mipitan Kelurahan Mojosongo.
2. Tujuan khusus
 - a. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sebelum penerapan hidroterapi pada penderita hipertensi di Desa Mipitan Kelurahan Mojosongo
 - b. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sesudah penerapan hidroterapi pada penderita hipertensi di Desa Mipitan Kelurahan Mojosongo
 - c. Mendeskripsikan perbandingan perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah penerapan hidroterapi pada penderita hipertensi di Desa Mipitan Kelurahan Mojosongo.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi masyarakat

Hasil penerapan metode ini sebagai masukan bagi masyarakat bahwa Hidroterapi dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan terapi non farmakologi yang tepat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Bagi penderita hipertensi

Hasil implementasi penerapan hidroterapi pada penderita hipertensi diharapkan dapat menambah informasi dan pengetahuan terutama bagi penderita hipertensi sebagai salah satu metode untuk menurunkan tekanan darah.

3. Bagi Universitas 'Aisyiyah Surakarta

- a. Diharapkan dengan hasil penerapan hidroterapi ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan untuk institusi kesehatan tentang penerapan hidroterapi pada tekanan darah penderita hipertensi
- b. Diharapkan dengan terapi ini dapat diterapkan dalam ilmu kesehatan sebagai pengobatan Non-Farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

4. Bagi penulis

Kegiatan penerapan hidroterapi ini dapat dijadikan sebagai pengalaman baru yang berharga bagi penulis dalam upaya meningkatkan kemampuan penulis dalam mengembangkan ilmu yang telah didapat dan dapat memberikan gambaran mengenai hasil penerapan hidroterapi dalam upaya menurunkan tekanan darah penderita hipertensi.