

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi dikenal sebagai salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan salah satu faktor resiko utama seseorang mengalami masalah kesehatan lain yang lebih berbahaya seperti penyakit kardiovaskuler yaitu gagal jantung, gagal ginjal dan stroke yang mana beberapa penyakit tersebut menjadi penyebab kematian utama didunia (Arum et al. 2019). Secara umum hipertensi menurut (Tomayahu et al. 2023), kondisi tekanan darah tidak normal yang tekanan sistoliknya 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat mengarah pada komplikasi yang mana dapat menyebabkan kerusakan organ pada seseorang bahkan juga dapat mengakibatkan kematian (Farida et al. 2021).

Berdasarkan data WHO terkait dengan prevalensi hipertensi secara global menunjukkan sebesar 22% dari total dari jumlah keseluruhan penduduk di dunia. Dari jumlah penderita secara keseluruhan hanya seperlima jumlah penderita yang melakukan pengendalian terhadap riwayat hipertensi yang diderita. Prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% terdapat di wilayah Afrika, kemudian diikuti oleh Mediterania Timur pada urutan selanjutnya yaitu dengan prevalensi hipertensi sebesar 26%, dan Asia Tenggara berada di posisi ke-3 dengan prevalensi sebesar 25% terhadap keseluruhan total penduduk (Gabriella 2022).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) menyatakan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia yaitu sebesar 34,1% angka ini lebih tinggi dibandingkan angka tekanan darah tinggi pada Riskesdas 2013 sebesar 25,8%. Angka ini tergolong tinggi sehingga menempatkan Indonesia pada peringkat ke-5 dunia dalam jumlah kasus hipertensi. Penyakit hipertensi masih menempati proporsi terbesar dari seluruh PTM di Jawa Tengah tahun 2022 sebesar 29,3%. Angka

ini lebih tinggi dari tahun 2018 sebesar 15,14%. Sedangkan kota Surakarta menunjukkan prevalensi tertinggi ke-22 di Provinsi Jawa Tengah sebanyak 67.355 jiwa penderita hipertensi (Dinas Kesehatan Jawa Tengah 2022).

Data yang didapatkan pada penderita hipertensi di kota Surakarta saat ini sebanyak 67.355 jiwa, terdapat 17 puskesmas di kota (Dinas Kesehatan Kota Surakarta 2023). Berikut data hipertensi dari setiap Puskesmas di Kota Surakarta yaitu :

Tabel 1. 1 Data Hipertensi di Puskesmas Kota Surakarta Tahun 2023

	PUSKESMAS	JUMLAH
1	Pajang	5840
2	Penumping	2784
3	Purwosari	3661
4	Jayengan	3593
5	Kratonan	2739
6	Gajahan	3713
7	Sangkrah	5580
8	Purwodiningrat	3226
9	Ngoresan	3903
10	Sibela	6778
11	Pucangsawit	3913
12	Nusukan	3635
13	Manahan	2508
14	Gilingan	3223
15	Banyuanyar	3957
16	Setabelan	1551
17	Gambirsari	6751

Sumber : (Dinas Kesehatan Kota Surakarta 2023)

Dari data Data Dinas Kesehatan Kota Surakarta tahun 2023 menunjukkan bahwa Puskesmas yang memiliki prevalensi tertinggi kasus hipertensi yaitu Puskesmas Sibela yang terletak di Kelurahan Mojosongo yang berjumlah 6.778 jiwa. Setelah melakukan Studi Pendahuluan di Puskesmas Sibela bahwa yang mengalami hipertensi yang tercatat di pelayanan kesehatan sejumlah 1.191 jiwa.

Di lingkungan masyarakat saat mengalami hipertensi biasanya akan timbul keluhan seperti sakit kepala, kelelahan, emosional, telinga berdengung, sulit tidur, tengkuk terasa berat, mual, muntah, sesak napas, gelisah, pandangan mata kabur, berkunang-kunang, nyeri kepala bagian belakang dan di dada, otot lemah, terjadi pembengkakan di kaki, keringat berlebih, denyut jantung meningkat, dan bahkan mimisan (Ayuningtyas et al. 2023).

Faktor penyebab terjadinya hipertensi menurut (Wiranto et al. 2023), menyebabkan kerusakan arteri aneurisma, kerusakan jantung, gagal jantung, kerusakan otak, gagal ginjal, kerusakan mata, dan lainnya. Hipertensi sering dianggap remeh oleh sebagian orang, bahkan ketika seseorang telah mengetahui bahwa dirinya mengidap hipertensi, mereka tetap tidak merubah pola hidup seperti merokok, minum-minuman beralkohol, terlalu banyak mengonsumsi garam, dan lainnya. Resiko darah tinggi jika tidak segera ditangani dapat menyebabkan penyakit serius yang mengancam jiwa, antara lain gagal jantung, gagal ginjal dan stroke bahkan bisa menyebabkan kematian.

Penatalaksanaan hipertensi menurut (Bariyah et al. 2021), dapat dilakukan dengan dua metode yaitu metode farmakologi dan metode non farmakologi. Metode farmakologi merupakan sebuah metode yang dilakukan dengan cara menggunakan obat-obatan medis sedangkan metode secara non farmakologis, dilakukan dengan beberapa cara yaitu mengubah gaya hidup sehat seperti diet rendah garam, olahraga dan tidak merokok, dan terapi rendam air hangat dengan campuran garam pada temperature 39-40°C. Salah satu metode non farmakologi dalam penatalaksanaan hipertensi yang dapat dilakukan yaitu dengan cara terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam. Terapi ini bertujuan untuk menghilangkan stress, mengurangi nyeri otot, meringankan rasa sakit, meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, menyetatkan jantung, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Fitriana et al. (2021).

Penelitian dari (Tomayahu et al. 2023) bahwa rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam yang dilakukan secara rutin dapat terjadi penurunan darah, karena terdapat efek yang bersifat melancarkan peredaran darah dan juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan syaraf parasimpatis, sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Uliya et al. 2020) menjelaskan bahwa metode rendam kaki air hangat dengan campuran garam ini dapat menjaga keseimbangan antara natrium diluar sel dan kalium didalam sel jika kadar natrium tersebut di dalam tubuh. Hormon aldesteron menjaga agar konsentrasi natrium di dalam darah pada nilai normal. Keseimbangan cairan juga akan terganggu bila seseorang kehilangan natrium dan air akan memasuki sel untuk mengencerkan natrium dalam sel sehingga cairan ekstraseluler menurun. Sehingga dengan menggunakan metode rendam kaki air hangat dengan campuran garam dapat menurunkan tekanan darah.

Hasil Penelitian sebelumnya oleh (Tomayahu et al. 2023) menggunakan bahwa terapi rendam kaki menggunakan garam yang terdiri dari 2 liter air hangat dengan suhu 40°C dan garam 20 mg diberikan selama 7 hari berturut-turut setiap pagi dilakukan selama 15 menit membuktikan efektif untuk menurunkan tekanan darah dan memberikan efek rileks. Sehingga, dapat direkomendasikan sebagai salah satu terapi untuk menurunkan tekanan darah di masyarakat. Untuk menurunkan hipertensi dengan cara mudah menggunakan terapi campuran garam. Berdasarkan penelitian (Fitrina et al. 2021) menunjukkan hasil penerapan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Bukit Tinggi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di bulan Mei tahun 2024 kepada 10 warga di Kelurahan Mojosongo yang menderita hipertensi menyatakan bahwa 7 warga mengatasi hipertensi biasanya dilakukan dengan cara berobat ke dokter untuk mendapatkan obat dan 3 warga mengatasi hipertensi biasanya hanya di buat istirahat. Sedangkan untuk metode non farmakologis dilakukan dengan cara menjaga pola makan yang rendah garam. Warga juga menyatakan bahwa belum mengetahui metode non farmakologis yang lain seperti terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Kelurahan Mojosongo”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka didapatkan rumusan masalah yaitu “Bagaimanakah hasil pengukuran tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan rendam kaki air hangat dengan campuran garam di Kelurahan Mojosongo?”.

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mendeskripsikan hasil implementasi rendam kaki air hangat dengan campuran garam sebagai upaya penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sebelum di lakukan penerapan rendam kaki air hangat dengan campuran garam.
- b. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sesudah di lakukan rendam kaki air hangat dengan campuran garam.

- c. Mendeskripsikan perbandingan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan rendam kaki air hangat dengan campuran garam pada kedua responden.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Masyarakat

Hasil penerapan metode ini sebagai masukan bagi masyarakat bahwa terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan terapi non farmakologis yang tepat bagi penderita hipertensi.

2. Bagi Penderita Hipertensi

Dapat memberikan informasi dan keterangan secara lengkap, jelas, dan benar mengenai pengaruh pemberian terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam untuk menurunkan hipertensi.

3. Bagi Penulis

Mendapat pengetahuan mengenai penurunan hipertensi dengan menerapkan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam.