

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit atau masalah kesehatan di seluruh belahan dunia dan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Hipertensi biasanya disebut sebagai *silent killer* atau diam-diam yang dapat menyebabkan seseorang menjadi mati secara mendadak akibat hipertensi. Hal ini terjadi karena hipertensi atau penyakit yang disebabkan oleh hipertensi. Penyakit hipertensi juga merupakan *the silent disease* karena orang tidak mengetahui dirinya terkena hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya (Sombili et al. 2023).

Menurut *World Health Organization* (2021) hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Meningkatnya prevalensi hipertensi menyebabkan lebih banyak kematian setiap tahunnya dan meningkatkan risiko komplikasi terutama pada lansia. Diperkirakan angka kejadian hipertensi di seluruh dunia ada sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun menderita hipertensi. Selain itu, sekitar 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi, sementara itu hanya 1 dari 5 atau (21%) orang dewasa dengan hipertensi yang dapat mengatur gaya hidup mereka melalui gaya hidup sehat.

Data hipertensi di Indonesia menunjukkan bahwa kecenderungan peningkatan prevalensi hipertensi, penatalaksanaan hipertensi di Indonesia umumnya telah dilaksanakan diberbagai tingkatan fasilitas kesehatan baik primer maupun sekunder (Kemenkes RI, 2020). Hal ini sejalan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018; Maulidah, 2022) menunjukkan bahwa angka prevalensi hipertensi di Indonesia secara Nasional adalah 34,1%, jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas tahun 2013 25,8% menunjukkan adanya peningkatan angka prevalensi sebesar 8,3%. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan usia mengalami peningkatan yang cukup banyak sekitar 30-40% pada orang dewasa dan meningkat prevalensinya seiring bertambahnya usia, dimana diketahui terdapat >60% orang dewasa mengalami hipertensi (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2021, kasus hipertensi sebesar 37,57%, prevalensi hipertensi pada Perempuan (40,17%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (38,83%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11%) dibandingkan dengan perdesaan (37,01%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan usia. Angka prevalensi kabupaten/kota dengan penderita hipertensi tertinggi didapatkan di Semarang dengan presentase 99,6%, dan terendah di Grobongan dengan presentase 8,6%. Data penderita hipertensi di Surakarta dengan angka presentase sebesar 20,5% dan data yang didapatkan di Puskesmas Kratonan pada tahun 2023 angka penderita hipertensi berusia ≥ 15 di Kelurahan Joyotakan sebesar 631. Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi hipertensi pada perempuan sebanyak 320 lebih besar dari laki-laki sebanyak 311 di Kelurahan Joyotakan RT 02/ RW 01 Kecamatan Serengan, Kota Surakarta sebanyak 24 orang menderita hipertensi.

Faktor yang menyebabkan tingginya penderita hipertensi menurut *World Health Organization* (2021) usia yang lebih tua dan faktor genetik dapat meningkatkan risiko terkena tekanan darah tinggi, namun ada faktor risiko yang dapat dimodifikasi seperti konsumsi makanan tinggi garam, tidak aktif secara fisik, dan terlalu banyak minum alkohol juga salah satu pemicu meningkatkan risiko hipertensi. Apabila kondisi hipertensi tidak segera ditangani maka akan berdampak dengan timbulnya penyakit lain seperti, stroke, serangan jantung, gagal jantung, kerusakan ginjal dan penyakit lainnya. Penyakit ini tidak menimbulkan gejala, sehingga banyak kasus dimana seseorang menderita tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol karena tidak merasakan kesakitan, meskipun penderita hipertensi tidak menunjukkan gejala atau keluhan tertentu, namun terdapat keluhan yang spesifik, gejala yang dirasakan oleh penderita hipertensi menurut (Kemenkes RI, 2021) yaitu sakit kepala, pusing, jantung berdebar-debar, rasa sakit di dada, gelisah, penglihatan kabur, dan mudah lelah.

Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua, yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Untuk farmakologi yaitu dengan pemberian obat penurun tekanan darah tinggi (antihipertensi) yang dimulai dari dosis rendah terlebih dahulu, selanjutnya ditingkatkan dengan dosis yang lebih besar. Obat-obat yang biasa

digunakan untuk menderit hipertensi yaitu, *diuretic*, *betablocker*, ACE-I, *Angiotensin Receptor Blockers* (ARBs), *Direct Renin Inhibitors* (DRI), *Calcium Channel Blockers* (CCBs), dan *Alpha-blockers* (*bloker alfa*). Terapi nonfarmakologis yang sering digunakan adalah membatasi asupan garam, diet hipertensi, penurunan berat badan, olahraga rutin, berhenti merokok (Marni et al. 2023).

Kombinasi terapi hipertensi dengan holistic terapi, salah satunya dengan terapi rendam kaki menggunakan air hangat. Rendam kaki menggunakan air hangat adalah terapi komplementer yang saat ini digunakan untuk penurunan tekanan darah yang dapat dilakukan setiap saat. Terapi rendam kaki dengan air hangat ini 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 kolor yang bersifat *medilatasi* pembuluh darah dan melancarkan peredaran darah juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf *parasimpatis*, sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah (Permana et al, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arafah (2019), dengan judul penelitiannya yaitu “Pengaruh Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pattalassang Kab. Takalar” didapatkan hasil terdapat pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Biahimo et al (2020) diperoleh hasil adanya perubahan yang signifikan terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap tekanan darah pada orang dewasa penderita hipertensi.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 25 Januari 2024 wawancara dengan 5 orang dewasa di RT 02/ RW 01 Kelurahan Joyotakan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta mengatakan mengalami pusing dan nyeri dibagian belakang kepala kurang lebih sudah 1-2 tahun dengan riwayat hipertensi. Hasil dari wawancara dengan 5 orang dewasa didapatkan 3 dari 5 orang dewasa mengatakan rutin melakukan cek tekanan darah di Puskesmas dan rutin

mengonsumsi obat anti hipertensi. Terapi yang diketahui oleh ke lima orang dewasa saat ini untuk menangani penyakit hipertensi/tekanan darah tinggi yaitu dengan meminum obat, dari ke lima orang dewasa mengatakan belum mengetahui jika terapi rendam kaki air hangat memiliki manfaat untuk menurunkan tekanan darah tinggi dan belum pernah melakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik melakukan penerapan mengenai “Penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Hipertensi Di Kelurahan Joyotakan”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti Menyusun rumusan masalah yaitu “Bagaimana penerapan dari terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap tekanan darah pada hipertensi di Kelurahan Joyotakan?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap tekanan darah pada hipertensi di Kelurahan Joyotakan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dilakukan penerapan rendam kaki menggunakan air hangat di Kelurahan Joyotakan.
- b. Mendeskripsikan tekanan darah pada hipertensi setelah dilakukan penerapan rendam kaki menggunakan air hangat di Kelurahan Joyotakan.
- c. Mendeskripsikan perkembangan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan penerapan rendam kaki menggunakan air hangat di Kelurahan Joyotakan.
- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penerapan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan Masyarakat tentang terapi komplementer yang dapat dilakukan dengan mudah untuk menurunkan tekanan darah pada hipertensi yaitu terapi rendam kaki menggunakan air hangat.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Hasil dari intervensi diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan dan penerapan hasil pendidikan informasi serta pengetahuan khususnya dalam keperawatan Gerontik.

3. Bagi Penulis

Mampu mengembangkan ilmu riset, serta mampu memberikan asuhan keperawatan kepada pasien hipertensi dan dapat menerapkan terapi nonfarmakologis dan terapi komplementer dalam upaya penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan penerapan rendam kaki menggunakan air hangat.