

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan gangguan sistem sirkulasi darah yang dapat menyebabkan tekanan darah meningkat melampaui batas normal atau keadaan dimana peningkatan tekanan darah di dalam pembuluh arteri (Musakkar & Djafar, 2020). Hipertensi adalah penyakit kelainan jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah. Secara umum hipertensi menurut (Fildayanti et al., 2020) keadaan perubahan dimana tekanan darah meningkat secara kronik. tanpa gejala dimana tekanan yang abnormal tinggi didalam pembuluh darah arteri.

Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi hipertensi mencapai 33% pada tahun 2023 dan dua pertiga diantaranya berada di negara miskin dan berkembang (WHO, 2023). Di Indonesia menunjukkan adanya *trend* peningkatan prevalensi hipertensi pada kelompok umur ≥ 18 tahun, prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34,1% (Kemenkes RI, 2023). Hipertensi tertinggi di Indonesia berada di provinsi Kalimantan Selatan yang mencapai 44,1%, sementara tingkat terendah terdapat di Papua, yaitu 22,2% (Statistic, 2020). Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah mencapai 37,57%. Pada tahun 2023 prevalensi hipertensi tertinggi di Jawa Tengah berada di kota Magelang dengan jumlah 43.053 kasus (Dinkes Jateng, 2023). Sementara itu angka kejadian hipertensi di Wilayah Kota Surakarta pada tahun 2023 sebanyak 67.355 kasus. Di Kota Surakarta terdapat 3 puskesmas dengan kasus tertinggi hipertensi. Tertinggi pertama yaitu Puskesmas Sibela sebanyak 6.778 kasus, tertinggi kedua yaitu Puskesmas Gambirsari sebanyak 6.751 kasus, dan tertinggi ketiga yaitu Puskesmas Pajang sebanyak 5.840 kasus (Dinas Kesehatan Kota Surakarta, 2023).

Hipertensi sering disertai dengan berbagai keluhan, seperti sakit kepala, kelelahan, emosi yang tidak stabil, kesulitan tidur, rasa berat di

tengkuk, mual, gelisah, penglihatan kabur, kelemahan otot, pembengkakan pada kaki, peningkatan denyut jantung, serta mimisan (Youlastri, 2023). Menurut (Wiranto et al., 2023), hipertensi dapat memicu komplikasi, seperti kerusakan arteri yang berisiko menyebabkan aneurisma, gangguan pada jantung yang berujung pada gagal jantung, kerusakan otak, gagal ginjal, serta gangguan penglihatan. Namun, banyak orang yang mengabaikan penyakit ini, bahkan setelah mengetahui bahwa mereka mengidap hipertensi. Gaya hidup yang tidak sehat, seperti merokok, konsumsi alkohol, dan asupan garam yang berlebihan, sering kali tetap dilakukan. Jika tidak ditangani dengan baik, tekanan darah tinggi dapat berkembang menjadi penyakit yang lebih berbahaya, seperti gagal jantung, gagal ginjal, stroke, dan bahkan berisiko menyebabkan kematian.

Penatalaksanaan hipertensi menurut (Bariyah & Nurpratiwi, 2021) dapat dilakukan melalui dua pendekatan yaitu farmakologis dan non-farmakologis. Pendekatan farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan medis, seperti golongan diuretik, penghambat adrenergic, ACE-inhibitor, angiotensin-II bloker, angiotensin kalsium dan vasodilator (Betrix, 2022). Namun dengan mengkonsumsi obat-obatan tertentu dalam jangka waktu yang lama akan mengalami efek samping dari terapi farmakologis seperti merusak hati dan ginjal apabila digunakan dalam jangka waktu yang panjang (Kusumawardani et al., 2020).

Penatalaksanaan hipertensi secara non-farmakologis dilakukan dengan cara gaya hidup yang sehat, seperti diet rendah garam, rutin berolahraga, tidak merokok, serta hidroterapi. Salah satu penatalaksanaan hidroterapi dilakukan dengan cara rendam kaki air hangat dengan campuran garam. Rendam kaki merupakan metode terapi yang memanfaatkan air untuk membantu melancarkan peredaran darah pada kaki. Terapi ini menggunakan air hangat yang memberikan efek biologis hangat sehingga dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah. Secara fisiologis

respon tubuh terhadap panas menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan pembekuan darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas (Fildayanti et al., 2020). Air garam memiliki efek fisiologis pada tubuh jika dilakukan secara rutin. Rendam kaki air hangat campuran garam dapat memperlancar peredaran darah dan memberikan efek relaksasi sehingga tubuh menjadi lebih rileks dan keseimbangan tubuh dapat terjaga dengan baik. Selain itu, kandungan garam dalam ruang ekstraseluler, seperti natrium (Na) dan klorida (Cl), berperan penting dalam mengatur tekanan osmotik serta menjaga tekanan darah dalam kondisi normal (Irawan et al., 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di bulan Maret tahun 2025 di Puskesmas Sibela bahwa penderita hipertensi yang tercatat di pelayanan kesehatan pada tahun 2024 sejumlah 6.326 jiwa. Peneliti melakukan wawancara pada penderita hipertensi di Kelurahan Mojosongo kepada 10 warga yang mengalami hipertensi. Hasil wawancara didapatkan data: 6 warga mengalami hipertensi derajat 1 dan 4 warga mengalami hipertensi derajat 2. Dari 10 warga yang mengalami hipertensi didapatkan 8 warga mengatasi hipertensi dengan cara berobat ke dokter untuk mendapatkan obat dan 2 warga mengatasi hipertensi biasanya hanya di buat istirahat. Warga juga mengatakan bahwa belum mengetahui adanya terapi komplementer yang dilakukan untuk menurunkan tekanan darah seperti terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam. Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam Pada Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Sibela Surakarta”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka peneliti dapat memperoleh rumusan masalah yaitu “Bagaimana Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam Pada Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Sibela Surakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi sebelum dan sesudah rendam kaki air hangat campuran garam pada tekanan darah penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan terhadap tekanan darah sebelum penerapan rendam kaki air hangat campuran garam pada tekanan darah penderita hipertensi
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan terhadap tekanan darah sesudah penerapan rendam kaki air hangat campuran garam pada tekanan darah penderita hipertensi
- c. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 (dua) responden sebelum dan sesudah penerapan rendam kaki air hangat campuran garam pada tekanan darah penderita hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan informasi masyarakat khususnya penderita hipertensi dalam menangani tekanan darah dengan cara menerapkan rendam kaki air hangat campuran garam secara mandiri.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang penerapan rendam kaki air hangat campuran garam pada tekanan darah penderita hipertensi.

- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan rendam kaki air hangat campuran garam pada tekanan darah penderita hipertensi.
3. Bagi Penulis

Penelitian ini untuk memperoleh pengalaman dalam melakukan riset keperawatan di tatanan pelayanan masyarakat, khususnya penelitian tentang Penerapan rendam kaki air hangat campuran garam pada tekanan darah penderita hipertensi di Puskesmas Sibela Surakarta.