

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi secara umum dapat dijelaskan sebagai kondisi dimana tekanan sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan diastolik melewati 90 mmHg. Tekanan darah seseorang secara alami berubah-ubah sepanjang hari. Kondisi tekanan darah hanya menjadi isu ketika tekanan darah tersebut tetap tinggi. Kondisi ini menyebabkan sistem peredaran darah dan organ yang mendapatkan pasokan darah (termasuk jantung dan otak) menjadi tertekan (Tomayahu et al., 2023).

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Penderita hipertensi diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia. Selain itu diperkirakan terdapat 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. penderita hipertensi yang terdiagnosis dan telah dilakukan pengobatan didapatkan sekitar 42%. Sedangkan hanya 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengontrol pola hidupnya. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (World Health Organization, 2023).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, jumlah penduduk Indonesia mencapai 280,73 juta jiwa serta terdapat 638.178 jiwa penduduk Indonesia menderita hipertensi pada usia di atas 15 tahun. Prevalensi Data pada Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2023 memperlihatkan provinsi Jawa Tengah menempati penyakit hipertensi terbesar dari seluruh penyakit tidak menular, yaitu 76,5%. Hasil pengukuran tekanan darah (diatas 15 tahun) terdapat 8,5 juta orang atau sebesar 29,3% dinyatakan mengidap tekanan darah tinggi (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2023).

Akibat yang ditimbulkan jika hipertensi tidak diobati dengan benar dan terus berlanjut adalah dapat menyebabkan stroke, serangan jantung dan

merupakan penyebab primer gagal ginjal kronis. Penanganan tekanan darah tinggi yang memadai diperlukan untuk menghindari komplikasi dan secara kasar dibagi menjadi dua bagian, yaitu farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis hipertensi memerlukan penggunaan berbagai jenis obat, yaitu angiotensin-converting enzyme (ACE), *beta-blocker*, *direct renin inhibitor*, dll (Heni & Syifaa, 2021).

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. Penderita hipertensi bisa menggunakan alternatif sebagai tindakan mandiri 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).

Hydrotherapy merupakan metode pengobatan menggunakan air untuk mengobati atau meringankan kondisi yang menyakitkan mengandalkan pada respon-respon tubuh terhadap air. Hidroterapi rendam air hangat merupakan salah satu jenis terapi alamiah yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung, mengendorkan otot-otot, menghilangkan stress, nyeri otot, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, memberikan kehangatan pada tubuh. Sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada hipertensi (Kristiningtyas, 2023).

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.

Penggunaan video sebagai media edukasi sangat cocok untuk penderita hipertensi. Video memberikan kemudahan dalam menyampaikan informasi secara visual dan auditori, yang mempermudah untuk memahami dan menerapkan hidroterapi rendam kaki air hangat dengan jelas. Video juga memungkinkan mereka untuk menonton dan mengulang kapan saja dan di mana saja, mengatasi keterbatasan waktu dan tempat. Yang digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan dapat melalui berbagai macam cara yaitu dengan menggunakan metode audiovisual (video), ceramah, diskusi kelompok, curah pendapat, panel untuk memberikan edukasi dalam peningkatan pengetahuan masyarakat. Penyerapan informasi dapat dipengaruhi oleh pemanfaatan media audiovisual akan membantu peserta untuk menyerap informasi melalui respon panca indra (Yuliani et al., 2022).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka pengembangan media komunikasi informasi dan Edukasi (KIE) dapat dikemas melalui video hidroterapi (rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Video memberikan pengaruh positif dan kemajuan sebagai salah satu kemajuan teknologi bagi manusia dan kebayaannya, dengan adanya video individu tidak lagi kesulitan untuk mendapatkan berbagai informasi, pengetahuan dan hiburan . Media video merupakan bahan pembelajaran tampak dengar (audio-visual) yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan atau materi pembelajaran.

Tujuan pembuatan media video ini adalah untuk media edukasi kepada masyarakat, dengan fokus khusus pada penderita hipertensi, mengenai hidroterapi (rendam kaki air hangat) sebagai alternatif terapi nonfarmakologi untuk mengontrol tekanan darah. Melalui video, peneliti berharap dapat menyampaikan informasi yang jelas dan mudah, agar mereka dapat melakukan penerapan hidroterapi secara rutin untuk memperoleh manfaat kesehatan yang optimal, khususnya dalam pengelolaan hipertensi. Selain itu, video memungkinkan penderita hipertensi untuk mengakses informasi kapan saja dan di mana saja, mengatasi kendala waktu dan jarak. Dengan adanya video yang menggambarkan teknik menurunkan tekanan darah dengan cara rendam kaki

air hangat secara langsung, dapat mengikuti dan mengulang teknik yang benar sesuai dengan kebutuhan mereka. Selain itu, penggunaan media video juga lebih menarik dan mudah dipahami, sehingga diharapkan dapat meningkatkan motivasi untuk melakukan teknik rendam kaki air hangat secara rutin dan berkelanjutan, yang pada gilirannya dapat membantu mengurangi tekanan darah mereka dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.