

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Hipertensi menurut *World Health Organization* (WHO) adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah sistolik  $\geq$  140 mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq$  90 mmHg) yang menetap. Tekanan darah adalah kekuatan darah untuk melawantekanan dinding arteri ketika darah tersebut dipompa oleh jantung ke seluruh tubuh. Semakin tinggi tekanan darah maka semakin keras jantung bekerja (WHO, 2013).

Penyakit darah tinggi atau Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang ditunjukkan oleh angka *systolic* (bagian atas) dan *diastolic* (bagian bawah) pada pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa (*sphygmomanometer*) ataupun alat ukur tensi digital lainnya (Herlambang, 2013).

Berdasarkan data WHO tahun 2014 mengungkapkan bahwa prevalensi penderita hipertensi yaitu 4 dari 10 jumlah penduduk, dua pertiga dari jumlah tersebut adalah lansia yang berusia lebih dari 60 tahun. Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki angka hipertensi cukup tinggi yaitu sebanyak 272.350 orang (26,5%) dari 1.027.736 orang yang diambil sebagai sampel Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2012. Dari jumlah tersebut dua pertiga penduduk berusia lanjut (lansia). Prevalensi hipertensi di kalangan lansia cukup tinggi, yaitu sekitar 40% dengan kematian 50% diatas umur 60 tahun (Kemenkes, 2013).

Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Kota Surakarta tahun 2016, penyakit hipertensi masuk pada 10 besar penyakit di Puskesmas. Jika dilihat berdasarkan penyakit tidak menular maka menempati urutan pertama. Kasus yang ditemukan pada tahun 2016 dari laporan Puskesmas sebanyak 59.028 kasus hipertensi. Terjadi peningkatan jika dibandingkan dengan jumlah kasus tahun 2015 sebanyak 52.637 kasus. Hal ini perlu mendapat perhatian apakah

peningkatan tersebut karena pengelolaan penyakit yang sudah baik karena adanya Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) ataukah karena banyak yang putus pengobatan. Ini menunjukkan bahwa pola penyakit degeneratif perlu mendapatkan perhatian yang serius dari semua pihak (Profil Dinkes Kota Surakarta, 2016)

Berdasarkan data Panti Lansia Aisyiyah Surakarta di dapatkan data pada tahun 2017 sampai dengan tahun 2018 menunjukkan adanya peningkatan, hal ini dapat dilihat dari laporan yang masuk di Panti Lansia Aisyiyah Surakarta. Dari hasil pengukuran tekanan darah pada tahun 2017 sebanyak 5 dari 30 orang dinyatakan hipertensi, pada bulan Januari tahun 2018 menjadi 9 dari 30 orang (Data Panti Lansia Aisyiyah Surakarta, 2018)

Hipertensi dapat diobati secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan secara farmakologis biasanya menggunakan obat-obatan yang mempunyai efek samping. Di Indonesia menunjukkan 60% menggunakan obat-obatan, 30% menggunakan herbal terapi dan 10% fisikalterapi. Pengobatan secara non farmakologis dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup yang lebih sehat dan melakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat yang bisa dilakukan setiap saat. Efek rendam kaki menggunakan air hangat sama dengan berjalan tanpa menggunakan alas kaki selama 30 menit (Santoso, 2015 dalam jurnal Harnani, 2017).

Penanganan secara non-farmakologis khususnya hidroterapi rendam hangat merupakan salah satu jenis terapi alamiah yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung, mengendorkan otot-otot, menghilangkan stres, meringankan kekakuan otot, nyeri otot, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada hipertensi. Prinsip kerja dari terapi ini adalah dengan menggunakan air hangat yang bersuhu 38-40°C selama 20-30 menit secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot. Terapi rendam kaki menggunakan air hangat ini

banyak manfaat, namun pada beberapa kasus menjadi kontraindikasi, yaitu pada kasus penyakit jantung dengan kondisinya yang parah, orang yang memiliki tekanan darah rendah serta penderita diabetes. Karena kulit pasien diabetes akan mudah rusak walaupun hanya dengan menggunakan air hangat (Damayanti, 2014;Harnani dan Axmalia, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 22 Maret 2018 di Panti Lansia Aisyiyah Surakarta, didapatkan 9 dari 30 lansia penderita hipertensi pada bulan Januari 2018. Dari 9 lansia yang menderita hipertensi, rata rata mengatakan bahwa selama ini hanya mengkonsumsi obat dan belum pernah mendapatkan terapi rendam kaki dengan air hangat.

Berdasarkan hasil uraian data diatas penulis tertarik melakukan penelitian tentang penerapan rendam kaki dengan air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Lansia Aisyiyah Surakarta.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini “Bagaimana penerapan rendam kaki dengan air hangat terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Lansia Aisyiyah Surakarta ?”

## C. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Untuk mendeskripsikan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan rendam kaki menggunakan air hangat di Panti Lansia Aisyiyah Surakarta.

### 2. Tujuan Khusus

- 1) Untuk mendeskripsikan tekanan darah sebelum dilakukan rendam kaki dengan air hangat di Panti Lansia Aisyiyah Surakarta.
- 2) Untuk mendeskripsikan tekanan darah setelah dilakukan rendam kaki dengan air hangat di Panti Lansia Aisyiyah Surakarta.

- 3) Untuk mendeskripsikan perbandingan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan rendam kaki dengan air hangat di Panti Lansia Aisyiyah Surakarta.

#### D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Penulis

- a. Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penerapan rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.
- b. Menambah ketrampilan dalam penerapan rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang upaya pencegahan dan latihan yang efektif bagi penderita hipertensi.

3. Bagi Pasien dan Keluarga

Agar pasien dapat mengaplikasikan rendam kaki air hangat terhadap dirinya sendiri. Sebagai sumber masukan dan menambah wawasan pengetahuan tentang penerapan rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.