

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Tekanan darah tinggi (hipertensi) merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Penyakit hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik meningkat menjadi 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih (Asikin *et al.*, 2016:74). Apabila hipertensi terjadi dalam waktu yang lama dan tidak segera diatasi maka dapat memicu terjadinya stroke, serangan jantung, dan gagal jantung (Hutajulu dan Malinti, 2017:46). Hipertensi juga dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) bahkan angka kematian (mortalitas) (Aspiani, 2015:211).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2015, jumlah penderita hipertensi di dunia menunjukkan angka hampir 1 milyar dan hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Hipertensi membunuh hampir 8 milyar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur-Selatan. Sekitar sepertiga dari orang dewasa di Asia Timur-Selatan menderita hipertensi. Orang dewasa yang menderita hipertensi diperkirakan akan meningkat sekitar 1,56 milyar pada tahun 2020 (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2016:2).

Hipertensi umumnya terjadi ketika usia diatas 40-an tahun. Studi yang telah dilakukan oleh lembaga kesehatan di Inggris mengungkapkan bahwa secara umum hipertensi dialami oleh pria dan wanita yang berusia 48½ tahun ke atas, meskipun ada sebagian orang berusia muda yang mengalami hipertensi, tetapi persentasenya hanya kecil (Hutajulu dan Malinti, 2017:46). Pria dan wanita mempunyai resiko yang berbeda. Insidensi terjadinya hipertensi pada pria umumnya lebih tinggi dibandingkan wanita. Kejadian hipertensi pada wanita mulai meningkat pada usia paruh baya, sehingga pada usia diatas 65 tahun insidensi pada wanita lebih tinggi (Asikin *et al.*, 2016:75). Penyakit hipertensi cenderung lebih rendah pada jenis kelamin perempuan dibandingkan dengan

laki-laki. Namun demikian, perempuan yang mengalami masa premenopause cenderung memiliki tekanan darah lebih tinggi daripada laki-laki. Hal tersebut disebabkan oleh hormon estrogen, yang dapat melindungi wanita dari penyakit kardiovaskuler. Hormon estrogen ini kadarnya akan semakin menurun setelah menopause (Arianto *et al.*, 2018:591).

Berdasarkan data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan RI (2013:88), penderita hipertensi di Indonesia yang berusia lebih dari 18 tahun yang pernah didiagnosis tenaga kesehatan menunjukkan angka kejadian hipertensi yang cukup tinggi yaitu sebesar 9,4%, sedangkan yang tidak pernah didiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat hipertensi sendiri sebesar 9,5%. Jadi, terdapat 0,1% penduduk yang minum obat sendiri, meskipun tidak pernah didiagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada umur lebih dari 18 tahun adalah sebesar 25,8%.

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2016:40), jumlah penduduk di Jawa Tengah pada tahun 2016 dilakukan pengukuran tekanan darah pada usia yang berisiko (lebih dari 18 tahun) tercatat sebanyak 5.292.052 atau 20,16%. Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 611.358 orang atau 11,55% dinyatakan hipertensi/tekanan darah tinggi. Jumlah penderita hipertensi pada tahun 2016 di Kota Surakarta menunjukkan prevalensi sebesar 19,87% sedangkan di Karanganyar menunjukkan prevalensi sebesar 13,50%. dan di Boyolali menunjukkan prevalensi sebesar 9,4%. Angka prevalensi hipertensi di Kota Surakarta lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi hipertensi di Kabupaten Karanganyar dan Kabupaten Boyolali.

Menurut Dinas Kesehatan Kota (DKK) Surakarta (2016), jumlah penderita Penyakit Tidak Menular (PTM), salah satunya hipertensi di berbagai puskesmas di Surakarta menunjukkan angka yang tinggi. Di Puskesmas Gambirsari terdapat sebanyak 3.818 penderita, Puskesmas Purwosari sebanyak 3.232 penderita, dan Puskesmas Purwodiningratan sebanyak 2.206 penderita. Penderita hipertensi tertinggi berada di Puskesmas Gambirsari.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Gambirsari pada tanggal 30 April 2018 melalui pengumpulan data

dan wawancara, angka kejadian hipertensi pada bulan April ini sebanyak 418 penderita yang terdiri dari wilayah Kelurahan Kadapiro dan berasal dari luar wilayah Kelurahan Kadapiro. Peneliti melakukan wawancara dan pemeriksaan tekanan darah pada penderita hipertensi yang dilaksanakan pada tanggal 02 Mei 2018 di Bayan RT 04 RW 07 Kelurahan Kadapiro Kecamatan Banjarsari Kota Surakarta, didapatkan sebanyak 6 orang yang menderita hipertensi.

Penderita hipertensi banyak yang berjenis kelamin perempuan dengan usia dewasa (lebih dari 30 tahun) dan usia lanjut. Rata-rata pasien diberikan dosis obat Amlodipin yaitu diminum 1 x sehari. Hal ini belum cukup untuk memenuhi kebutuhan dalam hal pemenuhan obat, sehingga diperlukan suatu cara yang lebih efisien dan dapat dilakukan secara mandiri oleh penderita hipertensi. Salah satu cara yang dapat digunakan adalah dengan cara menggunakan air hangat untuk merendam kaki dengan tujuan untuk menstabilkan atau menurunkan tekanan darah karena secara fisiologis air hangat dapat melebarkan pembuluh darah kapiler. Banyak penderita hipertensi di wilayah ini yang belum mengetahui akan manfaat hidroterapi rendam kaki air hangat, padahal terapi ini sangat mudah untuk dilakukan dan tidak membutuhkan biaya yang mahal.

Hipertensi dapat diobati secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan secara farmakologis biasanya menggunakan obat-obatan yang memiliki efek samping. Sedangkan pengobatan non farmakologis meliputi berhenti merokok, mengurangi konsumsi alkohol yang berlebih, mengurangi asupan garam dan lemak, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, latihan fisik, menurunkan berat badan berlebih, dan terapi komplementer. Terapi komplementer ini bersifat alamiah diantaranya adalah dengan terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, terapi tertawa, akupunktur, akupressur, aromaterapi, refleksiologi, dan hidroterapi. Hidroterapi yang sebelumnya dikenal sebagai hidropati (*hydropathy*), adalah metode pengobatan menggunakan air untuk mengobati atau meringankan kondisi yang menyakitkan dan merupakan metode terapi dengan pendekatan *lowtech* yang mengandalkan pada respon-respon tubuh terhadap air. Beberapa keuntungan yang diperoleh dari terapi air antara lain: untuk mencegah flu atau demam,

memperbaiki fertilitas, menyembuhkan kelelahan, dan meningkatkan imunitas. Terapi ini membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan. Hidroterapi rendam hangat ini sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya yang mahal, dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya (Damayanti *et al.*, 2014:2). Teknik hidroterapi juga memiliki efek relaksasi bagi tubuh, sehingga dapat merangsang pengeluaran hormon endorfin dalam tubuh dan menekan hormon adrenalin dan dapat menurunkan tekanan darah apabila dilakukan dengan kesadaran dan melalui kedisiplinan (Hutajulu dan Malinti, 2017:46).

Hidroterapi mampu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, hal ini didukung oleh jurnal Hutajulu dan Malinti (2017:50) yang menunjukkan bahwa terjadi penurunan nilai rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah rendam kaki dengan air hangat. Hal yang sama didukung oleh Zahrah *et al.* (2016:7) yang menunjukkan bahwa ada penurunan yang signifikan terhadap tekanan darah setelah diberikan hidroterapi rendam kaki menggunakan air hangat. Selain itu, Wulandari *et al.* (2016:47) juga membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan atau ada pengaruh pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimanakah tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan penerapan hidroterapi rendam kaki air hangat di Bayan RT 04 RW VII Kelurahan Kadipiro, Kecamatan Banjarsari, Kota Surakarta?”

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi hidroterapi rendam kaki air hangat pada penderita hipertensi di Bayan RT 04 RW VII Kelurahan Kadipiro, Kecamatan Banjarsari, Kota Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan hidroterapi rendam kaki air hangat.
- b. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah setelah dilakukan hidroterapi rendam kaki air hangat.
- c. Mendeskripsikan perkembangan penurunan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan hidroterapi rendam kaki air hangat.

D. MANFAAT PENELITIAN

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi:

1. Bagi pasien

Dapat digunakan sebagai informasi keperawatan mandiri atau keluarga pasien dan dapat mengetahui terapi non farmakologi sehingga dapat diterapkan setiap saat.

2. Bagi penulis

Memberikan pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) mengenai penerapan hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.