

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah sebagai salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah yang besar dan serius, karena prevelensi penyakit hipertensi yang tinggi dan cenderung meningkat. Hipertensi sering kali tidak menunjukkan gejala sehingga menjadi pembunuh diam-diam (*the silent killer of death*) dan menjadi penyebab utama timbulnya penyakit jantung, stroke dan ginjal (Dilianti, et al 2017).

Keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian/mortalitas. Tekanan darah tinggi 140/90 mmHg didasarkan pada dua fase dalam setiap denyut jantung yaitu fase sistolik 140 menunjukkan fase darah yang sedang dipompa oleh jantung dan fase diastolik 90 menunjukkan fase darah yang kembali ke jantung (Triyanto, 2014).

Berdasarkan data hipertensi di dunia pada tahun 2013 menurut *World Health Organizatio* (WHO) yaitu pada penduduk umur >25 tahun mencapai lebih dari 1 milyar orang, yaitu hipertensi tertinggi di Afrika (46%) sedangkan prevalensi rendah di Amerika (35%), di wilayah Asia Tenggara 36% orang menderita hipertensi. Para peneliti memperkirakan bahwa tekanan darah tinggi hampir 9,4 juta kematian akibat penyakit kardiovaskuler setiap tahun (WHO, 2013).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) Departemen Kesehatan tahun 2013 menyatakan angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai sekitar 25,8% berdasarkan pengukuran tekanan darah. Prevalensi hipertensi di Indonesia, kelompok usia 55-64 tahun sebesar 45,9% pada kelompok usia 65-74 tahun sebesar 57,6% dan pada kelompok usia >75 tahun sebesar 63,8%. Resiko hipertensi meningkat bermakna sejalan dengan bertambahnya usia mempunyai resiko tinggi terserang hipertensi (Riskesmas, 2013). Sedangkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2015 oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kemenkes Republik Indonesia bahkan menunjukkan prevalensi hipertensi nasional sebesar

31,7%. Dari jumlah itu, 60% penderita hipertensi berakhir pada stroke, sedangkan sisanya pada jantung, gagal ginjal, dan kebutaan. Selain itu, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes) tahun 2018 menyatakan untuk angka kejadian hipertensi di Indonesia naik dari 31,7% menjadi 34,1%. Kenaikan prevalensi penyakit hipertensi ini berhubungan dengan pola hidup antara lain merokok, konsumsi minuman beralkohol, aktivitas fisik, serta konsumsi buah dan sayur.

Data di Jawa Tengah yaitu jumlah penduduk beresiko (>15 tahun) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2015 tercatat sebanyak 2.807.407 atau 11,03%. Presentase penduduk yang dilakukan pemeriksaan tekanan darah tahun 2015 tertinggi di kota Salatiga sebesar 41,52%, sebaliknya presentase terendah pengukuran tekanan darah adalah Kabupaten Banjarnegara sebesar 0,83%. Kabupaten/kota dengan cakupan di atas rata-rata Provinsi (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2015).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan menggunakan obat anti hipertensi untuk menurunkan tekanan darah Marliani dan Tantan, (2017) dikutip dalam jurnal Fahriza, *et al* (2014). Sedangkan pengobatan non-farmakologi merupakan pengobatan tanpa obat-obatan, dengan merubah gaya hidup menjadi lebih sehat dan menghindari faktor yang dapat beresiko. Salah satu pengobatan non-farmakologi yang biasa digunakan oleh masyarakat salah satunya dengan mentimun.

Terapi alternatif pengobatan hipertensi nonfarmakologis ada beberapa cara salah satunya, dapat menerapkan mentimun yang diharapkan dapat mengatasi permasalahan hipertensi. Disamping mengandung zat-zat yang bermanfaat bagi kesehatan, mentimun juga jauh lebih murah dan ekonomis jika dibandingkan dengan biaya pengobatan farmakologis dan mudah diperoleh di tengah-tengah masyarakat Ramdya Akbar, (2018). Salah satu pengobatan non-farmakologi selain menggunakan mentimun penelitian yang baru dengan menggunakan rendam kaki dengan menggunakan air hangat campuran garam dan serai. Hasil penelitian yang

dilakukan oleh Wulandari, (2016). pada penderita hipertensi didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistolik 140 sampai ≥ 180 mmHg dan diastolik < 80 sampai ≥ 110 mmHg.

Terapi rendam kaki (hidroterapi kaki) ini juga membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan. Perbaikan sirkulasi darah juga memperlancar getah bening sehingga membersihkan tubuh dari racun. Orang-orang yang menderita berbagai penyakit seperti reumatik, radang sendi, linu panggul, sakit punggung, insomnia, kelelahan, stress, sirkulasi darah yang buruk (hipertensi), nyeri otot, kram, kaku, terapi air (hidroterapi) bisa digunakan untuk meringankan masalah tersebut (Wulandari, 2016).

Studi Pendahuluan yang telah dilakukan di UPTD Puskesmas Boyolali I pada tanggal 18 Februari 2019, didapatkan hasil bahwa penduduk disekitar Puskesmas Boyolali I mayoritas memiliki penyakit hipertensi sebanyak 7,09%. Penduduk yang paling banyak menderita penyakit hipertensi adalah di Wilayah Kelurahan Pulisen. Terdapat data penduduk berjenis kelamin laki-laki dan perempuan yang memiliki penyakit hipertensi di Wilayah kelurahan Pulisen sebanyak 212 penduduk. 111 berjenis kelamin laki-laki dan 101 berjenis kelamin perempuan. Penulis juga melakukan wawancara kepada 2 responden yang menderita hipertensi. Klien pertama menjelaskan sudah lama memiliki riwayat hipertensi kurang lebih 2 tahun. Ketika kambuh klien merasakan pusing dan klien mengatasi hal tersebut dengan minum obat yang diberikan oleh dokter di Puskesmas dan mendapat penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi. Selain itu, klien juga mengatakan sering mengkonsumsi mentimun untuk menurunkan tekanan darah. Hasil wawancara dengan klien yang kedua, klien mengatakan jika pasien bekerja terlalu berat dan banyak pikiran maka tekanan darah pasien tinggi dan klien mengeluhkan pusing dan ingin terjatuh. Cara mengatasinya klien dengan istirahat dan tidur. Klien tidak terlalu suka minum obat jika sakit. Klien mengatakan belum mengetahui tentang pengobatan alternatif dalam menurunkan tekanan darah

dengan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penerapan rendam kaki dengan judul Penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dengan Campuran Garam dan Serai terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kelurahan Pulisen.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai?” di UPTD Puskesmas Boyolali 1.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendiskripsikan hasil implementasi tekanan darah pada penderita hipertensi dengan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai di UPTD Puskesmas Boyolali 1.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan hasil penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dilakukan penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai di UPTD Puskesmas Boyolali 1.
- b. Mendiskripsikan hasil tekanan darah pada pasien hipertensi sesudah dilakukan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai pada pasien hipertensi di UPTD Puskesmas Boyolali 1.
- c. Mendiskripsikan perbedaan perkembangan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai pada pasien hipertensi di UPTD Puskesmas Boyolali 1.

D. Manfaat

1. Manfaat bagi penulis

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penerapan rendam kaki dengan air hangat dengan campuran garam dan serai terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Manfaat bagi masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan manfaat merendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai dalam menurunkan hipertensi secara mandiri sehingga dapat menurunkan risiko penyakit akibat tekanan darah tinggi.

3. Manfaat bagi responden

Responden dapat mengaplikasikan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai secara mandiri sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.