

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik  $>140$  mmHg dan tekanan diastolik  $>90$  mmHg. Tekanan darah merupakan gaya diberikan oleh darah terhadap dinding pembuluh darah dengan akibat kontraksi jantung dan dipengaruhi oleh elastisitas dinding pembuluh (Solechah *et. al* 2017). Hipertensi umumnya terjadi ketika usia diatas 40-an tahun . Studi yang telah dilakukan oleh lembaga kesehatan inggris mengungkapkan bahwa secara umum hipertensi dialami oleh pria dan wanita yang berusia 48 tahun keatas , meskipun ada sebagian orang berusia muda yang mengalami hipertensi , tetapi persentasinya hanya kecil. Dengan begitu, hipertensi tergolong dalam kelompok yang bukan penyakit karena bawaan dan sebagian besar (90-95%) hipertensi terjadi dengan faktor penyebab yang belum jelas. ( Hutajulu dan Malinti, 2017).

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2014, peningkatan tekanan darah diperkirakan menyebabkan 7,5 juta kematian atau 12,8% dari total seluruh kematian. Peningkatan tekanan darah merupakan faktor risiko utama untuk penyakit jantung koroner, iskemik, stroke hemoragik, gagal jantung, penyakit pembuluh darah perifer, gangguan ginjal, perdarahan retina dan gangguan penglihatan. Pada kawasan Afrika penderita hipertensi sebanyak 40% dan di Asia Tenggara terdapat 36% orang dewasa yang terkena hipertensi. Untuk wilayah Asia hipertensi telah menyebabkan kematian sebanyak 1,5 juta orang setiap tahunnya (Hidayah *et. al* 2015).

Menurut Riskesdas (2018) lebih dari 34,1% orang Indonesia yang berusia  $>18$  tahun menderita penyakit darah tinggi (hipertensi ). Data dari profil kesehatan provinsi Jawa Tengah penyakit

Hipertensi masih menempati proporsi terbesar dilaporkan yaitu sebesar 57 %.

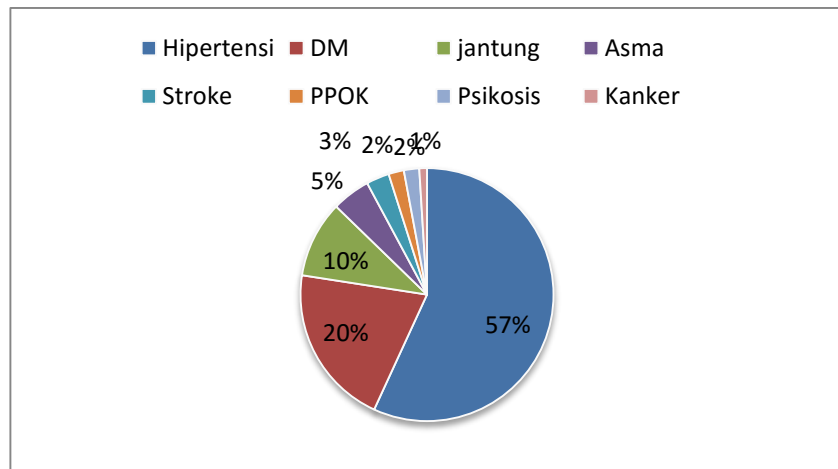


Diagram 2.1. Penyakit Tidak Menular di Provinsi Jawa Tengah Tahun 2018.

Penyakit hipertensi masih menempati proporsi terbesar dari seluruh penyakit tidak menular yang dilaporkan ,yaitu sebesar 57% ,sedangkan urutan kedua terbanyak adalah Diabetes Militus sebesar 20%.

## B. Permasalahan

Pengobatan secara farmakologi dapat menimbulkan ketergantungan dan apabila penggunaan obat dihentikan dapat menyebabkan peningkatan resiko terkena serangan jantung atau stroke (Asan, 2016). Interaksi farmakodinamik dapat menyebabkan respon reseptor obat dan target organ berubah sehingga sensitifitas terhadap efek obat menjadi lain. Penderita hipertensi bisa dengan menggunakan terapi komplementer atau terapi pelengkap metode yang lebih mudah dan murah yaitu dengan menggunakan terapi rendam kaki air hangat dan musik klasik yang bisa dilakukan dirumah. Air hangat merangsang saraf yang ada di kaki untuk berkerja, dan berfungsi mendilatasi pembuluh darah serta melancarkan peredaran darah. Pemberian musik dengan irama lambat akan menurunkan pelepasan katekolamin kedalam

pembuluh darah. Alunan musik dapat menstimulasi tubuh memproduksi molekul NO (Oksida Nitrit) yang dapat merangsang pembuluh darah untuk mengurangi tekanan darah (Ismarina, *et. al* 2015). Berdasarkan data dari kader posyandu di pajang RT 03 sebagian besar penderita hipertensi mengkonsumsi obat-obatan dan menimbulkan efek samping seperti lemas, ngantuk, mual, sering buang air kecil. Penderita hipertensi tindakan biasanya melakukan senam setiap 1 bulan sekali dengan menggunakan proyektor untuk menayangkan video. Solusi tindakan lain yang dapat dilakukan yaitu Terapi rendam kaki air hangat dan terapi musik klasik.

Berdasarkan masalah yang ada peneliti akan melakukan tindakan dengan meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi melalui media video dengan tema Terapi rendam kaki air hangat dan terapi musik klasik (Karya Gus Teja) agar penderita hipertensi dapat melakukan terapi secara mandiri (Larasati *et. al* 2019). Video dipilih untuk memudahkan masyarakat menerima informasi terapi baru untuk penderita hipertensi masyarakat akan lebih mudah menerima informasi dengan melihat secara langsung terapi yang diberikan.

### **C. Luaran Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Terapi Musik Klasik Untuk Menurunkan Hipertensi Melalui Media Video**

Penggunaan media video memiliki kelebihan dalam hal memberikan visualisasi yang baik sehingga memudahkan proses penyerapan pengetahuan. Video termasuk dalam media audio visual karena melibatkan indera pendengaran sekaligus indera penglihatan. Media audio visual ini mampu membuahkan hasil belajar yang lebih baik untuk mengingat, mengenali kembali (Kustandi, 2011).

Luaran media yang akan dihasilkan yaitu video tentang Terapi rendam kaki air hangat dan terapi musik klasik. Penggunaan media video sangat tepat untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat. Sehingga dapat memberikan contoh bentuk

perilaku yang baik kepada masyarakat. Video dapat mengajarkan kepada masyarakat terapi alternatif rendam kaki air hangat dan terapi musik klasik untuk menurunkan hipertensi selain mengkonsumsi obat-obatan.

#### **D. Manfaat**

Manfaat media ini untuk masyarakat menambah pengetahuan dan wawasan masyarakat tentang terapi hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. Memberikan informasi kepada penderita hipertensi di Pajang RT 03, youtube komunitas hipertensi Soloraya, Puskesmas Pajang. Masyarakat diharapkan mampu memberikan terapi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah selain senam hipertensi.

#### **E. Tujuan Luaran**

Memudahkan penderita hipertensi untuk memahami tentang cara melakukan terapi hipertensi dengan terapi rendam kaki air hangat dan terapi musik klasik, memberikan pemahaman tentang langkah-langkah terapi alternatif yang benar melalui video agar mudah di pahami oleh penderita hipertensi dengan dilakukan secara mandiri.