

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular atau dikenal dengan *silent killer* adalah penyebab utama kematian diseluruh dunia. Penyakit tidak menular dapat membunuh lebih banyak orang setiap tahun bila dibandingkan dengan gabungan semua penyebab kematian lainnya. Penyakit tidak menular menyebabkan 38 juta (68%) dari 56 juta kematian di dunia pada tahun 2012. Lebih dari 40% kematian (16 juta) merupakan kematian dini yaitu dibawah usia 70 tahun. WHO juga menyatakan hipertensi merupakan salah satu kontributor paling penting untuk penyakit jantung dan stroke yang sama sama membentuk penyebab nomor satu kematian dini dan kecacatan didunia (Hasnawati, 2021).

Badan kesehatan dunia WHO menyebutkan pada negara dengan ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40% sedangkan negara maju hanya 35%, kawasan Afrika berada pada posisi tertinggi penderita hipertensi yaitu sebesar 40%. Kawasan Amerika sebesar 35% dan Asia Tenggara 36%. Pada Kawasan Asia penyakit hipertensi telah membunuh 1,5 juta orang pada setiap tahunnya. *Department of health and human service* mengungkapkan bahwa hipertensi banyak ditemukan pada lansia diatas usia 65 tahun paling banyak 60-70%. Dapat disimpulkan 1 dari 3 orang lansia menderita tekanan darah tinggi (Massa dan Manafe, 2021).

Prevalensi angka kejadian hipertensi di Indonesia berdasarkan pendataan dari hasil pengukuran penduduk, kelompok penduduk usia diatas 18 tahun dengan hipertensi sebanyak 658.201 orang, persentase kelompok usia yang mengalami hipertensi terbanyak pada kelompok usia 65-74 tahun sebesar 63,22%, kelompok usia lebih dari 75 tahun sebesar 69,53%. Pravelensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran di provinsi Jawa Tengah juga menunjukkan bahwa kelompok usia 65-74 tahun dan diatas 75 tahun memiliki

presentase tertinggi sebesar 64,4% dan 71,3%. Sedangkan prevalensi penderita hipertensi di kabupaten Sragen mencapai 47% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan angka prevalensi yang tinggi hipertensi dapat timbul akibat adanya interaksi berbagai faktor resiko yang dimiliki seseorang. Faktor pemicu hipertensi dibedakan menjadi 2 yaitu yang tidak dapat dikontrol seperti riwayat keluarga, jenis kelamin, dan umur, serta faktor yang dapat dikontrol seperti gaya hidup meliputi obesitas, aktivitas fisik, merokok, konsumsi alkohol, kebiasaan tidur, dan lain sebagainya. Salah satu faktor resiko utama penyebab kematian di dunia adalah hipertensi. Hipertensi sangat dipengaruhi oleh cara dan kebiasaan hidup sebagian besar penderita tidak mengetahui jika dirinya mengidap hipertensi. Penderita datang berobat setelah timbul kelainan organ akibat hipertensi. Hipertensi juga dikenal sebagai *heterogeneous group of disease* karena dapat menyerang setiap orang dari berbagai kelompok umur, social dan ekonomi (Hasnawati, 2021; Nazarudin *et al*, 2021).

Hipertensi pada umumnya menyebabkan sakit kepala, rasa pegal atau tidak nyaman pada tengkuk, perasaan berputar serasa ingin jatuh, berdebar atau detak jantung terasa cepat, apabila tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan masalah yang lebih serius. Hipertensi yang tidak terkontrol akan menimbulkan komplikasi ke beberapa organ vital seperti jantung (infark miokard, jantung koroner, gagal jantung, kongesif), otak (stroke, ensefalopati hipertensi), ginjal (gagal ginjal kronis), mata (retinopati hipertensi) (Aspiani, 2015).

Tingginya kasus lansia dengan hipertensi ini memerlukan upaya pengobatan untuk mencegah naiknya tekanan darah secara terus menerus yang dapat mengakibatkan terjadinya komplikasi pada hipertensi seperti penyakit jantung, stroke. Penatalaksanaan hipertensi atau tekanan darah tinggi dibagi menjadi dua yaitu terapi farmakologi dan terapi *non farmakologi*. Terapi farmakologi adalah terapi yang menggunakan obat-obatan anti hipertensi contoh obat anti hipertensi adalah benazepril, captopril, terapi farmakologi mampu menyembuhkan atau menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi namun ada sebagian orang yang mengalami efek samping seperti

pusing, sakit kepala dan mual hal ini menyebabkan penderita hipertensi tidak meminum obat dengan rutin terutama pada lansia (Hasnawati, 2021).

Terapi non farmakologi atau yang biasa disebut dengan terapi alternatif selain obat yang dapat membantu penyembuhan atau penurunan tekanan darah seperti mengubah pola hidup menjadi lebih sehat, diet rendah garam, latihan fisik, istirahat yang cukup dan terapi *non farmakologi*. Terapi non farmakologi banyak dipilih karena biaya lebih terjangkau dan minimnya efek samping yang ditimbulkan. Terapi komplementer untuk lansia dengan hipertensi misalnya *hidrotherapy* dapat menjadi alternatif menurunkan tekanan darah menurut Dewi *et al* (2019).

Terapi rendam kaki air hangat berdasarkan hasil kajian ilmiah menunjukkan bahwa air hangat memiliki dampak dan faktor biologis pada tubuh terutama pada pembuluh darah, dimana air hangat membuat peredaran darah menjadi lancar dan memperkuat otot-otot ligamen yang mempengaruhi persendian tubuh. Prinsip kerja terapi ini adalah menggunakan air hangat yang menyebabkan terjadinya perpindahan panas dari air hangat ke tubuh, sehingga akan melebarkan pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh, pada pembuluh darah air hangat membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung (Harnani dan Axmalia, 2017).

Rendam kaki menggunakan air hangat akan merangsang barareseptor, arareseptor merupakan refleks paling utama dalam menentukan regulasi pada denyut jantung dan tekanan darah. Baraseptor tersebut menerima rangsangan dari peregangan atau tekanan yang berlokasi di arkus aorta dan sinus karotikus. Pada saat tekanan darah arteri meningkat dan arteri meregang reseptor reseptor ini dengan cepat mengirim impuls ke pusat vasomotor mengakibatkan vasodilatasi pada arteriol, vena dan perubahan tekanan darah (Nazaruddin *et al.*, 2021)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di bulan Februari pada 10 lansia di Dukuh Sambilenguk, Desa Jetis diperoleh data lansia sebanyak 8 lansia yang memiliki riwayat hipertensi. Sebagian besar lansia yang memiliki

riwayat hipertensi melakukan pengukuran tekanan darah hanya 1 kali dalam 1 bulan saat posyandu lansia, lansia hanya ke puskesmas apabila mengalami sakit atau gejala yang berat, dalam pengukuran tekanan darah terakhir terdapat 5 lansia hipertensi derajat I yaitu dengan systole 140-159 mmHg dan diastole 90-99 mmHg, 2 lansia yang mengalami hipertensi derajat II dengan systole 160-179 mmHg dan diastole 100-109 mmHg. Ada 3 lansia yang terkadang mengkonsumsi jus timun untuk menurunkan tekanan darah, dan sisanya hanya mengabaikan selagi belum mengalami gejala yang parah. Lansia mengatakan belum pernah menggunakan terapi rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah.

Terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi masyarakat diharapkan penderita hipertensi dapat memanfaatkan terapi air hangat sebagai terapi alternatif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dan dapat melakukan terapi air hangat secara rutin dan disiplin pada pagi hari, terapi rendam kaki air hangat dapat dilakukan di rumah, karena didapatkan hasil yang menunjukkan adanya pengaruh positif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dalam penelitian (Dilianti *et al.*, 2017 ; Nurpratiwi dan Novari, 2021)

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum pemberian rendam kaki air hangat pada lansia hipertensi di dukuh Sambilenguk Kelurahan Jetis
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sesudah pemberian rendam kaki dengan air hangat pada lansia dengan hipertensi di dukuh Sambilenguk Kelurahan Jetis
- c. Menganalisis pengaruh rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di dukuh Sambilenguk Kelurahan Jetis

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Dari hasil penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan untuk mengembangkan ilmu keperawatan yang berkaitan dengan pemberian intervensi non farmakologi yaitu dengan rendam kaki air hangat pada lansia dengan hipertensi.

2. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman untuk menambah wawasan, pemahaman, pengetahuan, dan mengembangkan diri dalam bidang penelitian.

3. Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi informasi khusus untuk penderita hipertensi maupun keluarga tentang pengaruh pemberian terapi rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini ditunjukkan dengan menyertakan beberapa hasil penelitian terdahulu sebagai kelanjutan atas penelitian penelitian sebelumnya. Penelitian penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian Nazaruddin *et al* (2021) dengan judul pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. Metode

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *pre-Eksperment* dengan pendekatan dimana bentuk desain yang dipakai adalah *one group pretest-posttest desaign*. Populasi yang digunakan berjumlah 56, jumlah sampel yang digunakan sebanyak 31 sampel. Dengan keiteria inklusi lansia yang terdiagnosis hipertensi oleh dokter puskesmas atau petugas kesehatan dengan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan tekanan diastolic >90 mmHg dan responden tidak rutin mengkonsumsi obat anti hipertensi. Di dapatkan hasil 28 responden mengalami penurunan tekanan darah dan 3 responden tidak mengalami penurunan tekanan darah. Didapatkan kesimpulan adanya pengaruh rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia **Persamaan:** menggunakan metode penelitian *pre-Eksperment* dengan pendekatan dimana bentuk desain yang dipakai adalah *one group pretest-posttest desaign*. **perbedaan :** responden yang dipilih sebagai sample adalah responden yang berumur 60-75 tahun sedangkan penelitian terdahulu menggunakan sample responden dengan umur 30-70 tahun.

2. Nurpratiwi dan Novari, (2021) dengan judul pengaruh rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah SP4 Setuntung Kecamatan Belitang Kabupaten Sekadau. Sampel yang digunakan sebanyak 17 sampel didapatkan hasil adanya pengaruh rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, masyarakat dapat memanfaatkan terapi ini sebagai terapi alternative dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. **Persamaan:** menggunakan metode dan terapi yang sama yaitu menggunakan terapi rendam kakli air hangat, dan metode pada penelitian ini adalah *pre-Eksperment* dengan pendekatan dimana bentuk desain yang dipakai adalah *one group pretest-posttest desaign*. **Perbedaan:** responden yang dipilih sebagai sample adalah responden yang berumur 60-75 tahun sedangkan penelitian terdahulu menggunakan sample responden dengan umur 25-70 tahun.

3. Arifin dan Mustofa (2021) dengan judul penerapan rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi sampel yang digunakan sebanyak 2 orang dengan kriteria inklusi lansia berusia 60 tahun mengalami hipertensi, minum obat anti hipertensi, dan mengonsumsi garam, mengukur tekanan darah secara rutin, kriteria eksklusi yaitu menolak menjadi sample, mempunyai luka pada kaki memiliki komplikasi pada penyakitnya. **Persamaan:** menggunakan terapi yang sama yaitu dengan rendam kaki dengan air hangat, responden yang digunakan lansia berusia 60 tahun dengan hipertensi. **Perbedaan:** responden pada penelitian ini lansia dengan tekanan darah tinggi dan tidak mengonsumsi obat anti hipertensi sedangkan responden dalam penelitian sebelumnya lansia dengan hipertensi dan mengonsumsi obat anti hipertensi
4. Siti Utami dan Putri Ayu (2019) berjudul penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dalam menurunkan tekanan darah. Penelitian ini menggunakan 2 sampel yang memiliki tekanan darah tinggi, penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat yang telah dilakukan pada kedua subjek hipertensi diperoleh hasil adanya penurunan tekanan darah, sebelum dan sesudah dilakukan terapi rendam kaki selama 3 hari. **Persamaan:** terapi yang digunakan sama yaitu rendam kaki dengan air hangat, sampel berusia lebih dari 60 tahun, **Perbedaan:** responden pada penelitian ini lansia dengan tekanan darah tinggi dan tidak mengonsumsi obat anti hipertensi sedangkan responden dalam penelitian sebelumnya lansia dengan hipertensi dan mengonsumsi obat anti hipertensi
5. Zaenal dan Baco (2018) penelitian yang digunakan peneliti pada penelitian ini adalah metode penelitian Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra-eksperimental dengan jenis *one-group t- test design*. Rancangan penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh penderita hipertensi yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa, sebanyak 95 orang Seluruh penderita hipertensi

yang tinggal di Panti Sosial Trisna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa, sebanyak 10 Orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Porpusive Sampling*. **Persamaan:** menggunakan metode penelitian *pre-Eksperment* dengan pendekatan dimana bentuk desain yang dipakai adalah *one group pretest-posttest desaign*, terapi yang digunakan sama yaitu rendam kaki dengan air hangat, sampel berusia lebih dari 60 tahun, **Perbedaan:** responden pada peelitian ini lansia dengan tekanan darah tinggi dan tidak mengonsumsi obat anti hipertensi sedangkan responden dalam penelitian sebelumnya lansia dengan hipertensi dan mengonsumsi obat anti hipertensi.