

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Lanjut usia atau sering disebut dengan lansia merupakan tahap akhir dari perkembangan hidup manusia yang akan dijalani oleh setiap orang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Pada masa lansia erat kaitannya dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup dan kepekaan secara individual (Dewi Cahyaningrum et al., 2022). Struktur penduduk dunia termasuk Indonesia saat ini menuju proses penuaan yang ditandai dengan meningkatnya jumlah dan proporsi penduduk lanjut usia. Peningkatan proporsi pada lansia dalam masyarakat menjadi fenomena di seluruh dunia (Melda Azizah et al., 2023). Menurut *World Health Organization* (WHO) (2024) hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia meningkatnya prevelensi hipertensi menyebabkan lebih banyak kematian setiap tahunnya dan meningkatkan risiko komplikasi terutama pada lansia diperkirakan angka kejadian hipertensi di Seluruh dunia ada sekitar 1.28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun menderita hipertensi. Selain itu, sekitar 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi, sementara itu hanya 1 dari 5 atau (21%) orang dewasa dengan hipertensi yang dapat mengatur gaya hidup mereka melalui pola makan yang sehat (Sandy, 2024).

Lansia seiring waktu mengalami penurunan fungsi yaitu fisiologis tubuh salah satunya adalah sistem kardiovaskuler, dilaporkan bahwa lansia mengalami hipertensi saat ini semakin meningkat salah satu efek dari perubahan sistem fisiologis tubuh merupakan kardiovaskuler yang terjadi peningkatan tekanan darah pada lansia. Prevalensi lansia dengan hipertensi di dunia diperkirakan meningkat dari 26,4% menjadi 29,2% pada tahun 2025. Pada orang dewasa di atas 60 tahun, prevalensi hipertensi melebihi 60%. tahun, lansia sangat tua (*very old*) lebih dari 90 tahun (Amalia Yunia Rahmawati, 2020). Menurut Emma Restu, (2021) salah satu negara yang

memiliki lansia tertinggi adalah Jepang memiliki proporsi lansia (65 tahun ke atas) tertinggi di dunia, mencapai 30,2% dari total populasi. Ini berarti sekitar 30,2 dari setiap 100 penduduk Jepang adalah lansia. Negara-negara dengan proporsi lansia tinggi meliputi Itali (24,9%), Finlandia (23,9%), dan Kroasia (23,1%) (Yulianto *et al.*, 2023). Data hipertensi di Indonesia menunjukkan bahwa kecenderungan peningkatan prevalensi hipertensi, penatalaksanaan hipertensi di Indonesia umumnya telah dilaksanakan diberbagai tingkatan fasilitas kesehatan baik primer maupun sekunder (KEMENKES RI, 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian Maulidah, (2022) Menunjukkan bahwa angka prevalensi hipertensi di Indonesia secara Nasional adalah 34,1% jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas tahun (2013) 25,8% menunjukkan adanya peningkatan angka prevalensi sebesar 8,3% prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan usia mengalami peningkatan yang cukup banyak sekitar 30-40% pada orang dewasa dan meningkat prevalensi seiring bertambahnya usia, dimana diketahui terdapat >60% orang dewasa mengalami hipertensi.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun (2021), kasus hipertensi sebesar 37,57% prevalensi hipertensi pada perempuan (40,17%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (38,83%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11%) dibandingkan dengan perdesaan (37,01%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan usia. Angka prevalensi kabupaten atau kota dengan penderita hipertensi tertinggi didapatkan di Semarang dengan presentase 99,6% dan terendah di Grobongan dengan presentase 8,6%. Data penderita hipertensi di Surakarta dengan angka presentase sebesar 20,5% dan data yang didapatkan di Puskesmas Purwodiningratan pada bulan Januari 2025 angka penderita hipertensi 177 orang berusia  $\geq 15$  di Kelurahan Purwodiningratan.

Secara umum dampak yang muncul pada penderita hipertensi membutuhkan beberapa penatalaksanaan pada lansia tersebut. Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua, yaitu farmakologi dan nonfarmakologi untuk farmakologi yaitu dengan pemberian obat penurun tekanan darah

tinggi (anti hipertensi) yang dimulai dari dosis rendah terlebih dahulu, selanjutnya ditingkatkan dengan dosis yang lebih besar. Obat-obat yang biasa digunakan untuk menderita hipertensi yaitu, *diuretic*, *betablocker*, ACE-I, *Angiotensin Receptor Blockers* (ARBs), *Direct Renin Inhibitors* (DRI), *Calcium Channel Blockers* (CCBs), dan *Alpha-blockers* (*bloker alfa*). Terapi non farmakologis yang sering digunakan adalah membatasi asupan garam, diet hipertensi, penurunan berat badan, olahraga rutin, dan berhenti merokok (Watung, 2024).

Faktor yang menyebabkan tingginya penderita hipertensi menurut Rahmadhani, (2021) menunjukkan bahwa kematian pada usia yang lebih tua dan faktor genetik dapat meningkatkan risiko terkena tekanan darah tinggi, namun ada faktor risiko yang dapat dimodifikasi seperti konsumsi makanan tinggi garam, tidak aktif secara fisik, dan terlalu banyak minum alkohol juga salah satu pemicu meningkatkan risiko hipertensi. Apabila kondisi hipertensi tidak segera ditangani maka akan berdampak dengan timbulnya penyakit lain seperti, stroke, serangan jantung, gagal jantung, kerusakan ginjal dan penyakit lainnya. Penyakit ini tidak menimbulkan gejala, sehingga banyak kasus dimana seseorang menderita tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol karena tidak merasakan kesakitan, meskipun penderita hipertensi tidak menunjukkan gejala atau keluhan tertentu, namun terdapat keluhan yang spesifik.

Dampak hipertensi pada lansia yaitu peningkatan risiko jantung, stroke, gagal ginjal, kerusakan pembuluh darah, kebutaan, gangguan fungsi kognitif, dan penurunan kualitas hidup. Untuk mengatasi dampak tersebut salah satu penatalaksanaannya adalah memberikan *hydrotherapy*. *Hydrotherapy* adalah terapi komplementer yang efektif terhadap penurunan tekanan darah, masih jarang masyarakat yang memanfaatkannya. *Hydrotherapy* merupakan terapi yang sangat mudah untuk dilakukan semua orang, karena biaya yang murah dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya bagi tubuh terlebih bagi lansia yang sistem tubuhnya rentan. Manfaat *hydrotherapy* ini dapat merelaksasikan otot, mengurangi bengkak,

nyeri, kaku otot dan sendi, meningkatkan fungsi jantung, sirkulasi darah dan pernafasan. Contohnya rendam kaki adalah terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10-15 cm di atas mata kaki menggunakan air hangat Secara ilmiah terapi merendam kaki dengan air hangat dapat memperbaiki *mikrosirkulasi* pembuluh darah dan *vasodilatasi*. Efek dari rendam kaki menggunakan air hangat menghasilkan energi kolor yang bersifat *medilatasi* pembuluh darah dan melancarkan peredaran darah juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf *parasimpatis*, sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah (Sumarmi, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Widyaswara et al., (2022) dengan judul penelitiannya yaitu “Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Dusun Kembang, Candibinangun, Pakem, Sleman, Yogyakarta”. Didapatkan hasil pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi. Diperoleh hasil adanya perubahan yang signifikan terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap tekanan darah pada orang dewasa penderita hipertensi.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 8 april 2025 data yang di dapatkan pada bulan january 2025 di Puskesmas Kelurahan Purwodiningratan sebanyak 177 orang yang menderita hipertensi dan juga yang aktif kontrol periksa dari sebanyak itu yang saya ambil untuk di wawancara sebanyak 5 lansia dengan hipertensi di RW 06 Kelurahan Purwodiningratan, mengatakan mengalami pusing, badan sakit dan nyeri dibagian belakang kepala kurang lebih sudah 1-2 tahun dengan riwayat hipertensi. Hasil dari wawancara dengan 5 lansia didapatkan 3 dari 5 lansia mengatakan rutin melakukan cek tekanan darah di puskesmas dan rutin mengkonsumsi obat anti hipertensi. Terapi yang diketahui oleh 5 lansia saat ini untuk menangani penyakit hipertensi/tekanan darah tinggi yaitu dengan meminum obat, dari 5 lansia mengatakan belum mengetahui jika terapi rendam kaki air hangat memiliki manfaat untuk menurunkan tekanan darah

tinggi dan belum pernah melakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembahasan di atas, rumusan masalah yang dapat ditarik dalam penerlitan ini adalah, “bagaimana hasil penerapan *hydrotherapy* rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di kelurahan Purwodiningratan Kecamatan Jebres Surakarta?”

## **C. Tujuan**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

### 1. Tujuan Umum

Penulis karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) bertujuan untuk mengetahui hasil sebelum dan sesudah penerapan *Hydrotherapy* rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di RW 06 kelurahan Purwodiningratan Kecamatan Jebres Kota Surakarta.

### 2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah lansia sebelum diberikan *hydrotherapy* rendam kaki air hangat hangat dikelurahan Purwodiningratan.
- b. Mengidentifikasi tekanan darah lansia setelah diberikan *hydrotherapy* rendam kaki air hangat hangat dikelurahan Purwodiningratan.
- c. Mengidentifikasi perbandingan tekanan darah dari hasil penerapan *hydrotherapy* rendam kaki air hangat antara 2 lansia di kelurahan Purwodiningratan.

## **D. Manfaat Penerapan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, diantara:

### 1. Bagi Teoritis

#### a. Bagi Penulis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis serta menambah wawasan dan informasi

terkait terapi rendam kaki air hangat dengan pasien hipertensi. Manfaat untuk perkembangan ilmu keperawatan dan menjadi acuan peneliti berikutnya dalam mengembangkan judul penelitian.

b. Bagi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan kepastakaan dan pengembangan ilmu keperawatan dalam bidang komplementer di instansi pendidikan, khususnya Universitas Aisyiyah Surakarta.

2. Bagi Praktis

a. Bagi pelayanan kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan bagi pelayanan kesehatan untuk pengendalian hipertensi di masyarakat serta menggunakan *Hydrotherapy* dalam pengobatan non farmakologis pada penyakit hipertensi kalangan lansia.

b. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan solusi praktis bagi lansia sebagai pengendalian tekanan darah melalui pemberian terapi rendam kaki air hangat.