

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut Usia atau yang biasa disebut dengan lansia merupakan bagian dari proses tumbuh kembang (Azizah, 2010). Seiring dengan bertambahnya usia maka tekanan darah pada lansia akan bertambah tinggi sehingga lebih besar berisiko terkena hipertensi. Bertambahnya usia mengakibatkan tekanan darah meningkat, dinding arteri pada lanjut usia akan mengalami penebalan yang mengakibatkan penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga menyebabkan penyempitan pembuluh darah akibatnya aliran darah ke jaringan dan organ-organ tubuh menjadi berkurang (Anggraini *et al*, 2015)

Hipertensi adalah penyakit kelainan jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan perubahan dimana tekanan darah meningkat secara kronik. Secara umum, hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan yang abnormal tinggi di dalam pembuluh darah arteri (Kholish, N 2011).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes) (2018) menunjukkan angka prevalensi di Indonesia hipertensi secara Nasional (34,1%), jika dibandingkan dengan hasil Riskesdes tahun 2013 (25,8) menunjukkan adanya peningkatan angka prevalensi sebesar (8,3). Hal ini perlu diwaspadai karena hipertensi merupakan salah satu faktor risiko penyakit degeneratif antara lain seperti penyakit jantung, stroke, dan penyakit pembuluh darah lainnya.

Cara mencegah dan mengatasi hipertensi dapat dilakukan dengan cara pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi adalah pengobatan yang menggunakan obat atau senyawa dalam kerjanya dapat mempengaruhi tekanan darah pasien. Pengobatan farmakologi dapat

menurunkan tekanan darah tinggi namun pengobatan ini juga mempunyai efek samping jika dikonsumsi dalam waktu lama seperti sakit kepala, lemas, pusing, gangguan fungsi hati, jantung berdebar-debar dan mual. Pengobatan non farmakologi dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup lebih sehat dan melakukan terapi dengan rendam kaki menggunakan air hangat yang bisa dilakukan setiap saat. Efek rendam kaki menggunakan air hangat sama dengan berjalan tanpa menggunakan alas kaki selama 30 menit (Santoso, 2015).

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Umah, *et al* (2012) menyatakan bahwa rendam kaki menggunakan air hangat yang dilakukan secara rutin maka dapat terjadi perubahan tekanan darah, karena efek dari rendam kaki menggunakan air hangat menghasilkan energi kalor yang bersifat mendilatasi dan melancarkan peredaran darah juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf parasimpatis, sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan penelitian Intan Pratika (2012) bahwa terjadi penurunan tekanan darah setelah diberikan intervensi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari Puskesmas Mojolaban di Desa Nawud RT 03/ RW 03 Tegalmade Mojolaban Sukoharjo dalam satu RT terdapat 47 lansia. Hasil wawancara dengan 20 lansia dengan usia lebih dari 60 tahun di Desa Nawud RT 03/ RW 03 Tegalmade Mojolaban sukoharjo didapat 10 lansia yang mengalami hipertensi dan hanya dibiarkan saja dan sebgayaan mengkonsumsi farmakologi saja. Lansia belum pernah melakukan tindakan non farmakologi dan hasil wawancara belum mengetahui manfaat rendam kaki air hangat dalam menurunkan tekanan darah tersebut.

Berdasarkan uraian latar belakang, maka peneliti tertarik untuk melakukan Penerapan rendam kaki menggunakan air hangat untuk

menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Nawud RT03/03 Tegalmade Mojolaban Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut. “Bagaimana pengaruh rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mendiskripsikan pengaruh rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan tekanan darah lansia sebelum penerapan rendam kaki menggunakan air hangat.
- b. Mendiskripsikan tekanan darah lansia sesudah penerapan rendam kaki menggunakan air hangat.
- c. Membandingkan tekanan darah lansia sebelum penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dan sesudah penerapan rendam kaki menggunakan air hangat.

D. Manfaat

1. Bagi penderita hipertensi

Memberikan informasi tentang rendam kaki menggunakan air hangat untuk menurunkan tekanan darah.

2. Bagi Penulis

Menambah wawasan dan pengalaman peneliti mengenai rendam kaki menggunakan air hangat yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah bahan referensi bagi mahasiswa tentang rendam kaki menggunakan air hangat sebagai pengobatan farmakologi dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.