

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Meningkatnya penduduk dewasa dibutuhkan perhatian dari semua pihak dalam mengantisipasi berbagai permasalahan yang ada, terutama pada masalah kesehatan. Banyak dewasa pada saat ini memiliki pola hidup tidak sehat, hal itu terjadi dikarenakan sibuk bekerja dan aktivitas lainnya. Permasalahan yang sering terjadi pada dewasa salah satunya penyakit hipertensi. Masyarakat penderita hipertensi cenderung lebih tinggi pada usia dewasa, ini dapat menjadi masalah yang serius karena dapat mengganggu aktivitas dan dapat mengakibatkan komplikasi yang berbahaya jika tidak terkendali dan tidak diupayakannya pencegahan dini (Erna, 2018).

Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan (Kemenkes, 2018).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi disebut sebagai *the silent killer* karena gejalanya sering tanpa keluhan. Hipertensi menjadi kontribusi tunggal utama untuk penyakit yang sering terjadi, seperti : jantung, ginjal, dan stroke di Indonesia (Kemenkes RI, 2021). Seseorang didiagnosis hipertensi jika hasil

pengukuran tekanan darah didapatkan hasil tekanan sistol  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastol  $\geq 90$  mmHg pada lebih dari satu kali kunjungan (AHA, 2017).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, satu milyar orang di dunia menderita hipertensi, dua pertiga di antaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah-sedang. Prevalensi hipertensi akan terus meningkat tajam diprediksikan pada tahun 2025 nanti sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara, yang sepertiga populasinya menderita hipertensi. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) prevalensi hipertensi pada penduduk umur 18 tahun ke atas di Indonesia sebesar 34,17%. Ini mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Prevalensi hipertensi di Provinsi Sumatera Barat yaitu 25,2%, dan prevalensi hipertensi di Kota Padang yaitu sebesar 19,2% (Dinkes, 2020).

Menurut *American Heart Association* (AHA) 2017, Banyak faktor risiko sebagai penyebab penyakit hipertensi. Adapun faktor risiko terjadinya kejadian hipertensi dapat dibedakan atas faktor risiko yang tidak dapat diubah (seperti : keturunan atau genetik, jenis kelamin, dan umur) dan faktor risiko yang dapat diubah (seperti : kegemukan atau obesitas, kurang olahraga atau aktivitas fisik, merokok, stres, konsumsi alkohol dan konsumsi garam). Ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Virendrakumar (2018) yang mengatakan

bahwa faktor penyebab hipertensi yaitu: sering konsumsi alkohol, merokok, obesitas, kurang olahraga, perubahan pola makan.

Dampak dari hipertensi pada dewasa bila tidak segera diatasi dapat mengakibatkan kelainan yang fatal. Kelainan itu misalnya kelainan pembuluh darah, jantung (kardiovaskuler) dan gangguan ginjal, bahkan pecahnya pembuluh darah kapiler di otak atau lebih biasa disebut dengan stroke dan berakhir dengan kematian. Hipertensi dapat dikendalikan dengan pengobatan farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan menggunakan obat anti hipertensi untuk menurunkan tekanan darah, sedangkan pengobatan non farmakologi dapat dilakukan dengan beberapa upaya seperti mengatasi obesitas dengan menurunkan berat badan, pemberian kalium dalam bentuk makanan dengan konsumsi buah dan sayur, mengurangi asam garam dan lemak jenuh, berhenti merokok, mengurangi konsumsi alkohol, menciptakan keadaan rileks dan latihan fisik/olahraga secara teratur (Destria dkk, 2022).

Pengobatan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan terapi komplementer yang dapat membantu menurunkan tekanan darah. Salah satu upaya yang dapat membantu menurunkan tekanan darah atau mengontrol tekanan darah pada dewasa adalah dengan pemberian hidroterapi (hidroterapi). Hidroterapi merupakan gabungan dari bahasa Yunani hydor (air) dan therapeai (penyembuhan) merupakan salah satu metode yang dapat membantu menyembuhkan, mengobati, atau meredakan tekanan darah. Hidroterapi adalah salah satu metode pengobatan dasar yang banyak digunakan

dalam sistem pengobatan alami, yang juga dikenal sebagai terapi air, terapi akuatik, dan terapi kolam. Penggunaan hidroterapi untuk hipertensi sudah dilakukan sejak zaman dahulu, lebih tepatnya pada abad ke-19, dimana Vincent Priessnitz penemu hidroterapi modern menggunakan terapi ini untuk memperlancar peredaran darah, kemudian penemuan Vincent menarik minat dari Amerika, kemudian menggunakan hidroterapi untuk mengobati hipertensi pada pasien di 213 rumah sakit pada tahun antara 1840-1900 (Letlora, M. C, 2018).

Hidroterapi kaki atau disebut juga rendam kaki menggunakan air hangat akan merangsang saraf yang terdapat pada kaki untuk merangsang baroreseptor, dimana baroreseptor merupakan refleksi paling utama dalam menentukan kontrol regulasi pada denyut jantung dan tekanan darah. Baroreseptor akan menerima rangsangan dari peregangan atau tekanan yang berlokasi di arkus aorta dan sinus karotikus. Pada saat tekanan darah arteri meningkat dan arteri meregang, reseptor ini dengan cepat mengirim impulsnya ke pusat vasomotor mengakibatkan vasodilatasi pada arteriol dan vena dan perubahan tekanan darah (Biahimo et al., 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Dilianti et al., 2020) Hidroterapi rendam kaki air hangat merupakan salah satu jenis terapi alamiah yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung, mengendorkan otot-otot, menghilangkan stress, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas

kapiler, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada hipertensi.

Menurut penelitian Zahra et al (2019) perpindahan panas dari air hangat ke tubuh akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah, dapat membantu membuka meridian yang tersumbat, memperlancar peredaran darah ke seluruh tubuh, mengurangi ketegangan otot, mengurangi edema, menyetatkan jantung, menghilangkan stres, menghilangkan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, dan memberikan kehangatan pada tubuh. Sehingga sangat bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah pada kasus hipertensi.

Menurut penelitian Hartinah, et al (2019) pemberian hidroterapi pada pasien hipertensi sebanyak 5 kali dalam 5 hari berturut turut selama kurang lebih 15 menit dengan suhu air 32°C - 35°C merendam kaki dalam air hangat setinggi mata kaki mendapatkan hasil yang signifikan. Dimana pengukuran awal didapatkan rata-rata tekanan darah sistolik 165 dan tekanan darah diastolik 101. Setelah dilakukan pengobatan didapatkan penurunan tekanan darah sistolik sebesar 151 mmHg, dan penurunan tekanan darah diastolik menjadi 92 mmHg.

Menurut penelitian Arafah (2019) mengungkapkan bahwa terdapat efek terapeutik rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air hangat sangat signifikan dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi dengan  $p = 0,000$ .

Berdasarkan data survei pengkajian yang dilakukan oleh peneliti pada saat praktek profesi keperawatan komunitas di RW 02 Kelurahan Binuang wilayah kerja Puskesmas Pauh didapatkan hasil dari semua agregat yang ada, 64% agregat yang paling banyak menderita hipertensi adalah agregat dewasa. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan kepada 10 orang dewasa di RW 02 Kelurahan Binuang Kecamatan Pauh melalui wawancara didapatkan bahwa 7 dari 10 responden mengalami hipertensi dengan tekanan darah sistol 155-160 mmhg dan diastol 80-85 mmhg. 2 dari 10 responden mengalami hipertensi dengan tekanan darah sistol 167-170 mmhg dan diastol 85-87 mmhg. Dan 1 dari 10 responden mengalami hipertensi dengan tekanan darah sistol 175 mmhg dan diastol 90 mmhg. Responden mengatakan kurang dalam mengkonsumsi buah dan sayur, sering memakan makanan yang berminyak, memakan makanan yang berlemak, dan makanan bersantan. Responden mengatakan sering tidur larut malam, kurang melakukan aktivitas fisik seperti olahraga, dan tidak pernah melakukan pengecekan tekanan darah secara rutin ke fasilitas kesehatan. Responden mengatakan jika tekanan darahnya tinggi hanya minum obat warung dan itu tidak rutin meminumnya dikarenakan sibuk bekerja dan aktivitas lainnya.

Berdasarkan studi pendahuluan ini, peneliti tertarik untuk membuat artikel ilmiah yang berjudul “Penerapan Terapi Hidroterapi Kaki Pada Hipertensi untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang”.

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan terapi hidroterapi kaki pada hipertensi untuk menurunkan tekanan darah.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Melakukan pengkajian pada Ny. M dengan masalah hipertensi di RW 02 Kelurahan Binuang Kecamatan Pauh
- b. Menetapkan diagnosa keperawatan pada Ny. M dengan masalah hipertensi di RW 02 Kelurahan Binuang Kecamatan Pauh
- c. Menetapkan intervensi keperawatan pada Ny. M dengan masalah hipertensi di RW 02 Kelurahan Binuang Kecamatan Pauh
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada Ny. M dengan masalah hipertensi di RW 02 Kelurahan Binuang Kecamatan Pauh
- e. Mengevaluasi implementasi pendidikan kesehatan dengan mengajarkan hidroterapi kaki untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. M di RW 02 Kelurahan Binuang Kecamatan Pauh

## **C. Manfaat**

### **1. Bagi Peneliti**

Sebagai pengembangan kemampuan peneliti dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman peneliti dalam melakukan asuhan keperawatan pada dewasa dengan masalah hipertensi dengan metode hidroterapi kaki untuk menurunkan tekanan darah.

## **2. Bagi Institusi Pendidikan**

- a. Memberikan masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu keperawatan mengenai perawatan komprehensif pada dewasa dengan masalah hipertensi dengan metode hidroterapi kaki untuk menurunkan tekanan darah.
- b. Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada dewasa dengan masalah hipertensi dengan metode hidroterapi kaki untuk menurunkan tekanan darah.

## **3. Bagi Dewasa dan Keluarga**

Hasil implementasi ini dapat dilakukan secara berkelanjutan oleh dewasa dengan di damping keluarga dirumah, sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan dewasa di keluarga.

## **4. Bagi Puskesmas**

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas dengan membuat suatu pembuatan kebijakan standar asuhan keperawatan terhadap Dewasa dengan masalah hipertensi dengan dengan metode hidroterapi kaki untuk menurunkan tekanan darah.