

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah terus-menerus mengalami peningkatan secara kronis (WHO, 2017). Tekanan darah tinggi biasanya dilihat dari peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik. Seseorang dikatakan memiliki tekanan darah tinggi saat tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg yang diukur pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang (Kemenkes, 2018). Hipertensi atau biasa dikenal sebagai “*silent killer*”, menjadi salah satu masalah kesehatan yang mendunia. Hipertensi mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (Mills et al., 2018). Seseorang yang mengalami hipertensi ini biasanya berpotensi mengalami penyakit seperti stroke dan penyakit jantung (Manurung, 2019).

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 setiap tahunnya dan diprediksikan pada tahun 2025 nanti terdapat sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi (Suprayitno, 2020). Hipertensi telah mengakibatkan

kematian sekitar 8 juta orang setiap tahunnya, dimana 1,5 juta kematian diantaranya terjadi di Asia Tenggara (Hasan, 2020).

Berdasarkan Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) yang dalam hal ini merupakan survei yang mengintegrasikan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dan Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGI), mengatakan bahwa kasus penyakit hipertensi adalah salah satu penyakit tertinggi di Indonesia yang mencapai 30,8%. Pada tahun 2023, provinsi dengan jumlah penyakit hipertensi tertinggi adalah Kalimantan Tengah dengan angka 40,7%, kemudian diikuti Kalimantan Selatan dengan persentase 35,8%, dan Provinsi Jawa Barat dengan persentase 34,4%. Provinsi Sumatera Barat sendiri berada di urutan ke-22 dengan prevalensi hipertensi 22,97%. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2022, hipertensi merupakan salah satu penyakit terbanyak yang diderita oleh masyarakat dengan jumlah penderita 156.870 orang (BPS Sumatera Barat, 2022).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2022, terdapat 37.011 orang dengan hipertensi di Kota Padang. Dimana dari 23 Puskesmas di Kota Padang, Puskesmas Andalas menempati urutan pertama dengan jumlah hipertensi 20,8% kasus, diikuti oleh Puskesmas Belimbing, dan Puskesmas Lubuk Begalung di urutan kedua dan ketiga (Dinas Kesehatan Kota, 2022). Puskesmas Pauh sebagai lokasi penelitian, berada pada urutan kelima dengan jumlah hipertensi sebanyak 15,8% kasus. Dilihat dari hasil ini, walaupun wilayah Puskesmas Pauh tidak

menempati posisi pertama, namun jika masyarakat tetap tidak mendapat pelayanan sebagaimana mestinya maka akan muncul risiko penyakit yang sulit untuk ditangani nantinya (Amin, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang di lakukan oleh peneliti di Puskesmas Pauh, pihak puskesmas dan masyarakat mengatakan bahwasanya sudah pernah dilakukan beberapa penyuluhan serta program terkait hipertensi di wilayah ini, diantaranya Posbindu PTM, penyuluhan tentang program CERDIK (Cek Kesehatan Rutin, Enyahkan Asap Rokok, Rajin Aktivitas Fisik, Diet Seimbang, Istirahat Cukup, Kelola Stress), serta beberapa penyuluhan lain terkait penanganan hipertensi di masyarakat. Selain itu, saat dilakukan wawancara kepada beberapa pasien hipertensi, ternyata masyarakatpun sudah pernah mencobakan terapi non farmakologi seperti meminum air rebusan serai, jahe, dan daun alpukat, namun keluhan hipertensi dan jumlah kasus hipertensi di wilayah Puskesmas Pauh masih tetap tinggi. Hal ini bisa terjadi karena minimnya kesadaran kelompok usia produktif dalam memeriksakan kesehatan sejak dini ke fasilitas kesehatan.

Menurut *American Heart Association* (AHA) 2020, Banyak faktor risiko sebagai penyebab penyakit hipertensi. Adapun faktor risiko terjadinya 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) (Dicky et al., 2018). Hal ini, sejalan dengan penelitian

yang telah dilakukan oleh Virendrakumar (2019) yang mengatakan bahwa faktor penyebab hipertensi yaitu sering konsumsi alkohol, merokok, obesitas, kurang olahraga, serta perubahan pola makan.

Dampak dari hipertensi pada dewasa bila tidak segera diatasi dapat mengakibatkan kelainan yang fatal (Astutik & Mariyam, 2021). 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 (Lutfiyati et al., 2017). 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 konsumsi garam dan lemak jenuh, berhenti merokok, mengurangi konsumsi alkohol, menciptakan keadaan rileks dan latihan fisik atau olahraga secara teratur (Destria et al., 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 (rendam kaki dengan air hangat) (Astutik & Mariyam, 2021). Hidroterapi merupakan gabungan dari bahasa Yunani *hydor* (air) dan

therapeai (penyembuhan). 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 (Arafah, 2019). 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, 2018).

Hidroterapi kaki 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 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 impulsnya ke pusat vasomotor mengakibatkan vasodilatasi pada arteriol dan vena dan perubahan tekanan darah. Dilatasi arteriol menurunkan tahanan perifer dan dilatasi vena menyebabkan darah menumpuk pada vena sehingga mengurangi aliran balik vena, dan dengan demikian menurunkan curah jantung. Impuls aferen suatu baroreseptor yang mencapai jantung akan merangsang aktivitas saraf parasimpatis dan menghambat pusat simpatis (kardioaselerator) sehingga menyebabkan

penurunan denyut jantung dan daya kontraktilitas jantung (Biahimo, 2020).

Menurut Fondy (2017) terapi hidroterapi sangat efektif, mudah dilakukan, cepat, dan ekonomis diantara terapi lain. Selain itu, terapi ini juga dianggap paling efektif karena pasien dengan cepat merasakan adanya perbaikan pada gejala, perawatan mudah dilakukan, ditoleransi dengan baik, sedikit risiko, serta tidak mahal (Kartini et al., 2022).

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, menyetatkan jantung, mengendorkan otot-otot, menghilangkan stress, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, dan memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada 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, mendapatkan hasil yang signifikan untuk menurunkan tekanan darah. Penelitian Arafah (2019) juga mengungkapkan bahwa terdapat efek rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah. Hasil penelitian ini 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 praktik profesi keperawatan komunitas keluarga di RW 04 Kelurahan Cupak Tengah 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 04 Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh melalui wawancara, didapatkan bahwa 7 dari 10 responden mengalami hipertensi dengan tekanan darah sistolik 155-160 mmhg dan diastolik 80-85 mmhg. 2 dari 10 responden mengalami hipertensi dengan tekanan darah sistolik 167-170 mmhg dan diastolik 85-87 mmhg. 1 dari 10 responden mengalami hipertensi dengan tekanan darah sistolik 175 mmhg dan diastolik 90 mmhg. Responden mengatakan bahwa 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 “Asuhan Keperawatan Keluarga pada Ny.K

dengan Hipertensi melalui Penerapan Terapi Hidroterapi Kaki di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

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

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada Ny. K dengan masalah hipertensi di RW 04 Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh
- b. Menetapkan diagnosa keperawatan pada Ny. K dengan masalah hipertensi di RW 04 Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh
- c. Menetapkan intervensi keperawatan pada Ny. K dengan masalah hipertensi di RW 04 Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada Ny. K dengan masalah hipertensi di RW 04 Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh
- e. Mengevaluasi tujuan atau *outcome* yang telah direncanakan sebelumnya pada Ny. K di RW 04 Kelurahan Cupak Tengah 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

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.

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.