

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Banyak orang di seluruh dunia memiliki penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi (Campbell et al., 2022). Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia karena berkontribusi terhadap penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke. Hipertensi didiagnosis bila pengukuran tekanan darah dilakukan dalam waktu dua hari dan tekanan darah sistolik 140 mmHg atau lebih, tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih (P2PTM Kemenkes RI, 2021).

Hipertensi biasanya tidak dirasakan gejalanya dalam jangka waktu yang lama sampai terjadi komplikasi terhadap organ yang di serang. Sakit kepala atau rasa berat di leher, pusing, jantung berdebar, mudah lelah, pandangan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan merupakan beberapa tanda dan gejala hipertensi. Jumlah penderita hipertensi dewasa meningkat dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015, dengan sebagian besar peningkatan terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari kondisinya. Target global penyakit tidak menular salah satunya yaitu penurunan prevalensi hipertensi antara tahun 2010 dan 2030 sebesar 33% (World Health Organization, 2023). WHO memperkirakan prevalensi kejadian hipertensi di dunia dari jumlah seluruh penduduk dunia yaitu 22%. Asia Tenggara menjadi peringkat ketiga prevalensi

hipertensi tertinggi yaitu 25% dari jumlah seluruh penduduk (Kemenkes RI, 2019). Di Indonesia pada tahun 2018, prevalensi hipertensi di antara berbagai kelompok usia adalah 64,9% secara keseluruhan, 13,2% untuk usia 18-24 tahun, 20,1% untuk usia 25-34 tahun, 31,6% untuk usia 35-44, dan 45,3% di antara orang dewasa yang lebih tua (Sawitri et al., 2022).

Pada tahun 2021, terdapat kekhawatiran yang signifikan tentang hipertensi yang signifikan di Sumatera Barat, dengan 162.979 kasus yang dilaporkan. Secara khusus, 31,5% dari populasi, atau 51.360 orang berusia 15 tahun ke atas, didiagnosis menderita hipertensi. Di antara kecamatan-kecamatan di Kota Padang, Puskesmas Pauh memiliki kejadian hipertensi tertinggi pada individu berusia 15 tahun ke atas, yaitu sebanyak 6.691 kasus. Diikuti oleh Puskesmas Andalas melaporkan 4.506 kasus, Puskesmas Lubuk Kilangan mencatat 4.056 kasus, Puskesmas Lapai 3.563 kasus, Puskesmas Air Tawar 3.058 kasus, dan Puskesmas Rawang Barat 3.039 kasus (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2022).

Sebuah penelitian menemukan bahwa memiliki BMI > 25 meningkatkan risiko mengalami hipertensi sebesar 3,05 kali lipat, memiliki anggota keluarga yang menderita hipertensi meningkatkan risiko hampir 3 kali lipat, dan tidak minum alkohol mengurangi risiko hipertensi sebesar 70% (Ondimu et al., 2019). Penelitian lain menemukan bahwa merokok dan minum alkohol berhubungan dengan hipertensi, sedangkan seseorang yang melakukan olahraga cukup biasanya rata-rata memiliki tekanan darah normal. Seseorang penderita diabetes, riwayat

penyakit kardiovaskular dan wanita pasca menopause lebih beresiko terkena hipertensi (Dhungana et al., 2016).

Obesitas, pola makan yang buruk, aktivitas fisik, stres, merokok, kurang tidur, dan penggunaan alkohol merupakan faktor risiko hipertensi pada dewasa muda (Meher, Pradhan & Pradhan, 2019). Hipertensi dapat menyebabkan masalah seperti aterosklerosis, serangan jantung, stroke, pembesaran jantung, dan kerusakan ginjal. Orang dewasa yang tidak terdiagnosis hipertensi dapat menghadapi peningkatan risiko pada kematian. Hipertensi merupakan penyakit kronis yang dapat menyebabkan kematian jika tidak diobati, deteksi dini dan pengetahuan terkait faktor risiko hipertensi pada orang dewasa sangatlah penting (Debora et al., 2023).

Upaya untuk mengatasi hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi adalah pengobatan yang menggunakan obat atau senyawa dalam kerjanya dapat mempengaruhi tekanan darah pasien. Terapi 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. Terapi non farmakologi dapat dilakukan dengan memodifikasi gaya hidup, terapi komplementer seperti; latihan fisik dan rendam kaki (*hydrotherapy*) (Lalage, 2015).

Hydrotherapy merupakan pengobatan nonfarmakologi dengan teknik menggunakan air yang dapat mengobati atau meringankan kondisi yang menyakitkan dan merupakan metode terapi dengan pendekatan “*low tech*” yang mengandalkan pada respon-respon tubuh terhadap air. *Hydrotherapy* dapat menurunkan tekanan darah jika dilakukan secara rutin. Sirkulasi darah dapat lebih lancar dan kekuatan otot ligamen dapat bertambah karena air hangat. Mekanisme kerja dari *hydrotherapy* yaitu dengan merendam kaki pada air dengan suhu 38°C-40°C dengan durasi waktu kurang lebih 20-30 menit, dimana akan terjadi konduksi atau perpindahan panas pada tubuh yang mengakibatkan pembuluh darah yang melebar serta penurunan ketegangan otot (Harnani & Axmalia, 2017).

Tekanan air yang diberikan pada tubuh dapat meningkatkan sirkulasi darah dan merangsang sistem saraf otonom untuk merespons dengan merilekskan tubuh dan menurunkan tekanan darah. Selain itu, terapi air hangat juga dapat membantu mengurangi stres dan ketegangan, yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah (Sumarmi & Maulida, 2022). *Hydrotherapy* merupakan terapi yang praktis, dapat dilakukan di rumah, dan tidak memerlukan peralatan khusus, menjadikannya opsi yang mudah diakses untuk pengelolaan hipertensi (Green & Thomas, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan Kumar & Shetty (2021), menyebutkan bahwa penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat merupakan metode yang aman, mudah dan efektif digunakan dalam menurunkan tekanan darah tanpa efek samping pada penderita hipertensi dan diperoleh adanya penurunan tekanan

darah sesudah dilakukannya terapi. Pada penelitian sebelumnya Dareda et al., (2023) telah dieksplorasi bahwa *hydrotherapy* rendam kaki terbukti efektif untuk penderita hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Rata-rata penurunan tekanan darah sistolik adalah 8-12 mmHg, dan penurunan tekanan darah diastolik adalah 5-8 mmHg. Hasil penelitian yang dilakukan Kumar & Shetty (2021), mengatakan didapatkan *hydrotherapy* rendam kaki air hangat mempengaruhi tekanan darah sistolik dan diastolik dengan penurunan rata-rata sebelum dilakukan intervensi yaitu tekanan darah sistolik 140,31 mmHg menjadi 123,12 mmHg. Rata-rata pada tekanan diastolik sebelum dilakukan terapi yaitu 97,61 mmHg dan rata-rata setelah dilakukan intervensi menjadi 83,25 mmHg.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengkajian yang dilakukan pada tanggal 26 Juni 2024 di RW 03, Kelurahan Kapalo Koto, Kecamatan Pauh, Kota Padang pada keluarga Tn. J didapatkan masalah keperawatan yaitu Tn. J berusia 51 tahun menderita penyakit hipertensi. Tn. J sebelumnya telah melakukan perawatan hipertensi dengan farmakologis yaitu meminum obat antihipertensi dari pelayanan kesehatan, namun saat ini Tn. J tidak rutin meminum obat antihipertensi tersebut dan keluarga dan Tn. J tidak mengetahui bagaimana perawatan hipertensi dengan nonfarmakologis. Oleh karena itu perlunya dilakukan pembinaan pada Tn. J dan keluarga dengan masalah hipertensi tersebut yaitu dengan perawatan

nonfarmakologis terapi *hydrotherapy* rendam kaki air hangat. Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk menerapkan terapi *hydrotherapy* rendam kaki air hangat kepada penderita hipertensi, guna membuktikan efektifitas terapi tersebut dan membantu memberikan penanganan nonfarmakologi kepada penderita hipertensi.

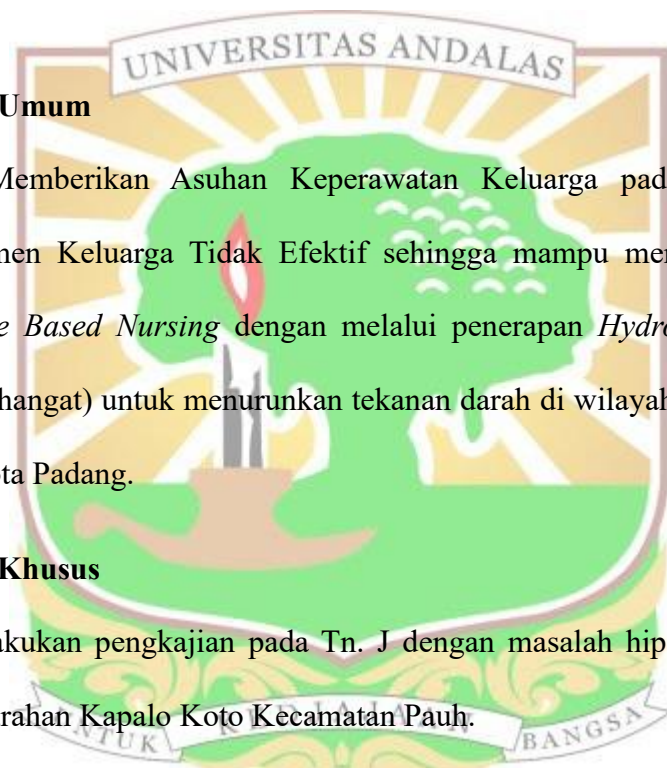
B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan Asuhan Keperawatan Keluarga pada Tn. J dengan Manajemen Keluarga Tidak Efektif sehingga mampu menerapkan aplikasi *Evidence Based Nursing* dengan melalui penerapan *Hydrotherapy* (rendam kaki air hangat) untuk menurunkan tekanan darah di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada Tn. J dengan masalah hipertensi di RW 03 Kelurahan Kapalo Koto Kecamatan Pauh.
- b. Menetapkan diagnosa keperawatan pada Tn. J dengan masalah hipertensi di RW 03 Kelurahan Kapalo Koto Kecamatan Pauh.
- c. Menetapkan intervensi keperawatan pada Tn. J dengan masalah hipertensi di RW 03 Kelurahan Kapalo Koto Kecamatan Pauh.
- d. Melakukan impementasi keperawatan pada Tn. J dengan masalah hipertensi di RW 03 Kelurahan Kapalo Koto Kecamatan Pauh.



- e. Mengevaluasi implementasi pendidikan kesehatan dengan mengajarkan *hydrotherapy* kaki untuk menurunkan tekanan darah pada Tn. J dengan masalah hipertensi di RW 03 Kelurahan Kapalo Koto 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 rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah.

2. Bagi Keluarga Dengan Penderita Hipertensi

Sebagai informasi yang dapat diterapkan dikeluarga mengenai penanganan anggota keluarga yang memiliki masalah kesehatan hipertensi.

3. Bagi Puskesmas

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas atau layanan kesehatan keperawatan terhadap keluarga yang bersifat promotif dan preventif mengenai terapi non-farmakologis hidroterapi rendam kaki air hangat guna mengatasi masalah hipertensi dalam membuat suatu kebijakan untuk meningkatkan standar asuhan keluarga.

4. Bagi Institusi

Memberikan masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu keperawatan mengenai perawatan komprehensif pada

keluarga dengan masalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif dengan cara menerapkan *hydrotherapy* rendam kaki air hangat untuk mengurangi gejala hipertensi.



