

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tekanan darah yang meningkat atau disebut juga dengan hipertensi menjadi salah satu bagian dari penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) dengan penderita dan penyebab kematian terbanyak nomor satu di negara maju maupun negara berkembang. Hipertensi merupakan suatu keadaan medis yang cukup serius dimana secara signifikan dapat meningkatkan risiko penyakit hati, otak, ginjal, jantung, dan penyakit lainnya. Hipertensi dapat terjadi apabila tekanan darah yang diedarkan ke dinding arteri dan pembuluh darah lebih besar dari dinding arteri dan pembuluh darah itu sendiri (WHO, 2019). Hipertensi merupakan keadaan umum dimana suplai aliran darah pada dinding arteri lebih besar sehingga dapat menyebabkan beberapa masalah kesehatan, seperti jantung. Semakin besar suplai darah dan semakin dekat dengan arteri, maka tekanan darah juga semakin meningkat. Hipertensi pada tahun pertama sering terjadi asimtomatis (tanpa gejala). Meskipun gejala jarang muncul atau jarang disadari, jika terjadi dalam jangka waktu panjang dan terus menerus, adanya hipertensi mulai terdeteksi. Peningkatan tekanan darah tinggi secara tidak terkontrol akan menyebabkan masalah hati dan jantung yang cukup serius (Mayo Clinic, 2018). Penderita hipertensi saat ini banyak terdapat pada kalangan lansia. Faktor usia yang semakin bertambah membuat kinerja bagian tubuh tidak lagi maksimal tetapi tekanan darah pada tubuh tetap meningkat. Diiringi dengan minimnya pengetahuan atau edukasi tentang pola hidup sehat, hipertensi cukup jarang

untuk dikenali jika tidak melakukan pemeriksaan di fasilitas kesehatan terdekat.

Pengobatan hipertensi berlangsung seumur hidup sehingga harus dikombinasikan dengan pengobatan non farmakologis yaitu terapi-terapi seperti rendam kaki dengan air hangat, relaksasi nafas dalam, pemberian jus buah. Terapi rendam kaki dengan air hangat merupakan metode non farmakologi yang menggunakan air sebagai metode pengobatan dan meringankan kondisi yang menyakitkan dengan suhu kisaran 39,0-42,0°C (Ilkafah, 2016).

Menurut WHO (2019), 1.13 miliar manusia di dunia menderita hipertensi, 2/3 dari mereka yang tinggal di negara berkembang dengan kondisi ekonomi sedang cenderung rendah. Pada tahun 2015, 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita memiliki hipertensi. Hal ini membuktikan bahwa pria lebih mudah terkena hipertensi dibanding wanita. Meskipun begitu pada suatu keadaan, wanita memiliki risiko yang cukup tinggi juga terhadap hipertensi. Salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi menjadi 25% pada 2025 kelak. Di Indonesia, hipertensi masih mencapai angka yang cukup tinggi dengan total 63 juta lebih penduduknya menyandang hipertensi. Angka kematian di Indonesia yang diakibatkan oleh hipertensi sebesar 427.218 kematian. Kelompok terbesar penyandang hipertensi terdapat pada rentang usia 55-64 tahun, dimana pada usia ini dikenal dengan kelompok lansia (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data dari Dinkes Jawa Timur (2018), penderita hipertensi atau tekanan darah tinggi mencapai presentase 22,71 % atau sekitar 2.360.592 penduduk dengan

mayoritas penderitanya wanita, sebesar 1.146.412 penduduk. Untuk penderita hipertensi pada laki-laki di wilayah Jawa Timur sendiri sebesar 808.009 penduduk. Sedangkan penderita hipertensi di wilayah Kabupaten Ponorogo, dari 167.665 penduduk yang berusia >60 tahun, didapatkan data sebanyak 67.435 penduduk yang menderita hipertensi (Dinkes Ponorogo, 2020).

Penatalaksanaan hipertensi meliputi terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi hipertensi secara farmakologi telah diketahui banyak orang dengan cara mengkonsumsi obat-obatan medis atas resep dokter. Sedangkan untuk pengobatan nonfarmakologi dapat dilakukan dengan berbagai anjuran modifikasi gaya hidup, yakni pola diet, aktivitas fisik, larangan merokok dan pembatasan konsumsi beralkohol (Rahmah, 2020). Selain modifikasi gaya hidup, yang para penderita hipertensi dapat melakukan beberapa terapi secara mandiri dan mudah dilakukan dimanapun dan kapanpun, meliputi terapi rendam kaki dengan air hangat, relaksasi nafas dalam, dan mengkonsumsi jus buah tertentu. Dalam penulisan ini akan dikhususkan pada teknik merendam kaki dengan air hangat.

Teknik merendam kaki dengan air hangat dalam penanganan hipertensi dipercaya dapat mempercepat prosesnya. Hal ini dikarenakan adanya pengaruh air hangat yang menghasilkan energi kalor yang bersifat mendilatasi pembuluh darah dan melancarkan peredaran darah juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan syaraf parasimpatetik sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah. Secara ilmiah, penggunaan air hangat dengan suhu 39-40°C memang memiliki dampak secara fisiologis bagi tubuh dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan

aliran darah serta kinerja jantung (Lalage, 2015). Pengobatan dengan metode nonfarmakologi secara umum lebih mudah dilakukan dengan mandiri dan lebih efisien waktu maupun lain-lain. Beberapa penderita hipertensi yang mayoritas terjadi pada lansia mengalami kesulitan ketika melakukan pengobatan ke fasilitas kesehatan, sehingga metode nonfarmakologi ini berperan lebih efisien pada proses pengobatan yang dilakukan dirumah. Para penderita hipertensi dapat menurun jumlahnya jika memahami dengan baik tanda-tanda hipertensi, cara pengobatan, dan hal-hal yang sebaiknya dihindari. Tetapi tidak semua metode nonfarmakologi bekerja secara optimal, sehingga proses pengobatan bisa saja berjalan lambat atau bahkan penderita tidak tertolong.

Saat ini, akses terhadap dunia digital begitu mudah dan siapapun dapat melakukannya. Pada beberapa platform tertentu tidak memiliki batasan usia minimal pada *user*nya sehingga anak kecil atau kelompok lanjut usia pun dapat menggunakan. Tidak terbatasnya akses saat ini memudahkan masyarakat mendapatkan informasi-informasi yang berkaitan dengan yang dialaminya. Selain efisien dari segi biaya, hal ini juga efisien secara waktu dan tenaga. Salah satu media yang dapat diakses tersebut yaitu video. Video merupakan salah satu media yang tampak secara visual dan memiliki audio. Kehadiran video saat ini memiliki pengaruh yang baik terhadap kemajuan bagi manusia dan kebudayaannya. Kemajuan teknologi mengakibatkan informasi apapun dapat diperoleh dengan mudah dan cepat, baik itu dari negara yang jauh sekalipun.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan pembuatan Hak Kekayaan Intelektual (HKI) dengan karya yang berjudul “Video Pembelajaran Prosedur Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi”. Video ini diharapkan dapat menjadi rujukan yang informatif bagi setiap orang khususnya lansia dengan hipertensi agar lebih mudah memperoleh pengetahuan dalam pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat secara mandiri dan tepat.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang permasalahan hipertensi tersebut, maka penulis merumuskan permasalahan pentingnya pembelajaran prosedur pemberian terapi rendam kaki air hangat pada lansia hipertensi dengan media video.

1.3 Tujuan

Penyusunan video Hak Kekayaan Intelektual (HKI) ini bertujuan untuk memberikan informasi yang edukatif terhadap masyarakat tentang prosedur terapi rendam kaki air hangat pada lansia hipertensi.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan serta literatur untuk pengembangan ilmu kesehatan dan keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi masyarakat umum (responden), dapat memberikan informasi atau edukasi mengenai terapi non farmakologi yang tepat dan efektif dalam menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia.

2. Bagi peneliti selanjutnya, dapat menjadi rujukan, referensi tambahan, literatur untuk mengembangkan informasi selanjutnya.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian yang sudah dilakukan terkait terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi.

1. Nurul Solechah dkk, 2017, Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Di Puskesmas Bahu Manado. Sampel dari penelitian ini adalah penderita hipertensi di Puskesmas Bahu yang memenuhi kriteria inklusi, menggunakan teknik *non random sampling* dengan metode *purposive sampling* didapatkan 17 orang. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini metode quasi experiment designs dengan rancangan *one group time series*, dengan melakukan observasi pretest kemudian perlakuan (terapi rendam kaki dengan air hangat) dan observasi posttest sebanyak tiga kali. Hasil penelitian ini berdasarkan uji *friedman* didapatkan bahwa $P\text{-Value} = 0,689 > (\alpha = 0,05)$, maka tidak terdapat perbedaan antara hasil tekanan darah sistolik setelah terapi rendam kaki dengan air hangat.
2. Dewi Hartinah, dkk (2019), *The Effect Of Hydrotherapy On Blood Pressure Of The Hypertensive Patients In Public Hospital Of RS Kartini Jepara*. Penelitian ini menggunakan metode quasy eksperimen pre-post tes non ekuivalen kontrol grup dengan sampel yang digunakan sejumlah 20 pasien yang dipilih menggunakan metode teknik sampling purposif. Pada penelitian ini diketahui bahwa,

penelitian yang dilakukan selama 5 hari dengan ketentuan responden pada kontrol grup tidak diberlakukan intervensi. Hasil dari penelitian ini diperoleh terdapat perbedaan penurunan tekanan darah sistolik sejumlah 19,00 mmHg dan tekanan darah diastolik sejumlah 4,00 mmHg dengan p-value 0,000 sistolik dan p-value 0,0443 diastolik. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu hidroterapi (terapi rendam kaki air hangat) memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di RS RA Kartini Jepara.

3. Nyayu Nina Putri 2020, Gambaran Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kademangan Kabupaten Cianjur. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini merupakan lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kademangan, Cianjur, Jawa Barat. Teknik sampling yang digunakan *accidental sampling*. Hasil yang didapat dari 338 responden atau 96%, sangat sedikit yang mengalami hipertensi ringan, yaitu sebanyak 9 atau 2,6 % saja dan sangat sedikit responden yang mengalami hipertensi berat sebanyak 5 atau 1,4 % lansia