

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah salah satu penyakit kardiovaskular dengan nilai tekanan darah ≥ 140 dan/atau ≥ 90 mmHg. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. Penyakit hipertensi dapat menyebabkan penyakit degeneratif, hingga kematian. Kejadian hipertensi termasuk masalah yang besar dan serius, karena pada individu yang mengalami hipertensi sering tidak merasakan keluhan dalam jangka waktu yang lama atau bertahun-tahun (Damayanti *et al.*, 2023).

Tekanan darah tinggi disebut the silent killer karena termasuk penyakit yang mematikan, penyakit tekanan darah tinggi dapat menyerang siapa saja baik muda ataupun tua (Wulandari *et al.*, 2016). Menurut World Health Organization (WHO, 2019) memperkirakan jumlah penderita hipertensi diseluruh dunia akan meningkat sebesar 1,5 miliar pada tahun 2025 dengan 10,44 juta orang menderita komplikasi dan berujung pada kematian. Indonesia merupakan salah satu dari 5 negara teratas di dunia untuk prevalensi hipertensi. Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada riset kesehatan dasar 2020 sebesar 25,8%. Kasus hipertensi di Indonesia diperkirakan hanya $\frac{1}{3}$ yang terdiagnosis (Kemenkes RI, 2021). Prevalensi hipertensi pada usia lansia (>55 tahun) lebih besar jumlahnya dari pada rentang usia lainnya yaitu 55,2% (Kemenkes RI, 2021). Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur >18 tahun di Kalimantan barat pada tahun 2013-2018 mengalami peningkatan angka kejadian dari 6,9% - 8,09% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan hasil data yang di peroleh puskesmas air upas angka kejadian hipertensi pada tahun 2022 sebesar 573 orang, sedangkan angka

kejadian hipertensi pada tahun 2023 sampai bulan April sebesar 265 orang

Hipertensi apabila tidak teratasi dapat menimbulkan komplikasi yang berbahaya yaitu gagal jantung (CHF), stroke, kerusakan ginjal dan kerusakan penglihatan. Berdasarkan beberapa penelitian, orang yang menderita hipertensi memiliki peluang 12 kali lebih besar untuk terkena stroke dan 6 kali lebih besar untuk terkena serangan jantung (Sari, 2017). Banyaknya kejadian hipertensi di masyarakat membuat orang-orang melakukan berbagai cara untuk mengobatinya penyakit yang dideritanya. Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu, terapi secara farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dapat menurunkan hipertensi namun memiliki efek samping seperti sakit kepala, pusing lemas dan mual terutama pada lansia yang sudah mengalami penurunan, sedangkan pengobatan hipertensi secara non-farmakologi dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat, seperti berhenti merokok, menurunkan konsumsi alkohol berlebih, menurunkan asupan garam dan lemak, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, penurunan berat badan berlebih, latihan fisik dan terapi alternatif komplementer "*Hidrotherapy*" (Feraiyati, 2017).

Hidrotherapy dapat menurunkan tekanan darah jika dilakukan secara rutin metode yang umum digunakan dalam hidroterapi salah satunya yaitu merendam kaki menggunakan air hangat. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh. Pertama berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, yang kedua adalah faktor pembebanan di dalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligamen yang mempengaruhi sendi tubuh (Lalage, 2015). Air hangat mempunyai dampak fisiologi bagi tubuh sehingga rendam kaki air hangat dapat digunakan sebagai salah satu terapi yang dapat memulihkan otot sendi yang kaku serta menyembuhkan stroke apabila dilakukan melalui kesadaran dan kedisiplinan. Hidrotherapy rendam hangat ini sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya yang mahal, dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya.

Prinsip kerja dari hidroterapi rendam air hangat ini yaitu dengan menggunakan air hangat yang bersuhu sekitar 31°C - 39°C diatas suhu tubuh

sehingga pasien nyaman. Secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah akibatnya lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan dan ketegangan otot. Perbaikan sirkulasi darah juga memperlancar sirkulasi getah bening sehingga membersihkan tubuh dari racun. Oleh karena itu orang-orang yang menderita penyakit seperti rematik, radang sendi, linu panggul, sakit punggung, insomnia, kelelahan, stres, sirkulasi darah yang buruk (hipertensi), nyeri otot, kram, kaku, terapi air bisa digunakan untuk meringankan masalah tersebut (Restuningtyas, 2019).

Menurut Ambarsari, Ermiami, dan Hidayati, (2020) Kalor yang dihasilkan dari proses rendam kaki air hangat membuat pembuluh darah menjadi lebar, saraf yang berada di kaki terangsang sehingga sistem saraf parasimpatis dapat diaktifkan dan tekanan darah mengalami penurunan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Astutik & Mariyam (2021) menunjukkan bahwa adanya penurunan tekanan darah pada lansia yang diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat sebanyak tiga kali dan setiap intervensi berlangsung selama 20 menit, rata-rata tekanan darah berkurang sebesar 7,21 mmHg sistolik dan 1,1 mmHg diastolik. Proses terapi rendam kaki air hangat terasa lebih berkhasiat karena energi panas dari air hangat memiliki sifat mendilatasi sehingga membantu efektivitas sirkulasi darah juga memberi rangsangan pada saraf-saraf kaki agar saraf parasimpatis dapat diaktifkan serta mengendalikan tekanan darah (Astutik & Mariyam, 2021).

Peneliti telah berdiskusi kepada tenaga medis yang lain di puskesmas air upas untuk melakukan terapi non farmakologi pada pasien hipertensi dengan cara penerapan rendam kaki menggunakan air hangat karena dari beberapa jurnal yang didapatkan ternyata hasilnya berpengaruh dalam penurunan tekanan dan nanti nya hasil dari karya tulis ilmiah ners ini akan diskusikan kembali kepada tenaga medis puskesmas air upas untuk ditindak lanjutkan jika hasilnya baik untuk penurunan tekanan darah.

Berdasarkan Praktik yang dilakukan di wilayah kerja puskesmas air upas ketapang diperoleh beberapa jumlah pasien yang berada di sekitar

lingkungan wilayah kerja puskesmas air upas ketapang dengan masalah keperawatan hipertensi tetapi yang menjadi subjek pemberian asuhan keperawatan Ny.A yang akan diberikan terapi rendam kaki menggunakan air hangat untuk menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan Latar Belakang penulis tertarik mengambil judul “Penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Upas Ketapang.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, rumusan masalah yang didapatkan adalah bagaimanakah hasil Penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Upas Ketapang.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mahasiswa mampu mengetahui hasil asuhan keperawatan dan penerapan Penerapan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Upas Ketapang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pengkajian keperawatan pada klien dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Upas Ketapang.
- b. Menganalisis diagnosa keperawatan pada klien dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Upas Ketapang.
- c. Menganalisis intervensi keperawatan pada klien dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Upas Ketapang.
- d. Menganalisis implementasi keperawatan pada klien dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Upas Ketapang.
- e. Menganalisis evaluasi keperawatan pada klien dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Upas Ketapang.

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Pasien

Diharapkan tindakan yang telah diajarkan dapat diterapkan secara mandiri untuk membantu dan menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

2. Puskesmas Air Upas Ketapang

Hasil penelitian dapat memberikan informasi yang dapat dijadikan sebagai salah satu dasar penyusunan intervensi dan kebijakan dalam melakukan pengobatan nonfarmakologi bagi pasien penderita Hipertensi

3. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai informasi penelitian, yang dapat digunakan sebagai materi pembelajaran keperawatan serta sebagai bahan acuan dalam melakukan penelitian yang akan datang.

4. Bagi Peneliti

Sebagai salah satu sarana menambah pengetahuan peneliti tentang pentingnya terapi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah

