

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring dengan perkembangan kehidupan yang semakin modern serta ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang pesat menjadikan hidup lebih mudah dalam berbagai hal. Seluruh aktivitas manusia banyak digantikan oleh penggunaan teknologi dan mesin yang akhirnya mengubah gaya hidup manusia. Konsumsi makanan cepat saji, kurang olahraga, konsumsi alkohol, konsumsi kopi secara berlebihan dan merokok telah menjadi trend kehidupan masa kini. Kebiasaan tersebut merupakan faktor resiko utama terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah dan salah satunya adalah hipertensi (Smeltzer & Bare, 2015).

Hipertensi merupakan penyakit yang dikenal juga dengan sebutan “*the silent killer of death*” (pembunuh diam-diam), hipertensi adalah penyakit kelainan jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan perubahan dimana tekanan darah meningkat secara kronik. Hipertensi pada tahun pertama sangat jarang dijumpai dengan gejala, hal ini baru disadari apabila terjadi dalam jangka waktu yang panjang dan terus menerus. Peningkatan hipertensi secara tidak terkontrol akan menyebabkan masalah hati dan jantung yang cukup serius (Mayo Clinic, 2023). Hipertensi adalah tekanan darah sistolik 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Nurarif & Kusuma, 2015).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global, hipertensi tidak hanya menimbulkan kematian tetapi jumlah penderita hipertensi mengalami peningkatan. Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di dunia menderita hipertensi, sebagian besar tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Kurang dari separuh orang dewasa (42%) dengan hipertensi didiagnosis dan diobati. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengendalikannya. Hipertensi

merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (World Health Organization, 2023).

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. Prevalensi hipertensi nasional berdasarkan Riskesdas tahun 2018 sebesar 25,8%, tertinggi di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung (30,9%), sedangkan terendah di Provinsi Papua sebesar (16,8%). Berdasarkan data tersebut dari 25,8% orang yang mengalami hipertensi hanya 1/3 yang terdiagnosis, sisanya 2/3 tidak terdiagnosis (Haerunnisa, 2022).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat tahun 2022, dari 10 besar penyakit tidak menular tertinggi di Kalimantan Barat, peringkat tertinggi ada pada kasus hipertensi atau sekitar ada 107.040 kasus, yang rata-rata diderita oleh mereka yang berusia 30 tahun ke atas (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat, 2022). Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Dinas Kesehatan dan Keluarga Berencana Kabupten Landak, penyakit hipertensi memiliki prevalensi yang dominan, yaitu dengan jumlah 102.191 penderita. Dari jumlah tersebut penderita hipertensi laki-laki berjumlah 53.774 dan penderita hipertensi perempuan berjumlah 48.417. Data hipertensi yang diperoleh dari menunjukkan bahwa Kecamatan Mempawah Hulu menempati daerah dengan kasus hipertensi tertinggi sebesar 12,45% sedangkan prevalensi terendah di Kecamatan Sebangki sebesar 0,47% (Dinas Kesehatan dan Keluarga Berencana Kabupaten Landak, 2022).

Data yang didapatkan pada dari studi pendahuluan di Puskesmas Pahauman pada tahun 2020 jumlah penderita hipertensi sebanyak 688 orang, ditahun 2021 dengan jumlah penderita hipertensi sebanyak 751 orang dan pada tahun 2022 jumlah penderita hipertensi sebanyak 793 orang serta pada tahun 2023 hingga bulan Juli terdada jumlah penderita hipertensi berjumlah 847 orang. Berdasarkan data tersebut, tampak terjadi peningkatan jumlah penderita

hipertensi pertahun selama kurun waktu 3 tahun terakhir (Puskesmas Pahauman, 2022).

Penyebab hipertensi secara umum, diantaranya terbagi menjadi 2 golongan, yaitu penyebab primer dan sekunder. Hipertensi primer adalah hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya seperti genetik dan lingkungan, seperti keturunan, umur, jenis kelamin, ras, tekanan psikologis, stress, kegemukan (obesitas), kurang olahraga dan kolesterol tinggi. Sedangkan hipertensi sekunder adalah hipertensi yang disebabkan oleh penyakit lain, seperti penyempitan arteri yang mensuplai darah ke ginjal, aterosklerosis (penebalan dinding arteri yang menyebabkan hilangnya elastisitas pembuluh darah) (Smeltzer & Bare, 2015). Hipertensi merupakan faktor utama dalam terjadinya gagal ginjal, stroke, gagal jantung dan gangguan penglihatan. Peningkatan tekanan darah yang tinggi umumnya meningkatkan risiko terjadinya komplikasi tersebut (Nuraini, 2015).

Hipertensi perlu diatasi dan dikendalikan agar tidak terjadi berbagai macam komplikasi dan dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi (Ferayanti et al., 2017). Pengobatan farmakologi adalah pengobatan yang menggunakan obat atau senyawa dalam kerjanya dapat mempengaruhi tekanan darah pasien berupa *diuretic*, *angiotensi converting enzyme inhibitor (ACE)*, *angiotensin II reseptor blocker*, antagonis kalsium dan vasodilator. Pengobatan farmakologi dapat menurunkan tekanan darah tinggi namun pengobatan ini juga mempunyai efek samping jika dikonsumsi dalam waktu lama seperti mulut kering, haus, kelemahan, pusing, alergi, nyeri otot, takikardi, sakit kepala, pusing, lemas, gangguan fungsi hati, jantung berdebar-debar dan mual (Santoso et al., 2015). Data di Indonesia didapatkan 60% penderita hipertensi mengonsumsi obat-obatan, 30% menggunakan terapi herbal dan 10% menggunakan terapi fisik (Harnani, 2017).

Penanganan hipertensi secara non farmakologi dapat dilakukan dengan memperbaiki gaya hidup seperti berhenti merokok, menurunkan konsumsi alkohol berlebih, menurunkan asupan garam dan lemak, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, penurunan berat badan berlebih, latihan fisik, terapi herbal, nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, akupunktur, akupresur, aromaterapi

dan hidroterapi (Ferayanti et al., 2017). Hidroterapi adalah sejumlah latihan fisik dengan berendam di dalam air hangat. Jenis hidroterapi antara lain adalah mandi air hangat, mengompres dan merendam kaki dengan air hangat. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh seperti berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung (Lalage, 2015). Prinsip kerja rendam kaki dengan air hangat ini adalah dengan menggunakan air yang sudah dihangatkan dengan temperatur 39-40°C dan dilakukan selama 20-30 menit, suhu air hangat yang masuk ke dalam tubuh akan membuat pelebaran pembuluh darah dan merileksasikan otot-otot (Harnani, 2017).

Teknik merendam kaki dengan air hangat dalam penanganan hipertensi dipercaya dapat mempercepat proses penyembuhan. 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 saraf parasimpatik sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah (Lalage, 2015). Efek rendam kaki menggunakan air hangat sama dengan berjalan tanpa menggunakan alas kaki selama 30 menit (Santoso et al., 2015).

Terapi rendam kaki dengan air hangat adalah terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10-15 cm di atas mata kaki menggunakan air hangat. Secara ilmiah terapi merendam kaki dengan air hangat dapat memperbaiki mikro sirkulasi pembuluh darah dan vasodilatasi. Efek dari rendam kaki menggunakan air hangat menghasilkan energi kalor yang bersifat mendilatasi pembuluh darah dan melancarkan peredaran darah juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf parasimpatis, sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah. Panas dari hidroterapi dengan menggunakan air hangat digunakan untuk meningkatkan aliran darah kulit, dengan melebarkan pembuluh darah yang dapat meningkatkan suplai oksigen dan nutrisi pada jaringan (Aisah & Sari, 2022).

Rendam kaki menggunakan air hangat akan merangsang baroreseptor, dimana baroreseptor merupakan refleks 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 impuls ke pusat vasomotor mengakibatkan vasodilatasi pada arteriol, vena dan perubahan tekanan darah (Nazaruddin et al., 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak pada tanggal 10 sampai 11 April 2023, setelah dilakukan wawancara dengan 10 pasien hipertensi yang berkunjung ke puskesmas, didapatkan hasil keseluruhan atau 10 pasien hipertensi tersebut mengkonsumsi obat secara farmakologi, 6 pasien mengatakan sudah mencoba menjalankan diet rendah garam tetapi tidak bisa maksimal, karena pengolahan makanan di rumah masih menjadi satu dengan anggota keluarga yang sehat. Keseluruhan dari 10 pasien mengatakan belum pernah mendengar ataupun melakukan tindakan non farmakologi rendam kaki dengan air hangat dan belum mengetahui manfaat rendam kaki air hangat dalam menurunkan tekanan darah. Berdasarkan wawancara dengan Kepala Puskesmas Pahauman, didapatkan data bahwa upaya untuk mengatasi hipertensi yang dilakukan oleh puskesmas adalah dengan pemberian obat anti hipertensi seperti captopril dan amlodipin, pihak puskesmas belum pernah memberikan alternatif atau terapi pengobatan lain selain pemberian obat anti hipertensi.

Pengobatan dengan metode non farmakologi secara umum lebih mudah dilakukan dengan mandiri dan lebih efisien dari segi waktu maupun biaya. Beberapa penderita hipertensi yang mayoritas lansia mengalami kesulitan ketika melakukan pengobatan ke fasilitas kesehatan dikarenakan jarak tempuh, kondisi geografi di pedesaan dan tidak ada yang mengantar untuk pergi ke puskesmas, sehingga metode non farmakologi ini dapat berperan lebih efisien pada proses pengobatan karena dapat dilakukan di rumah.

Berdasarkan penelitian (Aisah & Sari, 2022), setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat 15 menit selama 5 hari yang dilakukan secara berturut-turut dalam 5x pertemuan, didapatkan hasil terapi rendam kaki air hangat dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan rata-rata pada studi kasus 1 sebesar 3,99 mmHg dan pada studi kasus 2 sebesar 6,46 mmHg.

Hasil penelitian (Harnani, 2017) juga menyatakan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah didapatkan adanya penurunan signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan rendam kaki menggunakan air hangat. Dapat disimpulkan bahwa rendam kaki menggunakan air hangat efek dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Sejalan dengan penelitian (Nazaruddin et al., 2021) menunjukan penurunan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik yang berarti terapi rendam kaki air hangat ada pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hal ini dibuktikan dengan penurunan nilai-nilai tekanan darah sistolik maupun diastolik sebelum dan sesudah dilakukan terapi rendam kaki air hangat.

Berdasarkan data di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan analisis asuhan keperawatan pada pasien pasien hipertensi dengan penerapan rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimanakah pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak tahun 2023?”

C. Batasan Masalah

Pembatasan suatu masalah digunakan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok masalah agar pelaksanaan asuhan keperawatan lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian akan tercapai. Batasan masalah dalam asuhan keperawatan ini adalah penerapan rendam kaki air hangat dan penurunan tekanan darah.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Melaksanakan asuhan keperawatan secara komprehensif pada pasien hipertensi dengan penerapan rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah di wilayah kerja Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak.
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak.
- c. Membuat perencanaan tindakan keperawatan pada pasien hipertensi di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak.
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan rendam kaki air hangat di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak.
- e. Melakukan evaluasi pada pasien hipertensi di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak.
- f. Mengetahui efektivitas penerapan rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penulisan asuhan keperawatan ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan terutama yang berkaitan dengan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penulisan asuhan keperawatan ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam proses pembelajaran tentang tindakan untuk

menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan penerapan rendam kaki air hangat.

b. Bagi Puskesmas

Penulisan asuhan keperawatan ini dapat digunakan sebagai bahan rujukan dalam melakukan perencanaan kegiatan untuk membantu penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan penerapan rendam kaki air hangat.

c. Bagi Pasien

Penulisan asuhan keperawatan ini dapat digunakan untuk memberikan informasi kepada pasien tentang penatalaksanaan hipertensi, salah satunya dengan penerapan rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah.

d. Bagi Penulis

Penulisan asuhan keperawatan ini dapat menambah pengetahuan atau pengalaman penulis dalam memberikan asuhan keperawatan langsung kepada pasien hipertensi dengan penerapan rendam kaki air hangat serta menjadi sarana dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan saat di bangku kuliah.