

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah penyakit yang ditandai dengan terjadinya peningkatan tekanan darah secara terus menerus sehingga melebihi batasan normal. Dikatakan hipertensi apabila tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Penyakit tekanan darah tinggi ini dapat menyerang siapa saja baik muda ataupun tua, sehingga termasuk penyakit yang mematikan atau disebut juga *the silent killer* (Brunner & Suddarth, 2013 ; Setiadi & Halim, 2018 ; Sinurat et al., 2020 ; Astutik & Mariyam, 2021)

Berdasarkan data World Health Organization (2015), di seluruh dunia sekitar 1,13 miliar orang mengidap hipertensi. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 1,15 miliar orang di tahun 2025 dan diperkirakan 10,44 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat hipertensi dan komplikasi (WHO, 2018).

Berdasarkan hasil RISKESDAS tahun 2018, prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34.1%. Angka ini meningkat cukup tinggi dibandingkan hasil RISKESDAS tahun 2013 yang menyampaikan kejadian hipertensi dari hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas adalah 25.8%.

Wilayah Jawa Barat menurut data RISKESDAS 2013, prevalensi hipertensi yang berusia >18 tahun merupakan hipertensi terbesar keempat (29,4%) setelah di Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%) dan

Kalimantan Timur (29,6%) (Risksedas, 2013). Hipertensi mengalami kenaikan pada tahun 2018 dan menduduki peringkat kedua sebagai provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi di Indonesia (39,6%) kedua setelah Kalimantan Selatan sebanyak (44,1%) (Kemenkes RI).

Berdasarkan informasi data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya tahun 2021, hipertensi merupakan penyakit pertama tertinggi dari 10 diagnosa kasus penyakit terbanyak di Puskesmas Kota Tasikmalaya pada bulan November 2021 dengan hasil persentase sebanyak 26,22%. Jumlah puskesmas yang ada di Kota Tasikmalaya sebanyak 22 Puskesmas. Salah satu Puskesmas yang memiliki jumlah pasien hipertensi terbanyak yaitu Puskesmas Cigereung dengan 2.700 kasus pada tahun 2021, sedangkan pada tahun 2020 jumlah kasus hipertensi Puskesmas Cigereung sebanyak 158 kasus. Dari jumlah kasus di atas terdapat Wilayah Nagarasari dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi sebanyak 842 kasus pada tahun 2021 dan salah satu Posbindu dengan kasus hipertensi terbanyak yaitu di Posbindu Mancogeh.

Penyebab penyakit hipertensi tersebut secara umum terbagi menjadi dua golongan yaitu primer dan sekunder. Hipertensi primer adalah hipertensi yang tidak diketahui pasti penyebabnya seperti keturunan, umur, jenis kelamin, tekanan psikologis, stress, kegemukan (obesitas), kurang olahraga, dan kolestrol 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) (Dilianti et al., 2017).

Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu dengan farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologi yaitu menggunakan obat-obatan antara lain golongan *diuretic*, *beta blocker*, *calcium channel blockers*, *ACE-inhibitor* dan lain sebagainya untuk menurunkan hipertensi (Yulianti & Sitanggang, 2006). Efek samping yang ditimbulkan dari pengobatan farmakologis menyebabkan pasien berhenti atau tidak teratur mengkonsumsi obat sehingga terapi menjadi tidak efektif. Selain terapi farmakologis dengan pemberian obat antihipertensi, sebenarnya metode nonfarmakologis bisa di gunakan masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan, tetapi karena kurangnya informasi metode nonfarmakologis tersebut terkadang jarang dilakukan oleh masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan. Intervensi nonfarmakologis penyakit hipertensi antara lain menghentikan merokok, menurunkan konsumsi alkohol, menurunkan asupan garam dan lemak, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, penurunan berat badan berlebihan, latihan fisik dan terapi komplementer. Terapi komplementer yang bisa dilakukan diantaranya seperti terapi herbal, relaksasi progresif, meditasi, akupuntur, akupresur, aromaterapi, refleksiologi dan hidroterapi (Dilianti et al., 2017).

Salah satu pengobatan hipertensi secara nonfarmakologi berupa terapi komplementer yaitu dengan "*hidrotraphy*". Hidroterapi yang sebelumnya dikenal sebagai hidropati (*hydropathy*) adalah metode pengobatan menggunakan air untuk mengobati atau meringankan kondisi yang menyakitkan dengan pendekatan "*lowtech*" yang mengandalkan respon-

respon tubuh terhadap air. 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, nyeri otot, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada hipertensi dan prinsip kerja dari hidroterapi ini yaitu dengan menggunakan air hangat. (Dilianti et al., 2017).

Di dalam agama islam dijelaskan bahwa air memiliki banyak sekali manfaat bagi kehidupan, sehingga kita harus memanfaatkannya dengan sebaik mungkin, sebagaimana dalam Q.S Hud (11) ayat 7 :

وَهُوَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ وَكَانَ عَرْشُهُ عَلَى الْمَاءِ لِيَبْلُوكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلٍ

“Dan Dialah yang menciptakan langit dan bumi dalam enam masa, dan ‘Arsy-Nya diatas air, agar Dia menguji siapakah diantara kamu yang lebih baik amalnya.. (Q.S Hud (11) :7)

Terapi rendam kaki air hangat ini memiliki dampak fisiologis bagi tubuh. Hal tersebut terjadi karena perpindahan panas secara konduksi sehingga akan membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar (*vasodilatasi*) pembuluh darah akibatnya terjadi penurunan ketegangan otot sehingga dapat melancarkan peredaran darah yang akan mempengaruhi tekanan arteri oleh baroreseptor pada sinus kortikus dan urkus aorta yang akan menyampaikan implus yang dibawa serabut saraf yang membawa isyarat dari

semua bagian tubuh untuk menginformasikan kepada otak perihal tekanan darah, selain itu lancarnya pembuluh darah dapat memperbanyak oksigen yang dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan dan ketegangan otot. Perbaikan sirkulasi darah juga memperlancar sirkulasi getah bening sehingga membersihkan tubuh dari racun. Hidroterapi rendam hangat ini sangat mudah dilakukan, tidak membutuhkan biaya yang mahal, dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya (Sinurat et al., 2020 ; Arafah, 2019 ; Ilmiah Keperawatan Orthopedi et al., 2019).

Studi dilakukan pada tanggal 23 Februari 2022 dengan mengikuti kegiatan Posbindu Mancogeh. Berdasarkan hasil wawancara dengan 32 orang dan 2 orang kader kesehatan Posbindu Mancogeh Kelurahan Nagarasari menyatakan bahwa penyakit hipertensi merupakan penyakit yang banyak diderita oleh masyarakat Mancogeh. Beberapa intervensi sudah dilakukan di Kelurahan Nagarasari yaitu dengan pendidikan kesehatan dan diet. Hasil wawancara tersebut hidroterapi (rendam kaki air hangat) ini belum diketahui oleh masyarakat dan belum pernah dilakukan di Posbindu Mancogeh Kelurahan Nagarasari.

Upaya terapi komplementer hidroterapi (rendam kaki air hangat) ini dapat diberikan sebagai pendukung farmakologi dalam memberikan perawatan yang bertujuan untuk memunculkan respon rileks sehingga mengalami penurunan tekanan darah penderita hipertensi. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh hidroterapi

(rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posbindu Mancogeh Kelurahan Nagarasari Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah Ada Pengaruh Hidroterapi (Rendam Kaki Air Hangat) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Posbindu Mancogeh Kelurahan Nagarasari Kota Tasikmalaya ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh hidroterapi (rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posbindu Mancogeh Kelurahan Nagarasari Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tekanan darah penderita hipertensi sebelum diberikan intervensi hidroterapi (rendam kaki air hangat)
- b. Diketahui tekanan darah penderita hipertensi sesudah diberikan intervensi hidroterapi (rendam kaki air hangat)
- c. Diketahui pengaruh hidroterapi (rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Tempat Penelitian

Memberikan pengetahuan kepada klien penderita hipertensi dalam menerapkan pengobatan non farmakologi atau terapi komplementer dengan hidroterapi (rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi.

2. Bagi Pengembangan Ilmu Dan Profesi Keperawatan

Sebagai bahan untuk meningkatkan perkembangan ilmu keperawatan, khususnya tentang penerapan hidroterapi (rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi dan untuk mengembangkan penelitian tentang topik terkait.

3. Bagi Penulis

Dapat memberikan pengalaman dan meningkatkan pengetahuan dalam penelitian sehingga dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya.

