

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Meningkatnya jumlah penderita tekanan darah tinggi menjadi perhatian akhir-akhir ini, terutama di kalangan lansia di pedesaan. Daerah pedesaan sendiri umumnya memiliki akses yang lebih sedikit terhadap informasi dan pendidikan kesehatan dibandingkan dengan daerah perkotaan. Upaya promotif dan preventif diperlukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan deteksi dini melalui pengukuran tekanan darah secara rutin dan kepatuhan minum obat yang konsisten. Tekanan darah tinggi juga merupakan ancaman kesehatan masyarakat karena dapat menimbulkan komplikasi seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung koroner (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019b).

Survei Perhimpunan Dokter Gerontologi Indonesia (PERGEMI) tahun 2022, 24,6% lansia di Indonesia memiliki riwayat penyakit kronis. Di mana lansia mayoritas 37,8% menderita hipertensi, kemudian 22,9% menderita diabetes, 11,9% menderita penyakit sendi, 11,4% menderita penyakit jantung, 10,4% menderita asma, 8% menderita penyakit lambung, 5,5% menderita asam urat, 3% menderita penyakit paru-paru kronis, 3% menderita kolestrol, dan 2% menderita penyakit ginjal (Dihni, 2022).

Faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah adalah faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang dapat dimodifikasi, diantaranya faktor yang tidak dapat dimodifikasi adalah jenis kelamin, genetik, dan usia,

sedangkan faktor yang dapat dimodifikasi adalah pola makan, obesitas, stres, konsumsi alkohol, kurangnya ak

tivitas fisik, dan merokok Kurnia (2020).

Penatalaksanaan hipertensi dibagi menjadi dua yaitu pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi dengan obat antihipertensi biasanya di terapkan pada penderita tekanan darah tinggi, namun memiliki efek samping berupa sakit kepala, pusing, lemas, dan mual. Pengobatan tekanan darah tinggi secara nonfarmakologis dapat dilakukan melalui terapi alternatif komplementer, antara lain hidroterapi. Tekanan darah dapat dikurangi dengan hidroterapi secara teratur. Jenis hidroterapi adalah merendam kaki air hangat, mandi air hangat, dan kompres hangat (Sinurat et al., 2020). Dipedesaan, masih banyak masyarakat yang belum mengetahui pengobatan non farmakologi, salah satunya merendam kaki dengan air hangat untuk menurunkan tekanan darah selain minum obat.

Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2015, sekitar 1,13 miliar orang diseluruh dunia mengalami tekanan darah tinggi, yaitu 1 dari 3 orang di dunia mengalami tekanan darah tinggi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan 1,5 miliar orang akan mengalami hipertensi pada tahun 2025, 10,44 juta orang akan meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya setiap tahun (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019a).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 melaporkan prevelensi hipertensi terukur pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar 44,1%, dan terendah di Papua sebesar 22,2%.

Jumlah penderita darah tinggi di Indonesia diperkirakan sebanyak 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian akibat tekanan darah tinggi sebanyak 427.218 orang. Hipertensi pada kelompok umur 31-44 adalah 31,6%, 45,3% pada kelompok umur 45-54, 55,2% pada kelompok umur 55-64. Prevelensi hipertensi sebesar 34,1%, menunjukkan 8,8% terdiagnosa hipertensi, 13,3% penduduk terdiagnosis hipertensi tidak pernah minum obat dan 32,3% penduduk menggunakan obat tidak teratur (Kemenkes RI, 2019).

**Tabel 1.1 Prevelensi Hipertensi Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Jawa Timur 2013-2018**

No	Tahun	Prevelensi Hipertensi
1.	2013	26,4 %
2.	2015	15,16%
3.	2016	13,47%
4.	2017	20,43%
5.	2018	36,3 %

Berdasarkan hasil pada tabel di atas, prevelensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur dari tahun 2013 sampai dengan tahun 2018 terus meningkat secara signifikan. Riset Kesehatan Dasar 2018 memperkirakan jumlah penderita hipertensi usia 15 tahun ke atas di Jawa Timur mencapai 11.008.334, dimana 48,83% laki-laki dan 51,17% perempuan, sekitar 35,50% atau sekitar 3.919.484 penderita hipertensi mendapat perawatan medis (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur., 2020).

Dinas Kesehatan Kota Sidoarjo memperkirakan jumlah penderita hipertensi mulai dari usia 15 tahun pada tahun 2020 sebanyak 562.203 jiwa, dengan perbandingan laki-laki dan perempuan yang hampir seimbang yaitu 50%-50% (Dinas Kesehatan Kabupaten Sidoarjo, 2021).

Proporsi lansia dengan hipertensi yang tercatat pada bulan Januari sampai dengan September 2022 di Prambon berjumlah 1.458 orang. Lansia di Desa Jatikalang memiliki tekanan darah tinggi pada tahun 2022 menjadi 230 orang. Hasil pendataan awal kunjungan pasien lanjut usia dengan hipertensi di Puskesmas Prambon pada bulan Juni sampai dengan Agustus 2022 terdapat 46 pasien lanjut usia dengan tekanan darah tinggi.

Menurut penelitian sebelumnya, terdapat beberapa tantangan dan masalah yang terkait dengan penurunan tekanan darah pada lansia seperti perubahan terkait usia pada sistem kardiovaskular. Pertama dengan seiring bertambahnya usia, pembuluh darah mereka menjadi kurang elastis, yang dapat mempersulit penurunan tekanan darah (Webb et al., 2014). Kedua banyak lansia yang memiliki kondisi kesehatan lain yang dapat mempersulit pengendalian tekanan darah seperti diabetes maupun penyakit ginjal (Alsuwaidan et al., 2021). Ketiga efek samping obat pada lansia cenderung mengalami efek samping dari obat tekanan darah, yang dapat mempersulit untuk menemukan pengobatan yang efektif (Lee et al., 2022). Keempat ketidakpatuhan terhadap pengobatan, banyak lansia mengalami kesulitan untuk mengikuti rejimen pengobatan yang kompleks, yang dapat mempersulit untuk mencapai dan mempertahankan kontrol tekanan darah (Smaje et al., 2018). Kelima isolasi sosial dan depresi, hal ini biasa terjadi pada lansia dan juga dapat mempengaruhi kesehatan mereka serta mempersulit pengendalian tekanan darah tinggi (World Health Organization, 2021). Keenam yaitu biaya pengobatan. Beberapa lansia mungkin tidak mampu membeli obat tekanan darah, sehingga sulit untuk mendapatkan perawatan yang mereka butuhkan

(Sheppard et al., 2020). Ketujuh keterbatasanb akses layanan perawatan. Beberapa lansia mungkin mengalami kesulitan untuk pergi ke dokter atau klinik untuk pemeriksaan rutin dan penyesuaian pengobatan, yang dapat mempersulit kontrol tekanan darah mereka (Leyva et al., 2020). Kedelapan penurunan kognitif. Beberapa lansia mungkin mengalamu kesulitan memahami dan mengikuti pengobatan atau perubahan gaya hidup yang dapat mempersulit pengendalian tekanan darah (Campbell et al., 2012). Kedelapan masalah ini sangat umum terjadi pada penderita hipertensi di pedesaan. Oleh karena itu, perlu mengadopsi teknik alternatif untuk menurunkan tekanan darah yang murah, terjangkau, dan mandiri. Salah satu metode non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan merendam kaki air hangat. Teknik ini diduga memiliki efek vasodilator yang dapat membantu menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis ingin melakukan penelitian tentang pengaruh merendam kaki air hangat dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Jaticalang Kecamatan Prambon.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adakah pengaruh merendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Jaticalang Kecamatan Prambon ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis pengaruh merendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Jaticalang Kecamatan Prambon.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia penderita hipertensi sebelum dilakukan terapi merendam kaki air hangat.
2. Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia penderita hipertensi sesudah dilakukan terapi merendam kaki air hangat.
3. Menganalisis pengaruh merendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Jaticalang Kecamatan Prambon.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini hendaknya bisa menjadi sumber informasi dan bahan pembelajaran serta literatur tentang terapi merendam kaki air hangat sebagai pengobatan untuk menurunkan tekanan darah tinggi.

#### **1.4.2 Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan keterampilan serta memberikan pengetahuan lebih mengenai penelitian yang baik dan benar serta penentuan pengaruh merendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Penelitian ini

juga dapat digunakan sebagai referensi atau bahan bagi peneliti lain dan dapat digunakan sebagai pembanding untuk penelitian dengan tema yang sama.

#### **1.4.3 Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini berpotensi untuk memberikan informasi kepada masyarakat khususnya lansia tentang terapi merendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat membuat pengobatan hipertensi lebih terjangkau dan dapat dilakukan oleh lansia setiap saat.

