

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi sering kali disebut the *silent killer* karena sebagian besar penderitanya tidak mengalami tanda-tanda atau gejala, sehingga tidak menyadari bahwa tubuhnya telah terkena hipertensi. Dalam beberapa kasus, penderita baru mengetahuinya setelah terjadi komplikasi. Hipertensi menjadi pencetus utama timbulnya penyakit jantung, stroke dan ginjal (Hreelaita, 2023).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan perubahan dimana tekanan darah meningkat secara kronik. Secara umum, hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan darah yang abnormal tinggi didalam pembuluh darah arteri. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah tinggi persisten dimana tekanan sistoliknyanya diatas 140 mmHg dan tekanan diastoliknyanya diatas 90 mmHg. Seseorang dinyatakan hipertensi bila tekanan darahnya $> 140/90$ mmHg (Hreelaita, 2023).

Masih banyak masyarakat Indonesia khususnya lansia yang masih belum mengetahui pentingnya pengobatan pertama pada penderita hipertensi. Karena pengobatan pertama pada penderita hipertensi sangat penting untuk mencegah terjadinya penyakit komplikasi seperti penyakit jantung (cardiovaskuler), ginjal (renal), dan otak (neuro).

Belum banyak yang mengetahui bahwa hipertensi menjadi salah satu penyakit penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Menurut Ketua Tim Kerja Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah, Ditjen Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kemenkes dr. Fatcha Nuraliyah, MKM menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi naik dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2023, diperkirakan 1 dari setiap 3 masyarakat menderita hipertensi dan diperkirakan sekitar 70 juta warga di Indonesia. Kondisi ini mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang per tahun (Hreelaita, 2023).

Menurut M. Hafiz (2016) Angka insiden hipertensi sangat tinggi terutama pada populasi lanjut usia, usia di atas 60 tahun, dengan prevalensi mencapai 60% sampai 80% dari populasi lansia. Di Indonesia, pada usia 25-44 tahun prevalensi hipertensi sebesar 29%, pada usia 45-64 tahun sebesar 51% dan pada usia >65 tahun sebesar 65%.

Menurut profil kesehatan dinas provinsi Jawa Timur 2022 Jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Timur sekitar 11.600.444 penduduk, dengan proporsi laki-laki 48,8% dan perempuan 51,2%. Dari jumlah tersebut, penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 61,10% atau 7.088.136 penduduk. Kabupaten Mojokerto memiliki jumlah penderita hipertensi sekitar 58.330 penduduk. Di Desa Lengkong kecamatan Mojoanyar 1 dari 5 pasien yang datang ke posyandu atau sekitar 20% lansia menderita hipertensi atau tekanan darah tinggi.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan hipertensi diantaranya, Berusia di atas 65 tahun, Sedang hamil, Jarang berolahraga dan jarang melakukan aktivitas fisik, Kurang mengonsumsi makanan yang mengandung kalium, Memiliki keluarga dengan riwayat tekanan darah tinggi, Menderita obesitas, *sleep apnea*, diabetes, atau penyakit ginjal, Mengonsumsi terlalu banyak makanan tinggi garam, Mengonsumsi terlalu banyak kafein, Memiliki kebiasaan merokok dan mengonsumsi minuman beralkohol. Hipertensi dapat menyebabkan beberapa komplikasi diantaranya, Gangguan penglihatan hingga kebutaan akibat retinopati hipertensi, Sindrom metabolik, Penyakit ginjal, Penyakit arteri perifer, Penyakit jantung, Serangan jantung, Gagal jantung atau jantung lemah, Demensia vaskular, Aneurisma otak, Stroke (Pittara, 2023).

Secara garis besar pengobatan pada penderita hipertensi ada dua macam yaitu pengobatan dengan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi adalah jenis pengobatan yang menggunakan obat-obatan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Namun penggunaan pengobatan farmakologi juga memiliki efek samping seperti pusing, mual, dan sakit kepala (Ilkafah, 2019). Sedangkan teknik non farmakologi adalah metode penyembuhan tanpa menggunakan obat, seperti mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat, mengatur pola makan sehat, rutin berolahraga, melakukan terapi alternatif komplementer “Hidroterapi”. Pengobatan non farmakologi sangat diminati oleh masyarakat karena kemudahan pelaksanaannya dan biaya yang murah.

Selain itu, perawatan non-obat tidak memiliki hasil (efek samping) yang berbahaya. Salah satu pengobatan non farmakologi adalah dengan menggunakan rendam kaki air hangat dengan tambahan garam atau biasa disebut dengan hidroterapi (Hreeloita, 2023).

Pengobatan farmakologi bagi penderita hipertensi akan lebih maksimal dapat dikontrol dengan cara melakukan management pengobatan yang baik dengan minum obat dan ditambah terapi-terapi tambahan komplementer lain dengan merendam kaki air hangat campur garam (Ambarwati, 2020).

Hidropati (hydropathy) adalah metode pengobatan menggunakan air untuk mengobati atau meringankan kondisi yang menyakitkan dan merupakan metode terapi dengan pendekatan “*lowtech*” yang mengandalkan pada respon respon tubuh terhadap air. Hidroterapi rendam air hangat dengan garam merupakan salah satu jenis terapi alamiah yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan 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 (Ambarwati, 2020).

Penderita hipertensi dalam pengobatannya bisa menggunakan alternatif dengan cara lain selain obat-obatan, salah satunya bisa

menggunakan terapi rendam kaki air hangat dengan garam. Terapi rendam kaki air hangat dengan garam dianjurkan untuk penderita hipertensi karena dapat menurunkan tekanan darah dengan cara yang aman, murah, dan bisa dilakukan secara mandiri di rumah (Destia, 2014 dalam Ilkafah, 2016).

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Nivi dan Kartikam (2022) dengan judul “Pengaruh Pemberian Terapi Rendaman Air Hangat Dan Garam Terhadap Hipertensi Melalui Aplikasi Teori Virginia Henderson Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Manna Tahun 2022” Hal ini terbukti dari hasil penelitian bahwa Terjadi penurunan tekanan darah.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik meneliti bagaimana Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Campur Garam Terhadap Mean Artery Pressure (MAP) Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Lengkong Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Campur Garam Terhadap Mean Artery Pressure (MAP) Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Lengkong Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Campur Garam Terhadap Mean Artery Pressure (MAP) Terhadap Pasien Hipertensi Di Wilayah Desa Lengkong Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Mean Artery Pressure (MAP) pasien hipertensi sebelum diberikan intervensi.
- b. Mengidentifikasi Mean Artery Pressure (MAP) pasien hipertensi sesudah diberikan intervensi.
- c. Menganalisis pengaruh terapi rendam kaki air hangat campur garam terhadap perubahan Mean Artery Pressure (MAP) pada penderita hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini sebagai informasi, diharapkan dapat menjadi pengembangan dalam ilmu Keperawatan khususnya mengenai pengaruh terapi rendam kaki air hangat campur garam terhadap Mean Artery Pressure (MAP) pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan peneliti tentang pengaruh pengaruh terapi rendam kaki air hangat campur garam terhadap perubahan Mean Artery Pressure (MAP) pada penderita hipertensi.

b. Bagi Masyarakat

Untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat tentang cara mengontrol tekanan darah pada pasien Hipertensi .

c. Bagi Instansi

Agar dapat memberikan masukan dalam melakukan evaluasi dalam mengatasi Hipertensi.