

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penuaan degeneratif adalah proses yang terjadi pada lansia seiring bertambahnya usia dan mengganggu fungsi organ tubuh. Tekanan darah tinggi adalah masalah kesehatan umum di kalangan lansia, dan kadang-kadang disebut sebagai "penyakit diam" karena orang yang mengidap penyakit ini selama bertahun-tahun sering kali tidak menyadarinya sampai tekanan darah mereka diperiksa (Ekarini et al., 2020). Hipertensi, suatu kondisi medis yang tidak ditularkan, menduduki posisi paling atas sebagai faktor utama penyebab kematian di seluruh dunia, mengingat peran krusialnya dalam memperbesar kemungkinan terjadinya beragam penyakit pada sistem kardiovaskular seperti serangan jantung, insufisiensi jantung, stroke, serta komplikasi pada ginjal. Penyakit-penyakit yang berkaitan dengan sistem kardiovaskular ini tercatat sebagai penyebab kematian utama secara global (WHO, 2018).

Hipertensi, dikenal juga sebagai tekanan darah tinggi, merupakan suatu situasi dimana aliran darah mengalami hambatan dalam menyuplai oksigen serta nutrisi ke seluruh bagian tubuh. Keadaan ini terjadi apabila tekanan sistolik melewati batasan 140 mmHg dan tekanan diastolik naik di atas 90 mmHg, menunjukkan adanya peningkatan dalam tekanan darah yang melampaui nilai standar. (Nurapiani & Mubin, 2021). Ketidakstabilan dalam nilai tekanan darah dapat memicu terjadinya gangguan kesehatan yang serius, atau memperbesar kemungkinan seseorang mengalami stroke, insufisiensi kardiovaskular, infark miokard, serta kerusakan pada organ ginjal (Suryadi et al., 2018).

WHO menyatakan pada 2021 bahwa tingkat hipertensi di Afrika mencapai titik tertinggi sebesar 27%, sementara Amerika mencatatkan tingkat terendah dengan 18%. Terungkap pula, kurang dari 5% pasien yang didiagnosis aktif mengambil langkah-langkah pengendalian tekanan darah. Untuk menanggulangi penyakit non-infeksius, salah satu tujuan global adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% hingga tiba tahun 2030. Dengan hipertensi sebagai faktor

penyebab utama, sekitar 9,4 juta nyawa hilang tiap tahunnya. Diperkirakan juga, jumlah individu yang mengidap hipertensi akan bertambah menjadi 1,5 miliar pada tahun 2025 (WHO, 2021).

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019, 34,11% penduduk Indonesia menderita hipertensi sehingga menjadikan tekanan darah tinggi sebagai masalah nasional. Menurut statistik, di Indonesia tercatat kira-kira 63,3 juta kasus tekanan darah tinggi, yang berujung pada kematian 427.218 individu. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) menunjukkan bahwa wanita memiliki probabilitas lebih besar terkena hipertensi dibandingkan pria, dengan angka 36,85% berbanding 31,34%. Dalam kategori usia, kelompok 31-44 tahun menunjukkan angka prevalensi sekitar 31,6%, disusul oleh usia 45-54 tahun dengan prevalensi 45,3%, dan angka tersebut meningkat menjadi 55,2% pada kelompok usia 55-64 tahun.

Dari hasil survei Riskesdas (2018), ditemukan bahwa 34,1% populasi Indonesia berusia 18 tahun ke atas mengidap hipertensi. Dalam analisis regional, proporsi penderita hipertensi paling banyak di Kalimantan Selatan mencapai 44,1%, sementara Papua mencatatkan angka terkecil, yaitu 22,2%. Dalam daftar peringkat prevalensi hipertensi antar provinsi di Indonesia, Bengkulu berada di posisi ke-15 dengan prevalensi sebesar 28,14%, yang setara dengan 11.329 individu. Studi lebih lanjut menunjukkan bahwa di Bengkulu, terdapat tiga Puskesmas dengan kasus hipertensi yang cukup signifikan: Puskesmas Lempuing dengan 315 kasus, Puskesmas Nusa Indah dengan 276 kasus, dan Puskesmas Sawah Lebar, di mana tercatat 368 kasus hipertensi pada tahun 2023. Pada saat studi pendahuluan berdasarkan wawancara peneliti kepada salah satu petugas Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu, dikatakan bahwa penderita hipertensi yang terdiagnosa Hipertensi biasanya dianjurkan minum obat hipertensi, dan sebagian besar pasien hipertensi menunjukkan gejala penurunan fungsi kognitif pada lansia.

Hipertensi dibedakan menjadi hipertensi primer dan sekunder. Sejauh ini, asal muasal pasti hipertensi primer masih belum terungkap dengan jelas. Dipercayai bahwa hipertensi primer muncul akibat berbagai faktor, termasuk proses penuaan, tekanan emosional, dan faktor genetik. Di sisi lain, hipertensi sekunder dapat timbul

dari berbagai kondisi yang berpengaruh terhadap arteri ginjal, termasuk hipertiroidisme, hiperaldosteronisme, gangguan pada kelenjar adrenal, dan sejumlah kondisi medis lainnya. Tanda klinis tekanan darah abnormal antara lain sakit kepala, gangguan penglihatan, nokturia, sakit kepala sering disertai mual dan muntah, serta edema (Nurapiani & Mubin, 2021).

Penting untuk memantau lingkungan dan mengetahui faktor risikonya agar hipertensi tidak semakin parah dan terhindar dari penyakit jantung, yang dapat menyebabkan hipertensi dan biasanya berakibat fatal. Selain genetika, hal ini terkait erat dengan rumitnya perilaku dan cara hidup individu yang bersangkutan. Perilaku ini berisiko karena beberapa faktor, seperti merokok, obesitas, kebiasaan makan yang buruk, kurang aktif, dan penggunaan minuman non-alkohol (Suryadi et al., 2018).

Dua pendekatan yang digunakan dalam terapi hipertensi adalah melalui metode farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan dengan pendekatan farmakologi memanfaatkan obat-obatan yang berfungsi menurunkan tekanan darah, dikenal juga sebagai antihipertensi. Jenis-jenis obat yang termasuk dalam kategori ini mencakup antagonis kalsium, penghambat ACE, penghambat adrenergik, diuretik, serta ARB (Suryadi et al., 2018).

Perawatan non farmakologi yang disarankan antara lain merendam kaki dan aromaterapi lavender. Menggunakan minyak atsiri, aromaterapi lavender merupakan salah satu teknik penyembuhan atau perawatan tubuh. Aromaterapi dengan lavender mempengaruhi baik fisik maupun emosional. Aromaterapi lavender berpotensi meredakan kecemasan, hipertensi, jantung berdebar-debar, dan stres sekaligus meningkatkan sintesis melatonin dan serotonin. Ada cara lain untuk menggunakan aromaterapi, antara lain dengan uap, inhalasi, dan kompres (Sutrisno et al., 2021).

Metode penyembuhan atau pengurangan gejala penyakit yang mengandalkan respons fisiologis tubuh terhadap suhu air adalah metode perendaman kaki dengan air suam perlahan. Dari perspektif teoretis, aktivitas merendam kaki dalam air suam ini dapat menghasilkan sensasi relaksasi melalui dilatasi pembuluh darah, penurunan viskositas darah, pengurangan ketegangan otot, dan peningkatan laju

difusi di dinding kapiler, yang semuanya berkontribusi pada modifikasi tekanan darah. Selanjutnya, metode ini memfasilitasi penurunan ketegangan pada otot yang menutupi pembuluh darah, menghindari konstiksi pembuluh darah dan berikutnya menurunkan tekanan darah. Cara kerja ini serupa dengan cara kerja obat-obatan yang bertindak sebagai vasodilator (Nurapiani & Mubin, 2021).

Kehadiran linalool dan asetat dalam minyak esensial lavender (minyak *lavandula angustifolia*), yang membentuk antara 30-60% berat minyak, memungkinkannya menurunkan tekanan darah. Linalool merupakan komponen utama dalam bunga lavender yang memiliki sifat menenangkan (Sutrisno et al., 2021). Penelitian yang dilaksanakan oleh Kurniadi et al., (2022) mendemonstrasikan adanya pengurangan signifikan dalam tingkat tekanan darah secara rata-rata sebelum dan sesudah penerapan intervensi medis pada kelompok eksperimen, menandakan efikasi dari teknik perendaman kaki di air hangat bersamaan dengan penggunaan terapi aroma lavender untuk menurunkan tekanan darah. Efek menenangkan dan relaksasi yang dihasilkan oleh minyak esensial lavender berhubungan erat dengan kehadiran komponen linalool asetat dalam formula minyak tersebut.

Penulis bertujuan untuk mengetahui pengaruh Intervensi Aroma Terapi Lavender dan Rendam Kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang tersebut, rumusan masalah yang didapat yaitu “Bagaimana pengaruh aroma terapi lavender dan rendam kaki pada penderita hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu?”.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh penggunaan aroma terapi lavender serta perendaman kaki pada penderita hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik dilihat dari usia dan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
- b. Mengetahui tekanan darah sebelum dilakukan Intervensi Aroma Terapi Lavender dan Rendam Kaki pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
- c. Mengetahui tekanan darah sesudah dilakukan Intervensi Aroma Terapi Lavender dan Rendam Kaki pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau panduan kepada mahasiswa dan pengajar mengenai pemanfaatan aroma terapi lavender dan rendam kaki dalam penelitian pada penderita hipertensi.

#### **2. Manfaat Praktis**

Diharapkan, penelitian ini bisa dimanfaatkan oleh fasilitas kesehatan tingkat pertama, memungkinkan para tenaga kesehatan untuk mengimplementasikan metode non-farmakologis dalam menangani hipertensi di kalangan masyarakat, khususnya pada kelompok usia lanjut. Hal ini termasuk penggunaan teratur dari terapi aroma lavender dan terapi rendam kaki setiap minggu sebagai upaya untuk mengendalikan tekanan darah tinggi.

#### **3. Bagi Penulis**

Manfaat yang diperoleh oleh penulis meliputi peningkatan wawasan, pengalaman, dan pemanfaatan pengetahuan yang telah diperkaya selama masa

pendidikan tinggi melalui kajian mengenai Dampak Terapi Aroma Lavender serta Perendaman Kaki pada penderita Hipertensi.

#### **4. Bagi Penderita Hipertensi**

Pasien dapat memanfaatkannya sebagai alternatif pengobatan hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

#### **5. Bagi Masyarakat**

Masyarakat mendapatkan manfaat dengan pengetahuan dan pencerahan tentang efektivitas aroma terapi lavender dan rendam kaki dalam mengelola tekanan darah pada individu penderita hipertensi.

#### **6. Bagi Institusi Kesehatan Puskesmas Sawah Lebar**

Diharapkan bahwa Puskesmas Sawah Lebar, sebagai lembaga layanan kesehatan, akan menginisiasi pendekatan pengobatan alternatif non-farmakologi, termasuk aromaterapi lavender dan terapi rendam kaki, dalam mengelola hipertensi. Langkah ini bertujuan untuk meminimalisir dampak negatif dari penggunaan obat-obatan kimia.

#### **7. Bagi Institusi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

Manfaat yang diperoleh oleh Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta pada peningkatan pengetahuan mahasiswa di bidang kesehatan, khususnya dari Departemen Keperawatan, berkenaan dengan pengenalan dan pengelolaan hipertensi menggunakan metode non-farmakologis.