

BAB I

PENDAHULUAN

A. Judul

Penerapan Intervensi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Dan Aromaterapi Lavender Pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II

B. Latar Belakang Masalah

Hipertensi diketahui sebagai silent killer, menjadi masalah kesehatan secara global. Hipertensi terjadi bila tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan tekanan darah diastolik > 90 mmHg (LeMone., 2018). Data dari WHO (2022), menunjukkan kejadian hipertensi pada penduduk dewasa (> 25 tahun) di dunia sekitar 40%. Prevalensi hipertensi pada dewasa tertinggi di Afrika (46%) dan terendah di Amerika (35%). Kejadian hipertensi lebih tinggi di negara berpendapatan rendah.

Hipertensi adalah salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia. Hipertensi dikenal sebagai “the silent killer” yaitu penderita hipertensi tidak menyadari jika mereka memiliki tekanan darah tinggi yang dapat menyebabkan komplikasi seperti stroke, penyakit arteri koroner, dan gagal ginjal (Kemenkes, 2019).

Menurut Kementerian Kesehatan & Indonesia (2019), Hipertensi menjadi penyebab kematian nomor 4 di tahun 2014 (5,3%). Prevalensi hipertensi pada usia 18 tahun sebesar 34,1%, usia 31-44 tahun 31,6%, usia 45-54 tahun 45,3% dan usia 55-64 tahun sebesar 55,2%.

Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 prevalensi hipertensi di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sebesar 11,01%, angka tersebut lebih tinggi daripada nilai nasional yaitu sebesar 8,8%. Prevalensi tersebut menjadikan DIY sebagai provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi keempat di Indonesia. Berdasarkan Surveilans Terpadu Penyakit (STP) Puskesmas dan Surveilans Terpadu Penyakit (STP) rumah sakit beberapa tahun terakhir,

hipertensi menjadi salah satu dari sepuluh penyakit teratas dan masuk dalam sepuluh besar penyebab kematian di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Berdasarkan laporan Surveilans Terpadu Penyakit (STP) rumah sakit di DIY terdapat sebanyak 15.388 kasus hipertensi esensial. Pada tahun tersebut diperkirakan jumlah penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 58,93% (Profil Kesehatan DIY, 2019).

Bantul merupakan salah satu kabupaten di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yang memiliki angka kejadian hipertensi yang cukup tinggi. Menurut Dinas Kesehatan Bantul jumlah kejadian hipertensi di Kabupaten Bantul pada tahun 2020 sebanyak 83.932 kasus dari total penduduk Kabupaten Bantul. Hal tersebut menjadikan hipertensi pada urutan pertama dari sepuluh besar penyakit di Puskesmas Se-Kabupaten Bantul (Profil Kesehatan Bantul, 2020).

Data penderita hipertensi bantul berdasarkan rasio jumlah orang terduga hipertensi dikabupaten bantul tahun 2022, jumlah penderita hipertensi terbanyak ada pada jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 67,8% atau 26.479 orang dan laki-laki sebanyak 32.2% atau 12.574.

Faktor pemicu terjadinya penyakit hipertensi dapat dibedakan menjadi faktor yang tidak dapat dikontrol seperti umur, jenis kelamin, dan riwayat keluarga (genetik) dan faktor yang dapat dikontrol seperti kebiasaan merokok, konsumsi garam berlebihan, minuman beralkohol, kopi, stres, obesitas, kurang aktifitas fisik, gaya hidup dan pola makan (Purwono, 2020).

Penatalaksanaan hipertensi dilakukan dengan 2 cara farmakologis dan non farmakologis. Cara pengobatan farmakologis dengan cara obat-obatan dan mempunyai banyak efek samping. Alternatif yang efektif, efisien dan tepat dalam menstabilkan tekanan darah dengan tidak menimbulkan ketergantungan atau efek samping yaitu dengan penggunaan terapi non farmakologis. Terapi non farmakologi memodifikasi life style hidup untuk pencegahan dan penatalaksanaan hipertensi meliputi, aromaterapi dan merendam kaki air hangat (Wirakusumah, 2018). Merendam kaki dengan air

hangat berguna untuk melancarkan sirkulasi darah. Efek panas dari air berguna untuk melebarkan pembuluh darah yang menyebabkan sirkulasi darah menjadi lancar sehingga suplai nutrisi dan oksigen sampai ke jaringan tubuh dan kemudian membuat efek relaksasi yang merangsang pengeluaran hormon endorfin dan menekan hormon adrenalin yang dapat menurunkan tekanan darah (Lalage, 2018).

Rendam kaki air hangat mempunyai efektivitas dalam menurunkan tekanan darah karena air hangat dapat mempengaruhi sistem pembuluh darah dengan cara vasodilatasi dan dapat merileksasi otot-otot pada tubuh terutama pembuluh darah dan otot pada jantung sehingga dapat memperlancar aliran darah yang ada pada jantung (Ilkafah, 2019).

Sama halnya dengan rendam kaki air hangat, aromaterapi memiliki efektivitas dalam menurunkan tekanan darah. Aromaterapi bekerja melalui sistem sirkulasi dan sistem saraf olfaktori. Ketika aromaterapi dihirup melalui hidung, molekul aromaterapi memasuki membran rongga hidung dan mempengaruhi sistem saraf olfaktori. Saraf olfaktori menghantarkan impuls ke otak dan akan merangsang pengeluaran hormon endorfin yang berfungsi sebagai pengatur mood (Astuti & Nugrahwati, 2018). Aromaterapi yang dihirupkan akan membuat tubuh menjadi tenang dan rileks sehingga pola pernapasan dan denyut jantung menjadi lebih tenang dan dapat mengontrol penurunan tekanan darah (Wulan & Wafiyah, 2018).

Aroma terapi minyak lavender diketahui efektif terhadap kecemasan, stres dan depresi sebagai sebuah obat penenang yang kuat, memulihkan kelelahan otot dan membantu sirkulasi darah (Kim, 2018). Menurut Wong (2017), aromaterapi lavender dapat mengatasi nyeri dan cemas, salah satu zat yang terkandung adalah linalool yang berfungsi sebagai efek sedatif sehingga ketika seseorang menghirup aromaterapi bunga lavender maka aroma yang dikeluarkan akan menstimulasi reseptor silia saraf olfaktorius yang berada di epitel olfactory untuk meneruskan aroma tersebut ke bulbus olfaktorius melalui saraf olfaktorius. Bulbus olfaktorius berhubungan dengan sistem limbik. Sistem limbik menerima semua informasi dari sistem pendengaran,

sistem penglihatan, dan sistem penciuman. Limbik adalah struktur bagian dalam dari otak yang berbentuk seperti cincin yang terletak di bawah korteks serebri. Bagian terpenting dari sistem limbik yang berhubungan dengan aroma adalah amygdala dan hippocampus (Buckle, 2018).

Peningkatan tekanan darah harus dicegah secara dini. Kelompok prehipertensi mempunyai resiko untuk menjadi hipertensi di kemudian hari. Prehipertensi merupakan kondisi seseorang yang ditandai dengan kenaikan tekanan darah tetapi tidak cukup tinggi untuk dimasukkan dalam kategori hipertensi. Tekanan darah disebut prehipertensi apabila rentang di antara 120/80 mmHg dan 139/89 mmHg. Intervensi-intervensi non farmakologi dapat diterapkan untuk menjaga tekanan darah dalam kategori normal. Salah satu Intervensi yang diberikan adalah kombinasi rendam kaki di air hangat dan aromaterapi lavender. Menurut Kartika (2018), responden yang diberikan aromaterapi lemon mengatakan bahwa setelah diberikan aromaterapi lemon tidur menjadi lebih nyaman dan lebih rileks, serta aromaterapi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kurniadi, dkk (2021). Hasil penelitian menunjukkan penurunan TD sistolik pada kelompok eksperimen sebesar 2,68 mmHg dan penurunan TD diastolik sebesar 1,68 mmHg. Hasil uji statistik diperoleh penurunan TD pada grup eksperimen dengan p value 0,000 ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender dapat menurunkan TD penderita hipertensi pada lansia. Terapi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender dapat menjadi terapi alternatif untuk menurunkan TD pada penderita hipertensi.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tahun 2023 di Puskesmas Kasihan II penderita hipertensi menunjukkan kunjungan kasus hipertensi mencapai 4268 kasus. Data jumlah lansia yang mengalami hipertensi di dusun jeblog yaitu sebanyak 151 orang, data ini di ambil dari hasil recap pada tahun 2022. Puskesmas kasihan II adalah puskesmas dengan pelayanan yankestradkom, sehingga terapi ini bisa menjadi pertimbangan diterapkan di puskesmas kasihan II. Terapi rendam kaki dengan kombinasi

aromaterapi lavender belum pernah dilakukan pada pasien hipertensi di Puskesmas Kasihan II sehingga peneliti tertarik dengan penelitian ini.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Penerapan Intervensi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Dan Aromaterapi Lavender Pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II

C. Tujuan Penulis

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Penerapan Intervensi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Dan Aromaterapi Lavender Pada Lansia Dengan Hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tekanan darah pada pasien lansia hipertensi sebelum diberikan Intervensi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Dan Aromaterapi Lavender
- b. Untuk mengetahui tekanan darah pada pasien hipertensi setelah diberikan Intervensi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Dan Aromaterapi Lavender

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dari hasil intervensi ini agar dapat dijadikan masukan, menambah wawasan, informasi serta untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya keperawatan komunitas dan keluarga terkait kesehatan tradisional komplementer terapi kombinasi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender bagi lansia penderita Hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil karya ilmiah ini dapat menjadi masukan dan bahan pertimbangan dalam menentukan langkah pengendalian komplikasi Hipertensi sebagai upaya preventif dan rehabilitatif.

b. Manfaat Bagi Puskesmas

Hasil karya ilmiah ini dapat dijadikan sebagai acuan dan sumber informasi untuk melakukan pelayanan kesehatan tradisional komplementer khususnya pada pasien Hipertensi.

c. Manfaat Bagi Institusi

Penulisan ini diharapkan sebagai acuan dalam proses pembelajaran khususnya tentang pemberian kombinasi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender pasien lansia Hipertensi.

d. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai pedoman agar dapat mengembangkan dan memberikan intervensi dengan terapi yang sama bagi penderita Hipertensi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengumpulan data dengan menggunakan teknik observasi-partisipatif yaitu satu metode pengumpulan data kualitatif yang dilakukan dengan melakukan pengamatan secara dekat dengan sekelompok orang/budaya/masyarakat beserta kebiasaan mereka dengan cara melibatkan diri secara intensif kepada budaya tersebut dalam waktu yang panjang, untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang kebiasaan dan budaya orang tersebut. dalam observasi partisipasi, “target observasi bisa melalui aktivitas, peristiwa, *setting*, atau perilaku pada orang/kelompok tersebut dengan prosedur/metode pencatatan hasil berupa catatan lapangan secara tertulis atau video recording maupun checklist observasi. Dalam hal ini peneliti melakukan pengamatan dan turut serta dalam melakukan tindakan pelayanan asuhan keperawatan yaitu melakukan terapi kombinasi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender.