

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan sebuah tantangan bagi permasalahan kesehatan di dunia. Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang tidak menular dari individu satu ke individu lain sehingga tidak menimbulkan ancaman bagi individu lain. Menurut laporan WHO tentang Penyakit Tidak Menular (PTM), di Asia Tenggara ada lima PTM dengan angka kesakitan dan kematian yang sangat tinggi ialah penyakit jantung (kardiovaskular), diabetes mellitus, kanker, penyakit paru obstruktif kronik dan penyakit akibat kecelakaan. Salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi permasalahan kesehatan sekarang ini adalah hipertensi. Penyakit hipertensi termasuk penyakit tidak menular, sehingga Kemenkes membuat kebijakan yaitu, mengembangkan dan memperkuat kegiatan deteksi dini hipertensi secara aktif (skrining), Meningkatkan akses masyarakat terhadap pelayanan deteksi dini melalui kegiatan Posbindu Penyakit Tidak Menular (PTM) dan meningkatkan akses penderita terhadap pengobatan hipertensi melalui revitalisasi Puskesmas untuk pengendalian PTM melalui peningkatan sumber daya tenaga kesehatan yang profesional dan kompeten dalam upaya pengendalian PTM khususnya tatalaksana PTM di fasilitas pelayanan kesehatan dasar seperti Puskesmas (Dewi, 2019).

Hipertensi atau istilah lainnya tekanan darah tinggi merupakan suatu penyakit kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Penyakit tersebut menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. Penyakit hipertensi bisa menyebabkan penyakit degeneratif, hingga kematian, oleh sebab itu hipertensi dijuluki sebagai silent killer atau pembunuh diam-diam dapat menyerang siapa saja serta tidak memiliki tanda yang spesifik (Azizah, 2022).

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular aterosklerotik, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. Hipertensi menimbulkan risiko mortalitas dini, yang meningkat saat tekanan sistolik dan diastolik meningkat. Peningkatan tekanan darah yang berkepanjangan merusak pembuluh darah di organ jantung, ginjal, otak dan mata . Hipertensi termasuk masalah yang besar dan serius karena sering tidak terdeteksi meskipun sudah bertahun-tahun (Ansar, 2019).

Tekanan darah tinggi disebut *the silent killer* karena termasuk penyakit yang mematikan, penyakit ini dapat menyerang siapa saja baik muda ataupun tua. Hipertensi merupakan salah satu penyakit paling mematikan di dunia. Sebanyak 1 milyar orang di dunia atau 1 dari 4 orang dewasa menderita penyakit ini. Diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 milyar menjelang tahun 2025 (Wulandari, 2016)

Menurut *American Heart Association* (AHA) penduduk di Amerika yang berusia diatas 20 tahun penderita hipertensi mencapai 74,5 juta jiwa. Menurut *World Health Organization* (WHO) di kawasan Asia Tenggara populasi penderita hipertensi sebesar 8% atau 147 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2050 meningkat 3 kali lipat dari tahun 2013. Sedangkan di Indonesia sendiri pada tahun 2020 diperkirakan jumlah penderita hipertensi mencapai sekitar 80 juta jiwa.

Angka prevalensi hipertensi di Indonesia juga tergolong tinggi, Turana et al. (2020) menyebutkan bahwa lebih dari sepertiga penduduk di Indonesia mengidap hipertensi. Hipertensi telah menjadi masalah utama dalam kesehatan dunia. Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia, pada tahun 2014, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia sebanyak 18,781 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa dan hipertensi juga menjadi masalah kesehatan di Indonesia (Kemenkes, 2018).

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menjadi provinsi yang memiliki prevalensi hipertensi di atas nilai nasional (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Tercatat ada 11 provinsi yang nilainya di atas nilai nasional. Posisi DIY menjadi provinsi tertinggi ke-4 dari seluruh provinsi di Indonesia untuk prevalensi hipertensi (Dinas Kesehatan D. I. Yogyakarta, 2022). Hipertensi di DIY merupakan masalah kesehatan serius dalam beberapa tahun terakhir (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Hipertensi selalu menjadi peringkat pertama dalam sepuluh penyakit tertinggi di DIY. Berdasarkan persentasenya, pada 2021 hipertensi menyumbang 76,9 persen dari sepuluh besar penyakit tertinggi yang mengenai penduduk di DIY (Dinas Kesehatan D. I. Yogyakarta, 2022). Sebagai perbandingan, pada peringkat kedua yaitu penyakit diabetes melitus yang hanya menyumbang 11,1 persen. Persentase yang begitu tinggi ini menjadikan masalah hipertensi menjadi penting untuk segera direduksi atau bahkan diselesaikan. Oleh karena itu, perencanaan kesehatan untuk menyelesaikan masalah hipertensi menjadi penting untuk segera dilakukan (Alfana, 2024). Berdasarkan data pasien hipertensi di puskesmas Berbah pada tahun 2023 didapatkan data pasien hipertensi sebanyak 6.985 pasien.

Keluarga merupakan unit pelayanan kesehatan yang terdepan dalam meningkatkan derajat kesehatan komunitas. Keluarga sebagai sistem yang berinteraksi dan merupakan unit utama yang menyangkut kehidupan masyarakat. Keluarga menempati posisi antara individu dan masyarakat. Apabila setiap keluarga sehat, akan tercipta komunitas yang sehat. Masalah yang dialami anggota keluarga dapat mempengaruhi anggota keluarga yang lain, karena keluarga merupakan perantara yang efektif dan mudah untuk berbagai usaha kesehatan masyarakat. Sehingga dengan memberikan pelayanan kesehatan kepada keluarga, perawat mendapat dua keuntungan yaitu dapat memenuhi kebutuhan individu dan memenuhi kebutuhan masyarakat. Jadi untuk membangun keluarga yang sehat dibutuhkan peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan keluarga. Asuhan keperawatan keluarga adalah suatu rangkaian kegiatan

yang diberikan melalui praktik keperawatan dengan sasaran keluarga, pada tatanan komunitas yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah kesehatan yang dialami keluarga dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan, berlandaskan pada etika dan etiket keperawatan, dalam lingkup wewenang serta tanggung jawab keperawatan. Masalah keperawatan yang muncul pada keluarga yang mengalami hipertensi yaitu Nyeri Akut berhubungan dengan Agen Cedera Biologis ditandai dengan pasin tanpa meringis, gelisah, kepala terasa sakit disertai nyeri pada bagian leher dan terasa berat (**D.0077**) dan Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif dibuktikan dengan Hipertensi (**D.0017**).

Penyebab pasti dari hipertensi esensial sampai saat ini masih belum dapat diketahui. Berbagai faktor diduga turut berperan sebagai penyebab hipertensi primer, seperti bertambahnya umur, stress psikologis, dan hereditas (keturunan). Hipertensi sekunder hipertensi yang penyebabnya dapat diketahui, antara lain kelainan pembuluh darah ginjal, gangguan kelenjar tiroid (hipertiroid), penyakit kelenjar adrenal (hiperaldosteronisme), dan lain – lain.

Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu, terapi secara farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi banyak menyembuhkan hipertensi namun banyak memiliki efek samping seperti sakit kepala, pusing lemas dan mual terutama pada lansia yang sudah mengalami penurunan, sedangkan pengobatan hipertensi secara non-farmakologi dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat, seperti berhenti merokok, menurunkan konsumsi alkohol berlebih, menurunkan asupan garam dan lemak, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, penurunan berat badan berlebih, latihan fisik dan terapi alternatif komplementer “*Hidrotherapy*” (Ferayanti, 2017).

Salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan terapi rendam air hangat, merendam bagian tubuh ke dalam air hangat dapat meningkatkan sirkulasi, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot. Merendam juga dapat disertai dengan pembungkusan bagian tubuh

dengan balutan dan membasahnya dengan larutan hangat Terapi rendam kaki (hidroterapi kaki) ini juga membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan. Perbaikan sirkulasi darah juga memperlancar sirkulasi getah bening sehingga membersihkan tubuh dari racun. Hidrotherapy dapat menurunkan tekanan darah jika dilakukan secara rutin metode yang umum digunakan dalam hidroterapi salah satunya yaitu merendam kaki menggunakan air hangat. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh. Pertama berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, yang kedua adalah faktor pembebanan di dalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligamen yang mempengaruhi sendi tubuh (Lalage, 2015).

Air hangat mempunyai dampak fisiologi bagi tubuh sehingga rendam kaki air hangat dapat digunakan sebagai salah satu terapi yang dapat memulihkan otot sendi yang kaku serta menyembuhkan stroke apabila dilakukan melalui kesadaran dan kedisiplinan. Hidrotherapy rendam hangat ini sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya yang mahal, dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya (Lalage, 2015).

Prinsip kerja atau cara melakukan hidroterapi yaitu awalnya mendatangi keluarga lansia yang mempunyai riwayat hipertensi dan bersedia menjadi responden untuk penelitian, kemudian kita memberikan lembar observasi tersebut terdapat nama (inisial), usia, melakukan pengkajian, setelah itu pre test terlebih dahulu dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah, kemudian kita menyiapkan air secukupnya, garam dan serai, garam 20 mg (tiga sendok teh) dan daun serai 10 mg (dua batang). Kemudian masak air sampai mendidih, tuang air panas kedalam baskom, masukan garam dan serai ke dalam ember dijadikan satu tempat, tuangkan air dingin secukupnya hingga air menjadi hangat, setelah dirasa air sudah hangat kita minta klien untuk memasukan kedua kaki ke dalam

ember. Setelah 10-15 menit angkat kaki dan keringkan dengan kain. Rapikan alat dan bahan. Penerapan terapi ini dilakukan selama 3 hari. Post test dilakukan setiap setelah melakukan rendam kaki hangat ( $\pm 10 - 15$  menit) dengan menggunakan lembar pemantauan tekanan darah (Priyanti, 2016).

Secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah akibatnya lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan dan ketegangan otot. Perbaikan sirkulasi darah juga memperlancar sirkulasi getah bening sehingga membersihkan tubuh dari racun. Oleh karena itu orang yang menderita penyakit sirkulasi darah yang buruk (hipertensi), nyeri otot, kram, kaku, dapat menggunakan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai untuk meringankan masalah tersebut (Restuningtyas, 2019).

Dari hasil penelitian Damayanti (2014) menunjukkan adanya penurunan tingkat hipertensi. Penderita hipertensi stadium III (tinggi) dan stadium II (sedang) untuk tekanan darah sistolik sudah tidak ada, 17 responden menjadi penurunan tingkat hipertensi menjadi hipertensi stadium I (ringan) dan 69 responden menjadi normal. Untuk diastolik stadium II dan III sudah tidak ada, 21 responden turun menjadi stadium I dan 65 responden menjadi normal. Damayanti (2014) menyebutkan ada perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan hidroterapi rendam hangat pada penderita hipertensi di Desa Kebondalem Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang menunjukkan ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan hidroterapi rendam hangat pada penderita hipertensi di Desa Kebondalem dengan hasil p-value 0,00.

Berdasarkan uraian tersebut penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang “Penerapan Intervensi “Pemberian Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dengan Campuran Garam dan Serai Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Puskesmas Berbah”.

## **B. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai pada pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Berbah.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui hasil pengkajian pada keluarga yang mengalami hipertensi.
- b. Untuk mengetahui diagnosa keperawatan, serta rencana intervensi terapi rendam kaki hangat dengan campuran garam dan serai berbasis *Evidenced Based Nursing*.
- c. Untuk mengetahui implementasi serta evaluasi dari intervensi pemberian terapi rendam kaki hangat dengan campuran garam dan serai pada pasien hipertensi.

## **C. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Keluarga/ Pasien Hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi pasien dan keluarga mengenai indikasi, kontra indikasi, manfaat serta tatacara rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai untuk menurunkan tekanan darah.

### 2. Bagi Perawat

Hasil karya ilmiah Ners ini semoga memberikan informasi dan referensi untuk meningkatkan kemampuan perawat dalam memberikan pelayanan kesehatan untuk keluarga pasien yang mengalami hipertensi dengan menerapkan terapi nonfarmakologi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai .

### 3. Bagi Puskesmas

Diharapkan penelitian ini bermanfaat dan memaksimalkan pelayanan keperawatan, khususnya dalam tindakan keperawatan, dengan memberikan terapi non farmakologi, semoga tindakan rendam kaki

menggunakan air hangat dengan campuran garam dan sereh ini dapat menjadi standar operasional prosedur yang digunakan di Puskesmas.

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

1. Observasi – partisipatif: penulis melakukan observasi dan berpartisipasi dalam melakukan tindakan pelayanan keperawatan.
2. Interview: Penulis mengumpulkan informasi melalui pertanyaan antara penulis dan responden untuk memperoleh keterangan atau data dari responden yaitu menanyakan identitas responden, menanyakan keluhan utama, menanyakan riwayat kesehatan saat ini, riwayat kesehatan masa lalu dan riwayat kesehatan keluarga. Pada pengambilan kasus ini, peneliti mewawancarai responden, dan keluarga, guna pengkajian untuk memperoleh data buat menegakan diagnosa.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA