

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Judul**

Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Pijat Kaki Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Pandak 1

### **B. Latar Belakang**

Menurut perkiraan WHO pada tahun 2018, satu miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, dan dua pertiga kasusnya terjadi di negara-negara berkembang dengan pendapatan rendah hingga sedang. Menurut perkiraan, hingga 29% orang di seluruh dunia mungkin menderita hipertensi selama prevalensinya terus meningkat. mengalami tekanan darah tinggi pada tahun 2025. Lebih dari 8 juta orang meninggal karena hipertensi setiap tahunnya, dan 1,5 juta di antaranya terjadi di Asia Tenggara. Karena hipertensi mempengaruhi sepertiga populasi, biaya pengobatan mungkin meningkat.

Jika tekanan darah diukur dua kali selama lima menit saat pasien dalam keadaan tenang dan rileks, peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dianggap hipertensi. Alasan mengapa hipertensi dijuluki "The Silent Killer" (Pembunuh Senyap) adalah karena sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadarinya hingga muncul masalah. Jika hipertensi tidak segera diobati, dapat menyebabkan gagal jantung, retinopati, stroke, penyakit jantung koroner, dan penyakit ginjal kronis. (Oktaviani et al., 2022).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), ada dua jenis faktor yang dapat mempengaruhi hipertensi: faktor yang dapat diubah (seperti aktivitas fisik, tingkat stres, dan merokok) dan faktor yang tidak dapat dimodifikasi (seperti usia, jenis kelamin, dan keturunan). Berdasarkan temuan RISKESDAS tahun 2018, penyakit tidak menular seperti kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus, dan hipertensi mengalami peningkatan sejak hasil RISKESDAS tahun 2013. Selain itu, 6,3% orang dalam kelompok usia 35-44 tahun, 11,9% orang dalam kelompok usia 45-54 tahun, dan 17,2% orang dalam kelompok usia 55-64 tahun melaporkan menderita

hipertensi. Dengan persentase 27,2% pada kelompok ekonomi menengah ke bawah dan 25,9% pada kelompok ekonomi menengah, hipertensi juga banyak terjadi pada kelompok tersebut (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang menjadi penyebab kematian utama di Indonesia. Menurut Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan pada tahun 2018 oleh Kementerian Kesehatan Indonesia, tingkat prevalensi hipertensi meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018, yang merupakan 23,7% dari 1,7 juta kematian pada tahun tersebut di negara ini (Hariawan, & Tatisina, 2020). Berdasarkan penelitian Riskesdas (2018), perempuan lebih besar kemungkinannya menderita hipertensi dibandingkan laki-laki (40,17 persen) di Provinsi Jawa Tengah yang prevalensinya sebesar 37,57 persen. Selain itu, prevalensi di perkotaan lebih tinggi (38,11 persen) dibandingkan di perdesaan (37,01 persen). Dengan prevalensi sebesar 32,86%, Daerah Istimewa Yogyakarta menduduki peringkat ke-12 provinsi penderita hipertensi, lebih rendah dibandingkan provinsi dengan prevalensi hipertensi sebesar 32,86% (Riskesdas. 2018).

Angka hipertensi tertinggi di Yogyakarta terdapat di Gunung Kidul (39,25%), diikuti oleh Kulon Progo (34,70%), Sleman (32,01%), Bantul (29,89%), dan Kota Yogyakarta (29,28 persen), menurut data Indonesia. Kementerian Kesehatan (2019). Dengan 138.702 kasus secara global, hipertensi merupakan salah satu dari 10 penyakit terbanyak di Sleman, menurut data dari Dinas Kesehatan Sleman. Dengan jumlah penduduk 6.138 jiwa, Kabupaten Kalasan termasuk kabupaten Sleman dengan konsentrasi penderita hipertensi terbesar. (Dinas Kesehatan Sleman, 2019).

Ada cara farmakologis dan nonfarmakologis untuk mengatasi tekanan darah tinggi. Terapi farmasi biasanya membuat penggunaan obat menimbulkan efek samping. Di Indonesia, 10% menerima terapi fisik, 30% menggunakan pengobatan herbal, dan 60% menggunakan pengobatan. Perawatan non farmakologis ini dapat berupa pijat dan merendam kaki dengan air hangat selain perubahan gaya hidup. Terapi perendaman air hangat dan pijat kaki telah terbukti meningkatkan sirkulasi darah, menurunkan tekanan darah, dan membantu pengobatan demam, nyeri, kelelahan, dan masalah pada sistem

pemeliharaan...(Astutik & Mariyam, 2021). Sebaliknya, pijat refleksi adalah pendekatan terapeutik ekstra yang bekerja dengan tekanan pada titik kaki tertentu, dalam upaya mendorong penyembuhan dan relaksasi. Pijat refleksi menggunakan tekanan dan gerakan berirama untuk meningkatkan sirkulasi darah dan getah bening. (Faradhila et al., 2022).

Penelitian “Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki di Air Hangat” yang dilakukan oleh Astutik & Mariyam (2021) menemukan bahwa penurunan tekanan darah baik sebelum maupun sesudah terapi rendam kaki yang diberikan selama tiga hari selama 20 menit secara bergantian. suhu hangat 40°C. Hasilnya 160/100 mmHg hingga 130/90 mmHg dan 170/90 mmHg hingga 130/90 mmHg. Rata-rata tekanan darah kedua responden turun akibat kasus kedua; tekanan darah sistolik dan diastolik mereka turun masing-masing sebesar 7,21 dan 1,1 mmHg. Selain itu, penelitian tentang “Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Menggunakan Terapi Pijat Refleksi” oleh Faradhila (2022) mengungkapkan temuan studi kasus 1 menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik sebesar 15,3 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 6 mmHg. Penurunan tekanan darah diastolik dan sistolik, masing-masing sebesar 6,3 mmHg dan 13,6 mmHg, terlihat pada Studi Kasus 2. Penurunan tekanan darah sistolik sebesar 13,3 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 9,3 mmHg terlihat pada Studi Kasus 3.

Berdasarkan uraian diatas peneliti merumuskan masalah ini adalah “Bagaimana pengaruh pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Pijat Kaki terhadap Penurunan Hipertensi pada Lansia di Dusun Bongsren Pandak, Bantul Yogyakarta.

### **C. Tujuan Penelitian**

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

Maengetahui pengaruh pemberian rendam kaki air hangat dan pijat kaki pada penurunan tekanan darah klien di wilayah puskesmas pandak 1

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

- a. Melakukan pengkajian pada klien dengan hipertensi di wilayah Puskesmas Pandak 1.

- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada klien hipertensi di wilayah Puskesmas Pandak 1.
- c. Menentukan intervensi keperawatan pada klien hipertensi di wilayah Puskesmas Pandak 1.
- d. melakukan implementasi keperawatan pada klien hipertensi di wilayah Puskesmas Pandak .
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada klien hipertensi di wilayah Puskesmas Pandak 1.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat bagi Lansia

Sebagai *evidence based* bagi lansia untuk menerapkan terapi rendam kaki air hangat dan pijat kaki sebagai intervensi non farmakologi dalam mengontrol tekanan darah.

2. Manfaat bagi Perawat Pandak I

Sebagai *evidence based* yang dapat di implementasikan kepada klien dengan hipertensi.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Observasi partisipatif adalah metode yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data; pertama, peneliti melakukan observasi, dan kemudian mereka juga memberikan layanan pencegahan kepada klien.