

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah diatas normal. Seseorang dikatakan hipertensi bila tekanan sistolik nya melebihi 140 mmHg atau diastoliknya melebihi 90 mmHg (Pratama et al., 2024). Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi yang mengenai berbagai organ target, seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan arteri perifer. Kerusakan organ-organ diatas bergantung pada seberapa tinggi tekanan darah dan seberapa lama tekanan darah tinggi tersebut terkontrol dan tidak diobati. Hipertensi seringkali tidak menimbulkan gejala, sementara tekanan darah yang terus bertambah tinggi dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan komplikasi (Silvianah & Indrawati, 2024) Salah satu upaya penurunan angka mortalitas dan morbiditas hipertensi adalah penurunan atau mengontrol tekanan darah. Berdasarkan anjuran *Join National Committee 8*, upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan modifikasi gaya hidup mulai dari pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik, pengurangan asupan garam dan penurunan berat badan. Apabila upaya-upaya diatas tidak berhasil, maka dapat diberikan obat anti hipertensi. Kenyataannya, masih sedikit penderita hipertensi yang melakukan pengobatan secara teratur untuk mengontrol tekanan darah. Fenomena kepatuhan minum obat hipertensi di puskesmas Oesapa tergolong rendah, dari 1.559 jumlah penderita hipertensi yang berobat dipuskesmas Oesapa pada tahun 2023 sebanyak 2089 pederita patuh dalam konsumsi obat dan sebanyak 1.270 penderita tidak patuh terhadap konsumsi obat yang diberikan. Pengukuran kepatuhan minum obat penderita hipertensi di puskesmas Oesapa dilakukan dengan melihat data yang tercatat dalam e-kohort hipertensi puskesmas Oesapa.

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia *World Health Organization (WHO)* tahun 2020, sekitar 1,13 miliar individu di seluruh dunia mengalami hipertensi.

Terjadi peningkatan jumlah penderita hipertensi setiap tahun, dengan perkiraan bahwa pada tahun 2025, sekitar 1,15 miliar orang akan terkena hipertensi. Selain itu, diperkirakan bahwa setiap tahunnya sekitar 9,4 juta orang akan meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Silvianah & Indah, 2024). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia ≥ 15 tahun berdasarkan diagnosis dokter adalah 8%, sementara berdasarkan pengukuran tekanan darah mencapai 29,2%. Sementara itu, pada penduduk usia ≥ 18 tahun, prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter adalah 8,6%, dan berdasarkan pengukuran tekanan darah sebesar 30,8% (Hasil Utama Survei Kesehatan Indonesia 2023). Tekanan darah yang abnormal terjadi karena dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti elastisitas dinding arteri, volume darah, kekuatan gerak jantung, viskositas darah, curah jantung dan kapasitas pembuluh darah (Silvianah & Indah, 2024). Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah terkait penanganan hipertensi diantaranya edukasi terkait kepatuhan terhadap pengobatan, perubahan gaya hidup untuk mengontrol hipertensi. Pernyataan ini didukung dengan salah satu penjelasan bahwa penatalaksanaan hipertensi tidak hanya melibatkan penggunaan obat-obatan atau terapi farmakologi, tetapi juga pentingnya perubahan gaya hidup dan pendekatan nonfarmakologi yang dapat membantu mengelola tekanan darah. (Yossi Fitriana, Dian Anggraini, 2022). Salah satu pendekatan nonfarmakologi yang mulai banyak diperhatikan adalah terapi rendam kaki.

Terapi rendam kaki dengan air hangat merupakan metode relaksasi yang sederhana namun efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Melakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat bisa dilakukan setiap saat serta memberikan manfaat dari kehangatan yang dihasilkan dimana cairan, padatan, dan gas memuai sehingga dapat meningkatkan reaksi kimia dalam tubuh (Yossi Fitriana, Dian Anggraini, 2022). Merendam kaki dengan air hangat yang dicampur garam ternyata memberikan hasil yang efektif. Manfaat yang dirasakan yaitu dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Selain itu, ada perbedaan tekanan darah diastolik sebelum dan setelah melakukan rendaman kaki

dengan air hangat yang dicampur garam (Indriastuti et al., 2024). Lebih lanjut dijelaskan bahwa merendam kaki dengan air hangat bisa dicampur dengan bahan alami seperti serai dan garam. Serai mengandung minyak atsiri yang bermanfaat sebagai anti-radang, pereda nyeri, dan membantu melancarkan peredaran darah. Sementara itu, garam yang kaya akan natrium klorida (NaCl) berperan dalam menjaga keseimbangan asam-basa tubuh, serta mendukung fungsi saraf dan kontraksi otot (Yossi Fitriana, Dian Anggraini, 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap beberapa pasien di Puskesmas Oesapa, didapatkan data bahwa pasien hipertensi belum pernah diajarkan tentang terapi merendam kaki dengan air hangat yang dicampur garam dan serai. Berdasarkan beberapa uraian ini, maka penulis merasa tertarik untuk melakukan terapi rendam kaki dengan menggunakan air hangat yang dicampur serai dan garam untuk dapat menurunkan tekanan darah pasien hipertensi.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti merumuskan pertanyaan masalah yaitu “Bagaimana penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dan garam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa Kota Kupang?”.

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan umum

Mengetahui efektifitas terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dan garam terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan karakteristik partisipan
2. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sebelum penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dan garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
3. Mendeskripsikan intervensi penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dan garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
4. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah setelah penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dan garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
5. Mengetahui efektifitas penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dan garam terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi, pengetahuan dan

bahan referensi untuk perkembangan ilmu pengetahuan keperawatan khususnya keperawatan medikal bedah terutama perawatan pasien dengan hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien

Penelitian ini bermanfaat bagi pasien yangmana dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien hipertensi dalam melakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dan garam untuk menurunkan tekanan darah.

2. Bagi pelayanan keperawatan

Penelitian studi kasus ini diharapkan dapat memberikan inovasi kepada perawat dalam memberikan asuhan keperawatan terutama dalam melakukan intervensi mandiri khususnya bagi pasien hipertensi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk dapat mengembangkan intervensi keperawatan mandiri lainnya dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi.