

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah salah satu penyebab utama mortalitas dan morbiditas di Indonesia, sehingga tatalaksana penyakit ini merupakan intervensi yang sangat umum dilakukan di berbagai tingkat fasilitas kesehatan. WHO (2011) mencatat satu miliar orang di dunia menderita hipertensi dan menjadi penyebab kematian hampir 8 juta orang setiap tahun di seluruh dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahun di Asia Tenggara. Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 mengemukakan angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai sekitar 25,8%. Berdasarkan terdiagnosis oleh tenaga kesehatan dan pengukuran prevalensi hipertensi terlihat meningkat dengan bertambahnya umur (Anonim, 2013). Hipertensi merupakan *silent killer* dimana penderita sering kali tidak menyadari adanya gangguan atau gejala (Dalimartha, 2008). Penurunan kualitas hidup pada penderita hipertensi mengakibatkan adanya hambatan – hambatan pada fungsi kesehatan fisik (seperti sakit kepala dan muntah - muntah), psikologis (seperti mudah marah) dan hubungan sosial (seperti tidak dapat beraktivitas) (Sulistyarini, 2013). Dampak apabila hipertensi pada lansia tidak ditangani akan terjadi pengapuran dinding pembuluh darah jantung yang akan menyebabkan berkurangnya aliran darah pada beberapa bagian otot jantung. Tekanan darah tinggi akan memaksa otot bekerja lebih berat untuk memompa darah ke seluruh tubuh dimana kondisi ini menyebabkan otot jantung menebal sehingga daya pompa otot jantung akan menurun sehingga akan mengakibatkan gagal jantung, kerusakan pembuluh darah,

gagal ginjal dimana ginjal sudah tidak dapat berfungsi dengan semestinya (Dalimartha, et al., 2008, hlm. 13-14).

Menurut data WHO, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di Negara maju dan 639 sisanya berada di Negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata, 2016). Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 adalah hipertensi. Dengan prevalensi 45,9% pada usia 55 - 64 tahun, 57,6% pada usia 65,74% dan 63,8% pada usia ≥ 75 tahun (Infodatin Kemenkes RI, 2016). Menurut data Riskesdas Provinsi Jawa Timur prevalensi penyakit hipertensi mencapai 26,2%. Prevalensi penyakit hipertensi tertinggi terdapat pada kelompok usia ≥ 75 tahun yaitu 62,4%. Prevalensi hipertensi di kota Surabaya mencapai 22,0% (BPPK Kemenkes, 2013).

Berdasarkan pengambilan data awal pada tanggal 8 Mei 2018 di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya dari 123 lansia terdapat 61 lansia menderita hipertensi, Diabetes Melitus 43 lansia dan Rheumatoid Atrhitis 57 lanisa, maka dari itu penyakit hipertensi menjadi penyakit tertinggi nomer 1 di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya dengan kategori 25 lansia Prahipertensi, 9 lansia Hipertensi Derajat 1 dan 27 lansia dalam kategori hipertensi derajat 2. Kebanyakan para penderita hipertensi hanya mengkonsumsi obat – obatan, menghindari makanan asin dan mengikuti senam hipertensi yang diadakan di UPTD Griya Werdha satu minggu sekali untuk menurunkan tekanan darah, dengan diadakanya senam hipertensi yang dilakukan seminggu sekali maka penurunan tekanan darah pada lansia kurang efektif. Mengontrol tekanan darah

adalah solusi yang tepat dalam mengatasi penyakit hipertensi, tetapi faktanya masyarakat belum mampu untuk mengontrol tekanan darah walaupun menggunakan pengobatan medis ataupun herbal (Kusmana, 2006).

Dengan meningkatkan sekresi hormon antidiuretik (ADH) dan rasa haus. ADH diproduksi di hipotalamus (kelenjar pituitary) dan bekerja pada ginjal untuk mengatur osmolalitas dan volume urine. Meningkatnya ADH, menyebabkan urin yang diekskresikan keluar tubuh sangat sedikit (antidiuresis), sehingga menjadi pekat dan tinggi osmolalitasnya. Untuk mengencerkannya, volume cairan ekstraseluler akan ditingkatkan dengan cara menarik cairan dari bagian intraseluler. Kemudian terjadi peningkatan volume darah, sehingga tekanan darah akan meningkat (Martuti, 2009).

Secara alamiah air hangat mempunyai dampak fisiologi bagi tubuh. Pertama berdampak pada pembuluh darah, 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 (Peni, 2008). Terapi rendam kaki air hangat adalah salah satu jenis terapi hidroterapi secara langsung selain hidroterapi yang lainnya seperti hidroterapi secara langsung yaitu terapi dalam bentuk cair *Jacuzziwrippol*, kolam panas dan dingin, *Under Water Massage*, *Affusion*, *Shower*, *Jet Shower*. Sedangkan hidroterapi secara tidak langsung adalah dengan *steam*, sauna, *lonozon bath*, *vapozen*. Sedangkan menurut penelitian DASH (*Dietary Approaches to Stop Hhypertension*) jus belimbing manis memiliki efek diuretik yang dapat memperlancar air seni sehingga dapat mengurangi beban kerja jantung .Kedua intervensi ini dipilih dikarenakan salah satu metode yang efektif, mudah, murah

dan efektif apabila dikombinasikan menjadi satu untuk menurunkan tekanan darah pada pasien (Vidyahana, 2016).

Dalam penelitian terkait yang sudah dilakukan untuk rendam kaki air hangat oleh Agung (2015) dan Khoiroh (2014) untuk hasilnya sejalan yaitu setelah dilakukan rendam kaki air hangat mendapatkan hasil rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi rendam kaki air hangat 160 mmHg dan rata-rata tekanan diastolik sebelum dilakukan terapi rendam kaki air hangat adalah 100 mmHg. Setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat, hasil rata-rata tekanan darah sistolik menurun menjadi 150 mmHg, sedangkan pada rata-rata tekanan darah diastolik menurun menjadi 90 mmHg. Pada hasil penelitian tersebut terjadi penurunan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Menurut Artalesi (2011) menyebutkan bahwa dengan mengkonsumsi jus belimbing manis secara rutin satu kali sehari selama 7 hari dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru.

Pengobatan awal pada hipertensi sangatlah penting karena dapat mencegah timbulnya komplikasi pada beberapa organ tubuh seperti jantung, ginjal dan otak. Untuk pengobatan hipertensi tidak hanya menggunakan obat-obat (*vasodilator*, *diuretic thiazide*), karena obat-obatan menimbulkan ketergantungan dan apabila penggunaan obat dihentikan dapat menyebabkan peningkatan resiko terkena serangan jantung atau stroke (Profe. Beevers, 2005).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pengobatan penderita hipertensi tidak bisa bersifat tunggal, tetapi merupakan kombinasi antara pengobatan farmakologi dan non-farmakologi. Diketahui bahwa di UPTD Griya

Werdha Jambangan Surabaya telah dilakukan senam hipertensi yang dilakukan 1 kali dalam seminggu, namun kegiatan ini dirasa kurang efektif dalam menurunkan hipertensi pada lansia, sehingga peneliti memberikan inovasi baru dalam penurunan hipertensi yakni dengan melakukan studi kasus pemberian terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya yang dirasa lebih efektif dan efisien dalam menunjang penurunan hipertensi.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana pengaruh terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya?

1.3 Objekif

1. Mengidentifikasi tekanan darah lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya sebelum diberikan terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis.
2. Mengidentifikasi respon lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya saat dilakukan pemberian terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk menurunkan tekanan darah.
3. Mengidentifikasi hasil tekanan darah pada lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya setelah diberikan terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membuktikan bahwa pemberian terapi relaksasi air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk menurunkan tekanan darah pada pasien yang menderita hipertensi.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi peneliti selanjutnya

Berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan sebagai pengetahuan serta informasi tentang terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk menurunkan tekanan darah dengan hipertensi dan penelitian ini dapat dikembangkan pada penelitian selanjutnya.

2. Pendidikan keperawatan

Dalam bidang pendidikan keperawatan hasil penelitian ini diharapkan akan dapat:

- a. Menambah wawasan lebih luas bagi keperawatan medikal bedah tentang terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk menurunkan tekanan darah dengan hipertensi.
- b. Menjadi bahan kajian dalam perkuliahan dan dapat diintegrasikan pada keperawatan medikal bedah.

3. Bagi petugas UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu inovasi pemberian terapi khususnya pada penderita hipertensi.

4. Bagi lansia

Memberikan informasi kepada pasien mengenai cara terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.