

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan masalah serius dan berbahaya di seluruh dunia, termasuk di Indonesia, karena merupakan penyebab utama penyakit kardiovaskular seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal, dengan penyakit jantung iskemik dan stroke sebagai penyebab utama kematian. Khususnya di Indonesia pada tahun 2016 (WHO, 2018). Karena mempengaruhi begitu banyak orang dari muda hingga usia tua, hipertensi juga dianggap sebagai salah satu penyakit paling mematikan di dunia. Peningkatan tekanan darah adalah penyebab utama kematian dan kecacatan di seluruh dunia. Setengah dari gangguan yang terkait dengan tekanan darah tinggi terjadi pada pasien yang memiliki tekanan darah lebih tinggi dari biasanya (Fitriani, 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), hipertensi adalah salah satu penyebab kematian tertinggi di dunia, membunuh hampir 8 miliar orang setiap tahun. IHME juga menyebutkan dari 1,7 juta kematian di Indonesia, 23,7 persen disebabkan oleh tekanan darah tinggi (hipertensi), 18,4 persen karena hiperglikemia, 12,7 persen karena merokok, dan 7,7 persen karena obesitas (KEMKES, 2019, hari hipertensi dunia: *know your number*, kendalikan tekanan darahmu dengan cerdas, ¶2, <https://p2ptm.kemkes.go.id>, diperoleh tanggal 27 November 2021)

Menurut Price (dalam Nurarif A.H., & Kusuma H. (2016), Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik (140 mmHg) dan diastolik (90 mmHg). Orang dengan hipertensi berada pada peningkatan risiko mengembangkan penyakit tambahan seperti penyakit ginjal, saraf, dan pembuluh darah, selain penyakit jantung. Semakin tinggi tekanan darah, semakin besar risikonya. Hipertensi merupakan masalah yang perlu diwaspadai karena penderita hipertensi tidak menunjukkan indikasi atau gejala yang jelas, dan beberapa orang dapat menjalani kehidupan sehari-harinya tanpa masalah. Hal ini juga membuat hipertensi menjadi silent killer, orang dengan hipertensi akan melihat ketika gejala mereka memburuk dan mencari bantuan medis. Sakit kepala, pusing, kelemahan, kelelahan, sesak napas, gelisah, mual, muntah, epistaksis, dan penurunan kesadaran adalah gejala umum hipertensi (Nurarif A.H. & Kusuma H., 2016).

Menurut data WHO (World Health Organization) tahun 2015, kasus hipertensi global melampaui 1,13 miliar orang, menunjukkan bahwa satu dari setiap tiga orang terdiagnosis hipertensi, dengan hanya 36,8% yang minum obat. Setiap tahun, prevalensi hipertensi meningkat, dan diperkirakan pada tahun 2025, hipertensi akan menimpa sebanyak 29 persen orang dewasa secara global. Setiap tahun, hipertensi membunuh sekitar 8 juta orang, dengan 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara, di mana hipertensi mempengaruhi sepertiga penduduk. Indonesia adalah penyumbang terbesar keempat kasus hipertensi di dunia, terhitung lebih dari setengah dari semua kasus (healthkompas, 2018, Indonesia masuk daftar 5 negara teratas kasus tekanan

darah tinggi, ¶3, <https://health.kompas.com>, diperoleh tanggal 27 November 2021)

Menurut RISKESDAS 2018, penderita hipertensi di Indonesia mencapai angka 34,1% pada tahun 2018, angka ini mengalami peningkatan yang cukup tinggi dimana sebelumnya pada tahun 2013 berada diangka 25,8%. Kalimantan Timur sendiri berada di posisi 3 dalam jumlah terbanyak se-Indonesia dengan angka 39,3% (Badan Pusat Statistik, 2018). Sedangkan prevalensi di Kota Samarinda sendiri menempati posisi ke-4 dengan angka 11,19% dengan jumlah 2.626 orang (RISKESDAS, 2018).

Ada dua teknik untuk mengobati hipertensi yaitu terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis. Ada berbagai jenis terapi farmakologis untuk hipertensi, termasuk diuretik thiazide, adrenergik, ace inhibitor, angiotensin blocker, antagonis kalsium, dan vasodilator. Sedangkan terapi hidroterapi(merendam kaki dengan air hangat) dapatdijadikan sebagai pilihanpengobatan nonfarmakologis (Utaminingsih, 2015).

Hidroterapi merupakan terapi sederhana dan alami karena memiliki pendekatan pengobatan yang jelas dan sederhana, aman dan tidak diketahui efek sampingnya, tidak menggunakan zat beracun atau adiktif, dan tidak memerlukan obat-obatan kontemporer, sangat terjangkau, dan dapat dilakukan selama ada sumber air dimanapun anda berada. Hidroterapi juga dapat menenangkan pikiran dan tubuh serta dapat menghilangkan penyakit dalam tempo yang cukup cepat (Soetrisno, Eddy & Kulkurani, 2004)

Berdasarkan penelitian Ingrid, Erlisa & Ragil (2017) menyebutkan bahwa hidroterapi efektif dalam penurunan tekanan darah dimana saat setelah

diberikan hidroterapi sekitar 50% penderita hipertensi mengalami penurunan tekanan darah menjadi normal tanpa bantuan obat-obatan. Terapi rendam kaki dengan air hangat dapat menimbulkan dampak fisiologis dalam tubuh terutama pembuluh darah agar sirkulasi darah lancar, air mempunyai dampak yang cukup positif pada otot jantung dan paru (Istiqomah, 2017).

Terapi hidroterapi memiliki manfaat tambahan yaitu memberikan sensasi relaksasi dan ketenangan selain menurunkan tekanan darah. Dengan melakukan hidroterapi yaitu memandikan kaki dalam air hangat dapat memindahkan panas dari air ke tubuh melalui telapak kaki. Air hangat dapat meningkatkan aktivitas (sel) dengan memungkinkan energi bergerak melalui konveksi (mengalir melalui media cair), menyebabkan pembuluh darah melebar dan akan melancarkan peredaran darah keseluruh tubuh yang akan menyebabkan tekanan darah menurun (Lalage, 2015).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, hidroterapi (mandi kaki hangat) cenderung menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Alhasil, bisa dijadikan sebagai pengganti untuk menurunkan tekanan darah. Oleh karena itu, penulis ingin melakukan studi literatur pengaruh intervensi inovasi *hydrotherapy* (rendam kaki dengan air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis membuat rumusan masalah dalam *Literature Review* ini adalah “Apakah ada pengaruh intervensi inovasi *hydrotherapy* (rendam kaki dengan air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi?”

C. Tujuan Penelitian

Penulisan Karya Ilmiah Akhir-NERS dalam bentuk *Literature Review* ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intervensi inovasi *hydrotherapy* (rendam kaki dengan air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Pasien

Sebagai tambahan informasi dan pengetahuan bagi penderita hipertensi dalam hal menurunkan tekanan darah, serta penemuan baru bagi penderita hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

b. Bagi Perawat

Penulisan Karya Ilmiah Akhir-NERS *Literature Review* ini dapat menambah pilihan dalam intervensi keperawatan diruangan dan juga dapat diterapkan pada upaya pemberian intervensi keperawatan pada pasien hipertensi

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Karya Ilmiah Akhir-NERS *Literature Review* ini dapat dijadikan sebagai tindakan pemecahan masalah untuk menangani pasien hipertensi dalam menurunkan tekanan darah yang ada dilapangan.

2. Manfaat Keilmuan

a. Bagi Penulis

Karya Ilmiah Akhir-NERS *Literature Review* ini dapat meningkatkan pengalaman dan ilmu bagi penulis khususnya

mengenai penanganan terhadap pasien dengan hipertensi melalui penerapan *hydrotherapy*.

b. Bagi Peneliti

Sebagai bahan referensi bagi peneliti lain dalam pemecahan masalah kasus khususnya untuk menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi melalui pemberian *hydrotherapy*.

c. Bagi Rumah Sakit

Sebagai dasar tindakan dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif khususnya dalam pemberian terapi komplementer seperti hidroterapi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

d. Bagi Pendidikan

Karya Tulis Ilmiah Akhir-NERS ini berbasis bukti dalam perumusan tindakan keperawatan hidroterapi dan dapat dimanfaatkan sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa serta referensi untuk studi masa depan tentang pengobatan pasien hipertensi.