

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah melebihi batas normal, dengan nilai sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg (bedasarkan kriteria join national momitte). Penyakit ini umumnya lebih banyak ditemukan pada individu yang lebih tua, di mana tekanan darah cenderung meningkat seiring bertambah usia. Tekanan darah sistolik terus meningkat hingga usia 80 tahun, sedangkan tekanan darah diastolik meningkat hingga usia 55-60 tahun, lalu mulai menurun perlahan atau secara signifikan.

World Health Organization (WHO) mengatakan, prevalensi hipertensi global mencapai 26,4% dan diperkirakan akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2030. Diperkirakan 1,28 miliar orang berusia 30-79 tahun menderita hipertensi, dengan dua pertiga diantaranya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023). Prevalensi tertinggi ditemukan di Afrika, dimana 46% dari populasi dewasa berusia lebih dari 25 tahun terdiagnosa hipertensi, sedangkan prevalensi terendah ada di Amerika, yakni 35%. Angka kejadian hipertensi yang tinggi ini menjadikannya sebagai isu kesehatan global yang membutuhkan perhatian serius (Septiani *et al.*, 2025).

Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada kelompok usia ≥ 18 tahun berdasarkan data Riskesdes mengalami variasi. Pada tahun 2007, prevalensi tercatat 31,7%, kemudian turun menjadi 25,8% pada tahun 2013, namun kembali meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018, dengan estimasi sebanyak 63.309.620 kasus. Angka kematian akibat hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 tercatat sebanyak 427.218 orang. Prevalensi hipertensi di Provinsi Lampung berdasarkan pengukuran tekanan darah tercatat sebesar 24,7%. Sementara itu, prevalensi hipertensi menurut diagnosis tenaga

kesehatan adalah 7,4%, dan jika termasuk kasus yang mengonsumsi obat hipertensi, prevalensi hipertensi berdasarkan wawancara sedikit meningkat menjadi 7,6%. Diantara 10 penyakit terbanyak di Provinsi Lampung, hipertensi menempati urutan ketujuh pada tahun 2016 dengan persentase 5,29%, lalu naik menjadi urutan kelima pada tahun 2017 dengan persentase 7,05%, dan pada tahun 2018 hipertensi meningkat menjadi urutan ketiga dengan persentase 11,01% (Kemenkes, 2018).

Lansia adalah individu yang telah mencapai usia 60 tahun keatas, dimana periode ini membawa perubahan fisik, psikolog, dan psikososial. Salah satu masalah kesehatan yang sering dialami lansia adalah gangguan pada sistem kardiovaskular (Astutik & Mariyam, 2021). Penyakit kardiovaskular adalah gangguan yang memengaruhi jantung dan pembuluh darah. Contohnya meliputi penyakit jantung koroner, penyakit arteri perifer, penyakit jantung rematik, penyakit jantung bawaan, thrombosis vena dalam, emboli paru, hipertensi (Dewi & Syaifulloh, 2022).

Gejala hipertensi yang sering dialami oleh lansia meliputi nyeri pada tengkuk, pusing hingga pembengkakan pembuluh darah kapiler. Jika tidak ditangani dengan tepat, kondisi ini dapat menyebabkan komplikasi serius, seperti gagal jantung, stroke, masalah pada mata, ginjal, sindrom metabolik, bahkan kematian. Hipertensi dapat diatasi dengan pengobatan farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan non-farmakologi umumnya melibatkan penggunaan obat-obatan yang mungkin memiliki efek samping.

Di Indonesia, sekitar 60% penderita hipertensi menggunakan obat-obatan, 30% memilih terapi herbal, dan 10% menggunakan fisioterapi. Pengobatan komplementer dianggap lebih mudah dan praktis untuk diterapkan dimasyarakat. Sementara itu, pengobatan non-farmakologi dapat dilakukan dengan perubahan gaya hidup yang lebih sehat seperti mengurangi konsumsi garam yang berlebih, pola makan yang sehat, mengurangi stress, berhenti merokok, batasi kafein, berolah raga secara

teratur, dan salah satu cara yang dapat dilakukan secara mandiri yaitu melakukan terapi perendaman kaki dengan air hangat, yang dapat dilakukan kapan saja (Astutik & Mariyam, 2021)

Secara ilmiah air hangat memiliki dampak fisiologis bagi tubuh. Air hangat dapat membantu melancarkan sirkulasi darah. Terapi rendam kaki adalah terapi dengan cara merendam kaki hingga diatas semata kaki menggunakan air hangat. Dampak fisiologis rendam kaki air hangat bagi tubuh secara ilmiah pada pembuluh darah yang dimana air hangat membuat sirkulasi darah mengalami vasodilatasi dan dapat juga merelaksasikan tubuh sehingga dapat menurunkan tekanan darah.

Hasil dari penelitian (Siti Oktavianti & Dwi Insani, 2022) menyatakan bahwa terapi non-farmakologi berupa rendam kaki dengan air hangat selama 20 menit per sesi, dilakukan tiga kali dalam tiga hari, telah terbukti mampu menurunkan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi, pada Tn.A hasil tekanan darah sebelum dilakukan 160/100 mmHg menjadi 120/80 mmHg, sedangkan Ny.N tekanan darah sebelum dilakukan terapi 150/100 mmHg menjadi 130/80 mmHg. Hasil studi kasus (S. U. Dewi & Rahmawati, 2019) mendapatkan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan tindakan pada hari pertama 150/100 mmHg sampai dengan hari ketiga turun menjadi 130/90 mmHg. Yang artinya bahwa terapi ini dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Peran utama perawat yang paling dikenal oleh masyarakat adalah sebagai pemberi asuhan keperawatan. Perawat dapat memberikan layanan keperawatan secara langsung maupun tidak langsung kepada klien dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan. Proses ini mencakup beberapa langkah penting, seperti melakukan pengkajian untuk mengumpulkan data dan informasi yang akurat, menetapkan diagnosis keperawatan berdasarkan hasil analisis data, merencanakan intervensi keperawatan untuk mengatasi masalah yang diidentifikasi, melaksanakan

Tindakan keperawatan sesuai rencana, serta melakukan evaluasi berdasarkan respons klien terhadap tindakan yang dilakukan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Penerapan Rendam Kaki Air Hangat untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Memperoleh gambaran dalam melakukan penerapan rendam air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi di Puskesmas Kotabumi II?

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan data pasien hipertensi
- b. Melakukan penerapan rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi
- c. Melakukan evaluasi penerapannya rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi
- d. Menganalisis penerapan rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil studi kasus ini dapat memberikan kontribusi untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas pendidikan atau asuhan keperawatan, khususnya terkait dengan penerapan terapi non-farmakologi berupa terapi rendam kaki air hangat pada pasien lansia

yang mengalami hipertensi, setra menjadi referensi bagi mereka yang akan melakukan studi kasus dibidang serupa.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi peneliti/mahasiswa

Hasil studi kasus ini memungkinkan penulis untuk mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh melalui pengalaman nyata, khususnya dalam penerapan rendam air hangat pada lansia hipertensi. Selain itu, ini dapat meningkatkan wawasan dan keterampilan, terutama dalam merawat pasien yang mengalami masalah hipertensi.

b. Manfaat bagi Puskesmas Kotabumi II

Hasil studi kasus ini daapaat memberikan manfaat, terutama sebagai tambahan referensi di Puskesmas Kotabumi II, yang dapat dijadikan acuan untuk studi kasus dimasa depan.

c. Manfaat bagi pasien dan keluarga

Studi kasus ini bermanfaat bagi pasien hipertensi, dengan tujuan mencegah terjadinya komplikasi serius pada pasien.