BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi terkenal dengan *The Silent Killer*, dikarenakan sering kali muncul tidak terdapat tanda dan gejalanya. Hal tersebut membuat penderita tidak mengetahui bahwa dirinya menderita tekanan darah tinggi. Penderita hipertensi akan mengetahui penyakit tersebut ketika komplikasi dari hipertensi itu muncul. Komplikasi dari hipertensi dapat membahayakan kerusakan organ antara lain seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan arteri perifer. Jika masalah tersebut tidak di atasi, adapun masalah jangka panjang yang timbul dimana ketika pembuluh darah dalam otak pecah maka dapat membuat kelumpuhan, stroke dan bahkan dapat menyebabkan kematian.(Kemenkes, 2019)

Hipertensi ditandai dengan hasil pengukuran tekanan darah yang menunjukkan tekanan sistolik sebesar >140 mmHg dan tekanan diastolik > 90 mmHg. Pengukuran tekanan darah dilakukan sesuai dengan standar *British Society of Hypertension* mengunakan alat *sphygmomanometer* air raksa, digital atau anaeroid yang telah ditera (Kemenkes, 2021)

Salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030. Prevalensi hipertensi bervariasi di berbagai wilayah dan kelompok pendapatan negara. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi (27%) sedangkan wilayah Amerika memiliki prevalensi hipertensi terendah (18%). Jumlah orang dewasa yang menderita hipertensi meningkat dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015, dengan peningkatan yang sebagian besar terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Prevalensi Asia Tenggara, beban hipertensi sangat besar dengan lebih dari 245 juta orang di atas usia 30 tahun diperkirakan mengalami tekanan darah tinggi (WHO, 2023)

Berdasarkan data Kemenkes pada tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 45,9% pada umur 55-64 tahun, 57,6% umur 65-74 tahun, dan 63,8% umur >75 tahun, sedangkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi hipertensi di Indonesia terjadi penurunan dari 34,1 % pada tahun 2018 menjadi 30,8% pada tahun 2023. Namun, data spesifik mengenai

prevalensi hipertensi pada kelompok lansia dalam laporan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 belum tersedia. Meskipun terjadi penurunan prevalensi hipertensi secara keseluruhan, kelompok lansia tetap menjadi populasi dengan resiko tinggi. (SKI, 2023)

Terapi pengobatan hipertensi terbagi menjadi 2 yaitu pengobatan farmakologi dan nonfarmakologi. Pengobatan farmakologis dilandasi oleh beberapa prinsip, diantaranya pengobatan hipertensi sekunder yang lebih mendahulukan pengobatan penyebab hipertensi dan pengobatan hipertensi esensial yang ditunjukan untuk menurunkan tekanan darah dan mengurangi timbulnya komplikasi. Pengobatan non-farmakologis dapat dilakukan dengan terapi merendam kaki dengan air hangat yang merupakan terapi yang menciptakan efek relaksasi atau menenangkan. Penderita hipertensi dalam pengobatannya tidak hanya menggunakan obat-obatan, tetapi bisa menggunakan alternative non farmakologis dengan metode yang lebih mudah dan murah yaitu dengan terapi rendam kaki dengan air hangat dirumah.(Chaidir et al., 2022)

Terapi rendam kaki air hangat yaitu terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10-15 cm diatas mata kaki menggunakan air hangat. Terapi rendam kaki air hangat yang di lakukan ± 20 menit dengan suhu 39-40°C. Dampak fisiologis terapi rendam kaki air hangat bagi tubuh secara ilmiah yaitu pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah mengalami vasodilatasi dan merelaksasikan tubuh sehingga dapat menurunkan tekanan darah. (Suhaela & Indah, 2021)

Teori rendam kaki air hangat sudah pernah dilakukan oleh penelitian terdahulu yaitu Widyaswara tentang Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi setelah dilakukan intervensi rendam kaki air hangat, pada kelompok intervensi terjadi perubahan rata-rata tekanan darah sistolik (pretest: 151,20 mmHg, posttest: 137 mmHg, p=0,000) namun tidak ada perubahan tekanan diastolik (pretest: 84,20 mmHg, posttest: 82,80 mmHg, p= 0,066). Sementara di kelompok kontrol terjadi perubahan tekanan darah sistolik (pretest: 160,18 mmHg, posttest: 157,45 mmHg, p=0,001) dan diastolik (pre test: median 90 mmHg, posttest: median 88 mmHg, p=0,002). Perbedaan selisih sistolik pada kedua kelompok didapatkan

p=0,000, namun pada selisih diastolik didapat nilai p=0,061.(Widyaswara et al., 2022)

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan dengan 1 responden didapatkan hasil pemberian intervensi bahwa tekanan darah sistolik dan diastolik pada Ny.H sesudah diberikan terapi rendam kaki air hangat mengalami penurunan. Menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik mengalami penurnan sebesar 15 mmHg, dan diastolik mengalami penurunan sebesar 5 mmHg. Penelitian dilakukan sealama 2 kali rendaman kaki air hangat, yaitu tanggal 26 dan 27 Agustus 2021, dengan lama rendaman yaitu 20 menit.(Indah & Indra, 2021)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yati dengan judul pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi terhadap 31 responden yang mengalami hipertensi setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat di dapatkan 28 responden mengalami penurunan tekanan darah dan 3 responden tidak mengalami penurunan tekanan darah. Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini terapi rendam kaki air hangat dapat menurunkan tekanan darah.(Yati et al., 2021)

Berdasarkan hasil *survey* awal yang dilakukan peneliti di RS Advent Medan didapatkan jumlah kunjugan pasien pada tahun 2023 sebanyak 487 orang. Data terbaru tahun 2024 berjumlah 532 orang penderita hipertensi. Berdasarkan hasil wawancara singkat yang dilakukan peneliti kepada pasien hipertensi dari 5 orang pasien terdapat 3 orang yang tidak mengetahui tentang terapi rendam kaki air hangat.

Berdasarkan latar belakang data di atas, peneliti tertarik untuk mengambil judul "Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam RS Advent Medan".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian adalah apakah ada "Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Poliklinik

Penyakit Dalam RS Advent Medan".

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui "Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi".

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui tekanan darah pasien hipertensi sebelum dilakukan terapi rendam kaki air hangat.
b. Mengetahui tekanan darah pasien hipertensi setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat.
c. Menganalisis pengaruh terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan pengalaman dan pengetahuan peneletiti tentang pengaruh terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Bagi Instansi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dan merencanakan perawatan agar meningkatkan tingkat pengetahuan pasien khususnya penderita hipertensi dengan penerapan terapi air hangat.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai referensi dan tambahan informasi serta untuk studi kepustakaan tentang penerapan terapi rendam kaki air hangat.