

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang usia 65 tahun keatas (Potter, 2010). Sedangkan menurut organisasi kesehatan dunia WHO 2012 dalam (Nugroho, 2012), menyatakan yang disebut lansia adalah usia 60 tahun ke atas. Lansia merupakan bagian dari proses tumbuh kembang (Azizah, 2011). Lansia adalah keadaan atau kondisi yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologi (Efendi, Ferry, 2009).

Bertambahnya usia manusia, terjadi proses penuaan secara degeneratif yang akan berdampak pada perubahan-perubahan pada semua sistem tubuh baik perubahan fisik, kognitif, perasaan, sosial, dan seksual (Azizah, 2011). Perubahan fisik yang terjadi pada lansia akan mempengaruhi sistem kekebalan tubuh terhadap beberapa penyakit. Penambahan usia pada manusia sampai menjadi tua terjadi risiko peningkatan penyakit antara lain kelainan jantung, dan pembuluh darah (Muniroh & Wirjatmadi, 2007). Meningkatnya usia seseorang akan diikuti dengan meningkatnya kejadian hipertensi, hal ini disebabkan karena adanya perubahan alami jantung, pembuluh darah dan kadar hormone (Junaedi, E. Yulianti, 2013). Masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia adalah hipertensi atau tekanan dengan darah tinggi (Kowalski, 2010).

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai peningkatan kronik pada tekanan darah, yang tekanan sistoliknya di atas 140 mmHg dan tekanan diastoliknya di atas 90 mmHg. Menurut WHO batas normal tekanan darah adalah 120-140 mmHg tekanan sistolik dan 80-90 mmHg tekanan diastolik (Tarigan, Lubis, & Syarifah, 2018).

Secara alami tekanan darah pada orang dewasa akan mengalami peningkatan sesuai dengan bertambahnya usia. Lansia biasanya mengalami peningkatan tekanan darah sistolik berhubungan dengan elastisitas pembuluh darah yang menurun (Potter, 2010). Penurunan elastisitas pembuluh darah serta penyempitan pembuluh darah arteri pada lansia merupakan salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi.

Berdasarkan data dari World Health Organisaon (WHO, 2014) mengungkapkan bahwa prevalensi penderita hipertensi yaitu 4 dari 10 jumlah penduduk, dua pertiga dari jumlah tersebut adalah lansia yang berusia lebih dari 60 tahun. Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki angka hipertensi cukup tinggi yaitu sebanyak 272.350 orang (26,5%) dari 1.027.736 orang yang diambil sebagai sampel RISKESDAS 2012. Dari jumlah tersebut dua pertiga penduduk lansia. Prevalensi hipertensi di kalangan lansia cukup tinggi, yaitu sekitar 40% dengan kematian sekitar 50% di atas umur 60 tahun. Di DKI Jakarta

angka hipertensi terdapat 2.027.006 jiwa dari jumlah penduduk 10.135.030 dengan persentase 20 % (Risikesdas, 2013).

Data kunjungan Puskesmas Kecamatan Kembangan pada tahun 2017 sebanyak 16.587 orang dengan jumlah penderita hipertensi 3603 orang (21,7%) dengan perbandingan 1:5 jumlah kunjungan dengan rata-rata penderita pra lansia dan lansia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 8 September 2018 di Puskesmas Kecamatan Kembangan, Hasil wawancara dengan pemegang program lansia banyak lansia yang tidak kontrol rutin atau berobat. Penulis melakukan wawancara langsung dengan 8 lansia yang mengalami hipertensi tidak kontrol rutin, karena takut ginjalnya rusak yang disebabkan harus minum obat setiap hari.

Menurut (Sila A, Lintang A, 2014) penggunaan obat-obatan secara berlebihan dapat meningkatkan kejadian kerusakan ginjal atau nefropati.. Obat adalah zat kimia telah diketahui dapat merusak ginjal melalui berbagai mekanisme diantaranya adalah penggunaan obat-obat antihipertensi, Sehingga penggunaannya perlu diperhatikan karena dapat menyebabkan nefrotoksisitas pada ginjal (Kenward, R. Tan, 2003)

Untuk mengatasi permasalahan diatas penulis ingin mencari alternatif terkait terapi non farmokologi pada lansia dengan hipertensi menggunakan terapi komplementer yaitu hidroterapi kaki (rendam kaki menggunakan air hangat).

Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh. Hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar (Hemming, 2000). Oleh karena itu, lansia hipertensi dalam pengobatannya tidak hanya menggunakan obat-obatan, tetapi bisa menggunakan alternatif nonfarmakologis dengan menggunakan metode yang lebih mudah dan murah yaitu dengan menggunakan terapi rendam kaki air hangat yang bisa dilakukan di rumah. Air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh sehingga rendam kaki air hangat dapat digunakan sebagai salah satu terapi yang dapat memulihkan otot sendi yang kaku serta menyembuhkan stroke apabila dilakukan melalui kesadaran dan kedisiplinan (Kusumaastuti, 2008)

Penelitian terkait yang dilakukan oleh (Santoso, 2015), Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Hasil uji statistik dengan uji t berpasangan didapatkan bahwa nilai p diastolik yaitu 0,000 ( $< 0,05$ ) dan hasil uji Wilcoxon pada tekanan darah sistolik didapatkan bahwa nilai p sistolik yaitu 0,001 ( $< 0,05$ ) Kesimpulan: Ada pengaruh terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja UPK Puskesmas Khatulistiwa Kota Pontianak.

Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia (Harnani & Amalia, 2017), Hasil penelian didapatkan sebagian besar lanjut usia mengalami hipertensi stadium II. Hasil uji statistik

didapatkan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah diberikan terapi rendam kaki menggunakan air hangat adalah 74,00 dan standar deviasi 5,026, dengan nilai P value sistolik yaitu 0,000 ( $< 0,05$ ) dan P value diastolik yaitu 0,000 ( $< 0,05$ ) sehingga dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah.

Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti ingin mengetahui bagaimana pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Poliklinik Lansia Puskesmas Kecamatan Kembangan.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Membuktikan adakah pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

**1.3.2.1.** Mengetahui tekanan darah sebelum diberikan rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

**1.3.2.2.** Mengetahui tekanan darah sesudah diberikan rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

**1.3.2.3.** Mengetahui pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi penelitian selanjutnya serta dapat bermanfaat dapat hasil yang bermanfaat untuk berbagai pihak yang membutuhkannya diantaranya :

#### **1.4.1.1. Bagi penulis**

Dapat meningkatkan pemahaman penulis tentang intervensi non farmakologi pada hipertensi dan mengembangkan kemampuan penulis dalam menyusun suatu laporan penelitian.

#### **1.4.1.2. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Sebagai bahan masukan bagi Pelayanan Kesehatan untuk dapat mengetahui pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Pelayan Kesehatan serta dapat

mengembangkan sebagai program terapi Non farmakologis dalam menjalankan fungsi puskesmas sebagai promotif dan preventif.

#### **1.4.1.3. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian sebagai masukan dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya terkait pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk pengembangan penelitian selanjutnya sehingga dapat meningkatkan kualitas dan ketepatan penelitian dimasa yang akan datang.

#### **1.4.1.4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber bagi peneliti selanjutnya dan sebagai dasar untuk melakukan penelitian lebih lanjut.