

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bertambahnya usia khususnya memasuki masa lansia merupakan masa yang akan mengalami banyak masalah kesehatan disebabkan adanya penurunan fungsi tubuh seperti perubahan pada fisik, psikologis, social maupun spiritual. Adapun gangguan kesehatan yang sering terjadi pada lansia yakni gangguan pada system kardiovaskuler sehingga sangat beresiko terhadap penyakit degenerative seperti hipertensi. Tekanan darah yang tinggi tidak dapat diabaikan begitu saja karena dapat menimbulkan komplikasi. Semakin tinggi tekanan dalam pembuluh darah, maka semakin keras jantung harus bekerja untuk memompa darah. Apabila dibiarkan tidak terkendali, hipertensi dapat menyebabkan serangan jantung, pembesaran jantung dan gagal jantung Hipertensi dapat juga menyebabkan gagal ginjal, kebutaan, pecahnya pembuluh darah dan gangguan kognitif (WHO, 2013).

Maka dari itu untuk mencegah terjadinya komplikasi yang terjadi akibat hipertensi, harus dilaksanakan penatalaksanaan secara baik yakni dengan penanganan secara farmakologi dan nonfarmakologi. Adapun salah satu pencegahan nonfarmakologi yang masih sangat jarang diketahui dan diterapkan masyarakat yakni pelaksanaan terapi komplementer berupa terapi hidroterapi dan terapi berjemur. dikarenakan masih sangat jarang nya masyarakat dalam penggunaan terapi komplementer khususnya terapi hidroterapi dan terapi berjemur dan berdasarkan pemanfaatan pemakaian sendiri, kombinasi kedua terapi tersebut

saling memiliki hubungan, dimana terapi hidroterapi (rendam kaki air hangat) memberikan pengaruh stimulus bagian ekstremitas bawah dari responden sedangkan untuk terapi berjemur sendiri memberikan pengaruh pada bagian ekstremitas atas responden.

Adapun populasi lansia di Indonesia sendiri setiap tahunnya mengalami kenaikan. Sebagaimana berdasarkan data hasil badan pusat statistic (BPS) pada tahun 2020 penduduk usia lansia secara keseluruhan 9,92% (26,82 juta jiwa) Sedangkan persentase lansia di Jawa Timur telah mencapai 13,10% dari keseluruhan penduduk, meningkat dibandingkan tahun sebelumnya sebesar 13,06% dan Populasi lansia di Kota Malang sebanyak 14,20%.

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 masalah penyakit hipertensi ini lebih banyak terjadi pada lansia dengan prevalensi usia 45-54 tahun (45,3%), umur 54-64 tahun (55,2%).

Adapun berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di wilayah Puskesmas Arjuno pada tahun 2021 prevalensi lansia hipertensi di Kota Malang khususnya di Wilayah Kerja Puskesmas Arjuno didapatkan data sebanyak 1400 pasien hipertensi dan rata-rata penderita hipertensi yang aktif berobat ke Puskesmas sebanyak 130 pasien .

Rendahnya penderita hipertensi untuk berobat dikarenakan hipertensi atau darah tinggi tidak menunjukkan gejala atau tanda khas yang bisa dipakai sebagai peringatan dini (Syamsudin, 2017:22) Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang terapi komplementer yang sangat mudah untuk

dilakukan dan sangat efisien dengan melihat sumber daya alam yang mumpuni untuk kita dapatkan. Adapun terapi tersebut yakni “terapi hidroterapi (rendam kaki air hangat) yang akan dikombinasikan dengan terapi berjemur.

Terapi rendam kaki air hangat merupakan terapi non farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah. Adapun cara kerja perubahan tekanan darah setelah dilakukan rendam kaki menggunakan air hangat yaitu mendilatasi pembuluh darah, melancarkan peredaran darah, dan memicu saraf yang ada pada telapak kaki untuk bekerja (Astutik & Mariyam, 2021).

Sedangkan terapi berjemur adalah suatu usaha untuk mendapatkan sinar matahari pada pagi maupun sore hari dengan cara berbaring, duduk atau tidur dibawah sinar matahari. Manfaat sinar matahari antara lain adalah Menjaga sirkulasi darah dan memperkuat system kardiovaskuler dan sinar matahari juga dapat menstabilkan denyut nadi, tekanan darah dan arteri, dan memperlebar pembuluh darah kapiler terbuka di sekitaran kulit, sehingga nutrisi beserta oksigen mengalir sempurna menuju sel-sel tubuh, yang mana bermanfaat untuk mencegah vein thromboses atau penggumpalan darah (Aditya, 2015)

Maka dari itu peneliti sangat tertarik untuk mengangkat penanganan masalah hipertensi pada lansia dengan terapi kombinasi tersebut. Perawat yang mempunyai peran *edukator* diharuskan sering mengingatkan kepada pasien untuk sering mengontrolkan penyakit hipertensi minimal 1 bulan sekali untuk mengetahui perkembangan kesehatan yang terjadi dan mencegah terjadinya komplikasi khususnya meminimalkan angka kejadian hipertensi disetiap tahunnya.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah pengaruh terapi hidroterapi (rendam kaki air hangat) dan terapi berjemur terhadap perubahan tekanan darah pada lansia yg menderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Arjuno Kota Malang ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yakni untuk mengetahui pengaruh teknik terapi hidroterapi (rendam air hangat) dan terapi berjemur dalam mengatasi hipertensi pada lansia.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi perubahan tekanan darah systole dan diastole sebelum dan sesudah tindakan terapi hidroterapi (rendam kaki air hangat) dan terapi berjemur pada kelompok perlakuan.
2. Mengidentifikasi perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok kontrol yang tidak dilakukan tindakan terapi hidroterapi (rendam kaki air hangat) dan terapi berjemur.
3. Menganalisis perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik baik sebelum dan sesudah dilaksanakan tindakan terapi hidroterapi (rendam kaki air hangat) dan terapi berjemur pada kelompok perlakuan
4. Menganalisis perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok kontrol.

5. Menganalisis pengaruh teknik terapi hidroterapi (rendam air hangat) dan terapi berjemur dalam mengatasi hipertensi pada lansia

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi atau masukan bagi perkembangan ilmu keperawatan khususnya bagi perawat atau kader lansia dalam memberikan pelayanan kepada lansia untuk meningkatkan kualitas hidupnya dengan menerapkan terapi hidroterapi (rendam kaki air hangat) dan terapi berjemur dalam mengatasi hipertensi pada lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Untuk mengatasi masalah hipertensi pada lansia.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Untuk menambah ilmu pengetahuan bagi perawat dalam upaya meningkatkan pelayanan kesehatan dan pengetahuan tentang pengaruh efektivitas terapi hidroterapi dan terapi berjemur dalam mengatasi hipertensi.

3. Bagi Institusi Kesehatan

Sebagai masukan dalam meningkatkan mutu pelayanan, kualitas pemberian pelayanan keperawatan dan mengenai pemanfaatan terapi hidroterapi (rendam kaki air hangat) yang dikombinasikan dengan terapi

berjemur untuk penderita hipertensi pada lansia didalam pelayanan kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Arjuno Kota Malang.

4. Bagi peneliti

Sebagai media untuk memperoleh pengalaman, mengaplikasikan, dan pengetahuan dalam penelitian khususnya tentang pengaruh terapi hidroterapi (rendam kaki air hangat) yang dikombinasikan dengan terapi berjemur untuk penderita hipertensi pada lansia

5. Bagi Peneliti selanjutnya

Sebagai bahan rujukan dan data awal untuk mengembangkan penelitian selanjutnya dengan pendekatan metode penelitian yang berbeda.