

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling tinggi dalam angka kejadian di seluruh dunia. Hipertensi yaitu kondisi fisiologis pada sistem kardiovaskular dengan terjadinya peningkatan tekanan darah. Seseorang yang dikatakan memiliki penyakit hipertensi adalah orang yang memiliki tekanan darah lebih dari 140 / 90 mmHg yang telah ditegakkan diagnosis nya oleh dokter. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang umum terjadi pada orang dewasa dan lanjut usia. Mayoritas kasus hipertensi adalah hipertensi esensial yang penyebabnya belum diketahui secara pasti. Sebagian lainnya disebabkan oleh penyakit lain seperti diabetes, penyakit ginjal, gangguan organ, efek samping obat-obatan, kehamilan, dan penyakit jantung. Semakin tinggi tekanan darah, semakin besar risiko morbiditas dan mortalitas (Pangestu 2023).

Tahap lanjut usia merupakan periode di mana kemampuan fisik dan mental mulai menurun, dimulai dengan sejumlah perubahan dalam kehidupan seseorang. Pada tahap dewasa, manusia biasanya memiliki kemampuan untuk berkembang biak dan mengasuh anak. Namun, ketika kondisi kehidupan berubah, individu akan kehilangan peran dan fungsi tersebut, dan memasuki tahap lanjut usia sebelum akhirnya meninggal. Orang dewasa yang sehat secara mental akan menerima transisi ini sebagai bagian alami dari kehidupan dan

berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan baru mereka di setiap tahap hidup (Fikri 2018).

Lansia sering mengalami tantangan kesehatan karena tubuh mereka mengalami penurunan fungsi akibat proses penuaan. Proses ini menyebabkan perubahan dalam berbagai aspek kehidupan, seperti fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Pada sisi fisik, sistem kekebalan tubuh cenderung menurun dalam menghadapi gangguan dari dalam maupun luar tubuh. Salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia adalah terkait dengan sistem kardiovaskuler. Dengan sendirinya, lansia mengalami penurunan fungsi organ dan fluktuasi tekanan darah. Oleh karena itu, penting bagi lansia untuk rutin memantau tekanan darah mereka guna mencegah penyakit kardiovaskuler, terutama hipertensi (Suputra 2020).

Berdasarkan laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 972 juta orang di seluruh dunia, atau sekitar 26,4% dari populasi, menderita hipertensi. Dari jumlah tersebut, sekitar 333 juta orang berada di negara-negara maju, sedangkan 639 juta orang berada di negara-negara sedang berkembang (WHO, 2018). Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, terdapat peningkatan dalam prevalensi krisis hipertensi di Indonesia, di mana sekitar 34,1% dari populasi 260 juta penduduk menderita kondisi tersebut. Prevalensi ini cenderung meningkat seiring bertambahnya usia seseorang. Diperkirakan jumlah penderita hipertensi di antara populasi berusia ≥ 15 tahun adalah sekitar 48,83% laki-laki dan 51,17% perempuan (Fikri 2018).

Menurut laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2022, jumlah penderita hipertensi di Jawa Barat mencapai 1.956.417 orang. Salah satu daerah di provinsi ini adalah Kabupaten Ciamis, dengan jumlah penderita hipertensi sebanyak 135.511 orang. Berdasarkan catatan Kabupaten dan Kota se-Provinsi Jawa Barat tahun 2021, Kabupaten Ciamis memiliki prevalensi hipertensi sebesar 34,3% (Dinkes Jabar, 2022). Berdasarkan hasil wawancara kepada perawat di puskesmas Sindangkasih mengenai Penderita penyakit hipertensi di wilayah Puskesmas Sindangkasih terdapat peningkatan dari tahun 2022 ke tahun 2023 yaitu 327 jiwa. Penderita Hipertensi di wilayah puskesmas Sindangkasih pada Tahun 2022 terdapat 13.629 jiwa sedangkan pada Tahun 2023 : 13.956 jiwa.

Hipertensi dapat meningkatkan angka kematian global karena banyaknya komplikasi yang terkait dengan kondisi ini. Jika tidak ditangani dalam jangka panjang, hipertensi dapat menyebabkan kerusakan arteri dan organ yang mendapatkan suplai darah dari arteri tersebut. Komplikasi hipertensi termasuk risiko gagal jantung dan penyakit jantung koroner, yang dapat meningkatkan risiko stroke. Gejala umum yang sering menyertai hipertensi meliputi sakit kepala dan kelelahan. Pada kasus hipertensi berat, pasien mungkin mengalami sakit kepala atau pusing, kelemahan, kelelahan, sesak napas, gelisah, mual hingga muntah, penurunan kesadaran, pegal di bagian tengkuk, dan wajah memerah (Basuni 2023).

Pengelolaan hipertensi terbagi menjadi terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi melibatkan penggunaan obat atau

senyawa yang dapat mempengaruhi tekanan darah pasien. Sebaliknya, terapi nonfarmakologi tidak menggunakan obat dalam proses pengobatannya dan diyakini lebih aman serta memberikan efek positif (Basuni 2023). Di Indonesia, terapi komplementer banyak digunakan sebagai alternatif pengobatan karena berbagai keunggulannya, termasuk biaya yang murah dan kemudahan pelaksanaannya, serta efek samping yang sangat minimal. Terapi komplementer menjadi pilihan untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan. Salah satu contoh terapi biologis adalah hidroterapi, yang menggunakan air sebagai media pengobatan.

Hidroterapi efektif menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi, seperti yang terlihat di Panti Werda Al-Islah Malang. Selain hidroterapi, terapi relaksasi juga terbukti dapat mempengaruhi tekanan darah dan denyut nadi. Terapi relaksasi, termasuk dalam kategori terapi pikiran-tubuh, bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Berdasarkan penelitian, terapi relaksasi yang berpengaruh terhadap tekanan darah dan denyut nadi adalah relaksasi Benson. Teknik ini menggabungkan relaksasi dengan elemen kepercayaan, di mana individu mengucapkan kata atau kalimat sesuai keyakinannya (misalnya nama Tuhan atau kata-kata religius yang menenangkan) secara berulang dan teratur, sambil menyerahkan diri kepada Tuhan (Meiyana 2019).

Berdasarkan fenomena dan urgensi penyakit hipertensi yang telah dipaparkan di atas mengenai tindakan yang bisa dilakukan dalam mengontrol tekanan darah secara non farmakologis adalah terapi hidroterapi rendam kaki

dan relaksasi benson (hidroson). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson) Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sindangkasih”. Dengan harapan setelah dilakukannya penelitian ini para penderita hipertensi dapat mengontrol tekanan darah dan menjaga kesehatannya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti paparkan di atas, didapatkan rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana Gambaran Penerapan Tindakan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson) Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sindangkasih?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dengan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson) Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sindangkasih.

2. Tujuan Khusus

Tujuan Khusus dalam penelitian ini yaitu :

- a. Menggambarkan Tahapan Asuhan Keperawatan pada Ny E dan Ny N yang diberikan Tindakan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Bendon (Hidroson)
- b. Menggambarkan Pelaksanaan Tindakan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson) pada Ny E dan Ny N
- c. Menggambarkan Respon atau Perubahan pada Ny E dan Ny N yang diberikan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson).
- d. Menganalisis Kesenjangan pada Ny E dan Ny N yang diberikan Tindakan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson).

D. Manfaat

1. Bagi Pasien

Diharapkan pengetahuan pasien dapat bertambah dan meningkatkan kemampuan pasien dalam mengontrol tekanan darah yang dideritanya dengan melakukan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson) sebagai penatalaksanaan non farmakologi.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Intervensi Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson) dapat dijadikan sebagai penatalaksanaan non farmakologis dalam mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi.

3. Bagi Pendidikan

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi mahasiswa jurusan keperawatan dalam melakukan asuhan keperawatan pada penderita hipertensi