

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Penyakit Hipertensi yaitu penyakit yang tidak menular dan diprioritaskan dunia (Ansar & Dwinata, 2019). Menurut (Subrata & Wulandari, 2020) hipertensi adalah penyakit yang manifestasi klinisnya tidak dapat terlihat secara visual dan penyakit Hipertensi tidak dapat dianggap menjadi penyakit yang remeh, sehingga dijuluki sebagai “Pembunuh Diam-Diam”. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) 2019 diperoleh bahwa jumlah penderita Hipertensi 2015 sebesar 1,3 *Milyar* berarti 1 dari 3 orang memiliki diagnose Hipertensi. Hal tersebut kian mengalami peningkatan setiap tahunnya dan diperkirakan akan meningkat secara signifikan pada 2025 yaitu 1,5 *Milyar* orang akan menderita hipertensi.

Menurut data dari Susiani & Magfiroh, (2020) didapatkan bahwa 10,44 juta orang meninggal dunia yang diakibatkan oleh Hipertensi dan komplikasinya, maka dari itu penyakit Hipertensi menjadi faktor penyebab kematian. Penelitian Seke, et al, (2016) dengan judul “Hubungan Kejadian Stres dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia” menyebutkan bahwa 50 responden mengalami stress akibat penyakit pada lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado dengan stres dan hipertensi 38 orang responden dengan presentase 92,7%. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa beberapa individu yang mengalami hipertensi mengalami kondisi tersebut karena pengaruh stres, yang menjadikan tekanan darah atau

hipertensi meningkat. Berdasarkan Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 08 Januari 2024 dengan cara melihat data di Badan Statistik Kota Malang didapatkan hasil prevalensi penduduk terbanyak berada dikelurahan Bareng dengan jumlah total 21.279 orang. Untuk pravelensi penduduk lansia di RW 01 sekitar terdapat 130 lansia, dan dari data tersebut diketahui bahwa 60 orang lansia mengalami hipertensi di Wilayah Bareng Kartini.

Ancaman bagi lansia dari hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah potensi menyebabkan kematian, dikarenakan peningkatan tekanan yang memberikan beban tambahan pada fungsi jantung dan arteri. Penyumbatan yang berlangsung dalam waktu yang panjang dan dapat menyebabkan komplikasi serius seperti serangan jantung, kegagalan jantung, dan kegagalan ginjal yang berbahaya. Proses penyembuhan hipertensi memerlukan waktu yang lama, sehingga lansia seringkali memiliki kecenderungan untuk mengalami depresi, kecemasan, dan stres. Stres mengakibatkan hormon adrenalin dilepaskan dan akan terjadi peningkatan tekanan darah dengan kontraksi arteri (vasokonstriksi) dan denyut jantung akan meningkat. Ketika stres berlanjut maka tekanan darah tetapi tinggi sehingga mengalami hipertensi (Adyatma dkk, 2019).

Stres berdampak negatif seperti pusing, tekanan darah tinggi, mudah marah, sedih, sulit berkonsentrasi, nafsu makan berubah, dan tidak bisa tidur. Cara mengurangi risiko hipertensi dengan pemeriksaan tekanan darah agar tanda dan gejala hipertensi dapat teridentifikasi. Pengelolaan stres dicapai dengan terapi farmakologi ataupun nonfarmakologi, namun tetapi terapi ini

memiliki efek samping berupa reaksi yang merugikan. Berdasarkan (Subrata & Wulandari, 2020) menyatakan bahwa dalam pengobatan stres dan penurunan tekanan darah dapat menggunakan metode terapi nonfarmakologi yang saat ini mudah digunakan. Terapi nonfarmakologi dapat digunakan dalam penurunan tekanan darah dan stress yakni dengan hidroterapi.

Hidroterapi, atau sering disebut hidropati, merupakan metode pengobatan terapi yang memanfaatkan air untuk menyembuhkan atau meredakan kondisi yang menyebabkan rasa sakit. Terapi ini merupakan pendekatan "*Lowtech*" melalui reaksi tubuh terhadap air dengan tujuan mencegah flu dan demam.

Menurut Dilianti & Candrawati, (2017) hidroterapi rendam kaki air hangat menjadi bentuk terapi alami dengan tujuan meningkatkan peredaran darah, mengurangi adanya edema ditubuh, relaksasi otot, mendukung kesehatan jantung, melepaskan ketegangan otot, mengurangi stres, meredakan nyeri otot, menghilangkan sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, dan memberikan sensasi hangat pada tubuh. Penelitian Andri Styorini, Adelia Riza Ihfi Fauzia, (2019) menyebutkan bahwa *Hydrotherapy* cukup efektif dalam menurunkan tekanan darah dan mampu meningkatkan kualitas hidup lansia wanita di Jahrom, Iran.

Mayoritas lansia mengalami hipertensi, yang dipicu oleh tingkat stres yang bervariasi. Dalam rangka mengkaji fenomena tersebut, peneliti ingin menginvestigasi adanya pengaruh terapi hidroterapi rendam kaki dalam air hangat terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat stres lansia penderita

hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk memahami perubahan tekanan darah dan tingkat stres sebelum dan sesudah penerapan terapi hidroterapi dikarenakan terapi hidroterapi rendam kaki dalam air hangat diyakini dapat menginduksi relaksasi pada tubuh, meningkatkan peredaran darah, serta menurunkan tingkat stres pada lansia.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian didasarkan latar belakang masalah yakni: Apakah terdapat pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat stress lansia penderita hipertensi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat stress pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Bareng Kartini RW 01 Kelurahan Bareng

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dan sesudah menggunakan hidroterapi rendam kaki air hangat.
2. Mengidentifikasi tingkat stress sebelum dan sesudah menggunakan hidroterapi rendam kaki air hangat.
3. Menganalisis pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat stress.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini di harapkan mampu menghasilkan sebuah penelitian yang bisa memberi ilmu pengetahuan teknologi di bidang keperawatan utamanya bidang kesehatan lansia yang berkaitan dengan penyakit hipertensi, serta diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis untuk mengembangkan IPTEK di bidang ilmu keperawatan pada lingkungan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

### **1.4.2 Manfaat Praktisi**

#### **1. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan mampu berkontribusi terhadap pengetahuan dan pemahaman yang lebih mendalam, yang lebih khusus bagi para lansia hipertensi.

#### **2. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan**

- a. Penelitian ini menjadi penelitian lanjutan yang digunakan sebagai data yang berkontribusi dalam pengembangan pengetahuan keperawatan terkait pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat stress.
- b. Sebagai sumber informasi pelaksanaan penelitian di bidang keperawatan mengenai pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat stress.

### **3. Bagi Peneliti**

Mendapatkan pengalaman dalam pelaksanaan aplikasi riset keperawatan ditatanan pelayanan keperawatan gerontik terkhusus pada penelitian mengenai pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat stress pada lansia penderita hipertensi.