

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, dimana pada masa ini merupakan proses yang mengakibatkan perubahan-perubahan fisik, psikologi dan psikososial. Salah satu gangguan kesehatan yang paling banyak dialami oleh lansia adalah pada system kardiovaskuler. Pada usia lanjut sensitivitas pengaturan tekanan darah yaitu reflex baroreseptor mulai berkurang.¹ Gejala yang sering dialami hipertensi berupa nyeri tengkuk, pusing hingga pembengkakan pembuluh darah kapiler. Apabila tidak dilakukan pengobatan dengan benar akibatnya menimbulkan komplikasi berupa gagal jantung, stroke, aneurisma, masalah pada mata, ginjal dan sindrom metabolik hingga kematian. Hal ini mengakibatkan tekanan darah meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Sebagian besar penderita hipertensi tidak menimbulkan gejala, meskipun secara tidak sengaja beberapa gejala terjadi secara bersamaan dan dipercaya berhubungan dengan hipertensi.²

Seiring dengan perkembangan kehidupan yang semakin modern dan IPTEK yang berkembang pesat menjadikan hidup lebih mudah dalam berbagai hal. Seluruh aktivitas manusia banyak digantikan oleh penggunaan teknologi dan mesin yang akhirnya mengubah gaya hidup manusia. Konsumsi makanan cepat saji, kurang olahraga, konsumsi alkohol, konsumsi kopi secara berlebihan dan merokok telah menjadi trend kehidupan masa kini. Kebiasaan tersebut merupakan faktor resiko utama terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah dan salah satunya adalah hipertensi.³

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung

(penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai.⁴

Data *World Health Organization (WHO)* tahun 2018 menunjukkan satu milyar orang di dunia menderita Hipertensi, 2/3 diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Prevalensi hipertensi dikalangan lansia sekitar 63,22 % diatas usia 60 tahun.⁴ Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang 1/3 populasinya menderita Hipertensi sehingga dapat menyebabkan peningkatan beban biaya kesehatan. Prevalensi Hipertensi nasional berdasarkan Riskesdas 2018 sebesar 25,8%, tertinggi di Kepulauan Bangka Belitung (30,9%), dan yang terendah di Papua (16,8%) sedangkan di Provinsi Jambi (29,0%). Berdasarkan data tersebut dari 25,8% orang yang mengalami hipertensi hanya 1/3 yang terdiagnosis, sisanya 2/3 tidak terdiagnosis. Data menunjukkan hanya 0,7% orang yang terdiagnosis tekanan darah tinggi minum obat hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi ataupun mendapatkan pengobatan.⁵ Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Hipertensi menduduki posisi pertama penyakit paling banyak yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi bahwa di dapatkan dari 69 lansia terdapat 24 lansia (34,78%) yang menderita hipertensi.

Gejala hipertensi yang muncul seperti pusing, pening berkepanjangan, jantung berdebar secara cepat, sulit bernapas, pandangan tidak dapat melihat sesuatu dengan jelas atau penglihatan ganda. Adapun cara mengatasi hipertensi dapat dilakukan dengan cara pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi adalah pengobatan yang menggunakan obat atau senyawa dalam kerjanya dapat mempengaruhi tekanan darah pasien. Pengobatan farmakologi dapat menurunkan tekanan darah tinggi namun pengobatan ini juga mempunyai efek samping jika dikonsumsi dalam waktu lama seperti sakit kepala, lemas, pusing, gangguan fungsi hati, jantung berdebar-debar dan mual.

Selain penatalaksanaan farmakologi terdapat pula penatalaksanaan non

farmakologi. Salah satu pengobatan non farmakologis sendiri dapat dilakukan dengan cara mengontrol hipertensi seperti pengaturan pola makan, penggunaan berbagai macam terapi seperti yoga, terapi akupresur, olahraga, meditasi dan termasuk terapi herbal. Selain itu penanganan hipertensi juga bisa dilakukan dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat dimana didapatkan bahwa merendam kaki dengan air hangat dapat untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi.⁶ Terapi non-farmakologi ini dijadikan sebagai pelengkap dalam pemberian obat atau suplemen. Penderita hipertensi bisa menggunakan alternatif sebagai tindakan kemandirian secara rutin dengan menggunakan metode yang lebih murah, bahan mudah didapatkan, mudah diingat, serta terapi ini bisa dibantu oleh keluarga, yaitu terapi rendam kaki menggunakan air hangat.

Hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Dilianti dan Candrawati⁶ (2018) dalam penelitian “Efektivitas hidroterapi terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Wreda Al-Islah Malang” menyebutkan setelah dilakukan hidroterapi separuh lansia mengalami tekanan darah normal dengan $p\text{-value} = (0,000) < (0,050)$. Selain itu, hasil Widyaswara⁷ et al. Vol 6(3) November 2022, Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas penelitian yang dilakukan oleh Rianta et.al (2019) dalam penelitian “Hidroterapi air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi Bandung” mendapati sesudah dilakukan hidroterapi air hangat terdapat penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Hal tersebut dikarenakan hidroterapi air hangat dapat memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 (p < 0,05)$.

Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh, pertama berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung serta faktor pembebanan didalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligament yang mempengaruhi sendi tubuh. Rendam air hangat bermanfaat untuk vasodilatasi aliran darah sehingga diharapkan dapat mengurangi tekanan darah.⁷ Prinsip kerja dari terapi ini adalah dengan menggunakan air hangat yang bersuhu 38-40°C selama

20-30 menit secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot. Tujuan dari terapi ini adalah untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung, mengendorkan otot-otot, menghilangkan stress, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga saat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada kasus hipertensi.⁸ Terapi ini di rekomendasikan karena tekniknya sederhana, tidak membutuhkan alat dan bahan yang banyak, tidak memerlukan kemampuan khusus untuk menerapkannya dan dapat dilakukan oleh semua pasien yang mengalami hipertensi. Namun dalam penelitian ini peneliti memilih menggunakan hidroterapi yang dirasa cukup efektif untuk menurunkan hipertensi pada lansia.

Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi memiliki 14 wisma dan 69 lansia. Tiap wisma terdiri dari 2-6 lansia. Berdasarkan hasil wawancara kepada Ny. D didapatkan bahwa Ny. D belum pernah melakukan *hydrotherapi* (rendam kaki air hangat) dan tidak tau apa saja manfaat dari terapi tersebut. Penelitian terkait *hydrotherapi* (rendam kaki air hangat) di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi belum pernah di lakukan. Selain mengetahui dampak positif terhadap penurunan tekanan darah juga memberikan motivasi kepada para lansia dengan hipertensi untuk menerapkan hidroterapi rendam kaki air hangat dalam mempengaruhi kesehatan dan memperlancar peredaran darah.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Penulis mampu mendeskripsikan Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Intervensi *Hydrotherapy* (Terapi Rendam Kaki Air Hangat) untuk Menurunkan Tekanan Darah dengan diagnosa keperawatan Nyeri Akut di Wisma 6 Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Mampu mendeskripsikan hasil pengkajian pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi
2. Mampu mendeskripsikan rumusan diagnosa pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi
3. Mampu mendeskripsikan perencanaan keperawatan terapi rendam kaki air hangat pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi
4. Mampu mendeskripsikan tindakan keperawatan dan terapi rendam kaki air hangat pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi
5. Mampu mendeskripsikan evaluasi pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Bagi Institusi Kesehatan

Sebagai bahan masukan bagi institusi pendidikan dan kesehatan dalam mengembangkan referensi mengenai rendam kaki air hangat terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

1.3.2 Bagi Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi

Diharapka penelitian ini menjadi informasi tambahan untuk melakukan *Hydrotherapy* (rendam kaki air hangat) pada lansia. Khususnya dalam mengoptimalkan asuhan keperawatan pada lansia dengan Hipertensi.

1.3.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menambah pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai rendam kaki air hangat terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

1.4 Pengumpulan Data

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini berdasarkan teori ilmiah yang dipadukan dengan praktek dan pengalaman penulis memerlukan data yang objektif dan relevan dengan teori-teori yang dijadikan dasar analisa dalam pemecahan masalah. Untuk itu penulis menggunakan metode sebagai berikut:

1. Studi Kepustakaan

Dengan mempelajari buku-buku literatur dan mengambil data-data dari internet (scholar/cendekia), antara lain: membaca buku dari berbagai sumber yang berkaitan dengan hipertensi dan lansia, mengakses data melalui internet dan mempelajari karya tulis ilmiah yang ada.

2. *Case study* (Studi kasus)

Dengan menggunakan pendekatan proses manajemen asuhan keperawatan yang meliputi 7 langkah varney yaitu: Identifikasi dan analisa data dasar, identifikasi diagnosa/masalah aktual, antisipasi diagnosa/masalah potensial, melakukan tindakan segera dan kolaborasi, merencanakan asuhan keperawatan, melaksanakan asuhan keperawatan dan mengevaluasi hasil tindakan. Untuk memperoleh data yang akurat, penulis menggunakan teknik:

- a. Anamnesa/Wawancara
- b. Pemeriksaan Fisik
- c. Pengkajian Status Fungsional (Indeks Katz)
- d. Pengkajian Status Kognitif dengan SPMSQ

3. Studi Dokumentasi

Membaca dan mempelajari status yang berhubungan dengan lansia yang bersumber dari catatan dokter dan atau pemeriksaan penunjang lainnya

4. Kasus

Mengadakan konsultasi dengan perawat yang menangani lansia serta pembimbing karya tulis ilmiah mengenai masalah yang di alami pasien yakni hipertensi