

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah keadaan dimana tekanan darah seseorang mengalami kenaikan atau melebihi batas normal. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi salah satu penyakit yang disebut juga sebagai tekanan darah tinggi penyakit ini adalah faktor resiko utama dari penyakit jantung dan stroke (Harnani, 2017).

Menurut WHO tahun 2015 diperkirakan 1,13 milyar orang didunia terkena penyakit hipertensi yang berarti 1 dari 3 orang terkena hipertensi. Penderita hipertensi dari tahun ke tahun terus meningkat diprediksi pada tahun 2025 akan ada 1,5 milyar orang akan terkena tekanan darah tinggi, dan diperkirakan 9,4 juta orang akan meninggal setiap tahunnya akibat menderita hipertensi serta komplikasinya (Arianie, 2018).

Prevalensi hipertensi dari hasil penelitian pada penduduk umur 18 tahun sebanyak 34,1%, dan tertinggi di Kalimantan Selatan sebanyak 44,1%, sedangkan yang paling rendah ada di Papua sebanyak 22,2%. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), Umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Arianie, 2018). Menurut profil kesehatan provinsi Jawa Tengah tahun 2018 penderita hipertensi sebanyak 9.099.765 atau 34,60%, yang tertinggi berada di kab. Batang dengan 18.86%. Kab. Demak menempati urutan ke 10 dengan 7.17% dan Kota Semarang berada di urutan ke 12 dengan 6.29%. Profil kesehatan kabupaten Demak menyebutkan penderita hipertensi tertinggi berada di kecamatan Mranggen dengan 1818 orang sementara dikecamatan Karangawen berada di peringkat ke 4 dengan 1045 orang (Dinkes, 2018).

Tingginya penderita hipertensi dapat memunculkan berbagai macam manifestasi klinis dan komplikasi. Komplikasi hipertensi di Indonesia meliputi jantung koroner 0,5%, diabetes 1,5%, gagal ginjal 0,13%, dan hipertiroid 0,4% (Harnani, 2017). Banyaknya komplikasi

yang dialami akan menyebabkan penurunan kualitas hidup pada penderita hipertensi bahkan dapat meningkatkan angka mortalitas.

Hipertensi perlu diatasi dan dikendalikan agar tidak terjadi berbagai macam komplikasi dilakukan penanganan farmakologi dan non farmakologi (Ferayanti & Rizky, 2017). Manajemen farmakologi dan non farmakologi terbukti dapat menurunkan hipertensi (Rottie, 2017). Secara farmakologi biasanya menggunakan obat-obatan yang dapat menimbulkan efek samping. Data di Indonesia didapatkan 60% penderita hipertensi mengonsumsi obat-obatan, 30% menggunakan herbal *terapy*, dan 10% menggunakan fisikaltherapy (Harnani, 2017).

Penanganan secara non farmakologi juga dilakukan dengan memperbaiki gaya hidup seperti tidak merokok, tidak minum alkohol, melakukan aromaterapi, mengonsumsi seledri, mentimun mengandung magnesium, kalium, serat, dan beberapa manajemen non farmakologi yang dapat menaikkan efek relaksasi antara lain memakai terapi musik, aromaterapi, hidroterapi, dll (Nurahmandani, 2017). Manajemen non farmakologi lain yang dapat menaikkan efek relaksasi pada penderita hipertensi dapat dipilih untuk menurunkan tekanan darah penderita hipertensi yaitu terapi merendam kaki menggunakan air hangat dengan suhu 39-40 derajat (Ferayanti & Rizky, 2017).

Secara ilmiah air hangat memiliki dampak fisiologis bagi tubuh membuat sirkulasi darah menjadi lebih lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung (Rottie, 2017). Prinsip kerja rendam air hangat ini adalah dengan menggunakan air yang sudah dihangatkan di suhu 39-40 derajat, dan kaki dimasukkan ke dalam air selama 20-30 menit, suhu air hangat yang masuk ke dalam tubuh akan membuat pelebaran pembuluh darah dan bisa merileksasikan otot-otot. Terapi ini memiliki berbagai macam manfaat (Harnani, 2017).

Hasil penelitian sebelumnya pada pasien hipertensi di puskesmas Manado setelah diberikan terapi rendam kaki dengan menggunakan terapi rendam kaki dengan air hangat selama 3 kali pada uji coba pertama tekanan darah sistolik turun sebesar 136,47 mmHg, pada uji kedua juga mengalami penurunan 136,47 mmHg, dan di uji ketiga turun sebesar

136,12 mmHg. Ada perbedaan tekanan darah yang cukup tinggi setelah dan sebelum dilakukan pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat. Merendam kaki dengan menggunakan air hangat setiap hari bisa digunakan untuk meningkatkan sirkulasi darah (Rottie, 2017).

Manajemen non farmakologi lainnya yang dapat meningkatkan efek relaksasi dan menurunkan tekanan darah yaitu aromaterapi berasal dari dua kata “aroma” yang berarti wewangi dan “terapi” yang berarti perawatan. Aromaterapi adalah salah satu cara menyembuhkan tanpa menggunakan obat hanya dengan wewangian atau minyak, bisa dari tumbuhan dan lain sebagainya. Aromaterapi dapat merangsang sel-sel saraf pada indera penciuman dan dapat mempengaruhi kerja pada sistim limbik serta dapat memberikan efek yang rileks sehingga dapat mempengaruhi penurunan tekanan darah. Ada berbagai macam aromaterapi yang dapat diaplikasikan untuk meningkatkan aspek relaksasi antara lain aromaterapi mawar, aromaterapi lavender, dan aromaterapi lemon. Salah satu tumbuhan yang bisa digunakan sebagai aromaterapi yaitu bunga lavender terbukti dapat meningkatkan efek relaksasi (Aisyah, 2015).

Aromaterapi lavender bekerja dengan cara mempengaruhi tidak hanya secara fisik tetapi juga secara emosi jiwa yang bisa membuat lebih rileks. Manfaat dari pemberian aromaterapi lavender bagi pengguna yaitu dapat menurunkan tekanan darah, menurunkan nyeri, menurunkan tingkat kecemasan, frekuensi jantung, dan mengatasi gangguan tidur (insomnia). Pemberian lavender juga dapat meningkatkan dalam produksi hormon melatonin dan serotonin (Anugustifolia, Penurunan, Mengwi, & Badung, 2013).

Aromaterapi lavender diberikan selama 10 menit aromaterapi dapat mempengaruhi sistim limbik dengan memberikan relaksasi sehingga membuat kerja sistem pompa jantung menjadi tidak terlalu cepat yang dapat menurunkan tekanan darah (Kusyati, Santi, & Hapsari, 2018). Hasil dari penelitian sebelumnya pada pasien hipertensi pada lansia di desa Cemagi, Kabupaten Badung (pretest), ada 15 responden dan 13 responden memiliki tekanan darah sistolik 160 mmHg dan 2 orang yang tekanan darah sistoliknya 170 mmHg. Setelah diberikan aromaterapi dengan menggunakan lavender selama 3 kali pada uji coba

pertama turun 150,40 mmHg, pada uji kedua juga turun sebesar 150,20 mmHg, dan di uji ketiga turun menjadi 150 mmHg. Ada perbedaan yang cukup signifikan setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender. Pemberian aromaterapi dengan teratur dapat merilekskan tubuh (Suviani, 2014).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan secara terpisah menunjukkan bahwa, redam kaki menggunakan air hangat dan aromaterapi lavender terbukti bisa menurunkan tekanan darah. Stimulus relaksasi yang diterima dapat membantu meningkatkan efek rileksasi. Ketika ada peningkatan relaksasi pada pasien hipertensi, maka bisa menyebabkan vasodilatasi dan terjadi penurunan tekanan darah yang lebih besar dengan mengkombinasikan 2 intervensi merendam kaki dengan air hangat dan menghirup aromaterapi lavender. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengkombinasikan 2 intervensi tersebut yaitu rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender. Untuk tempat yang dipilih klinik khoir akbar dikarenakan ditempat itu belum pernah dilakukan penelitian kombinasi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Data WHO menunjukkan orang yang terkena hipertensi meningkat dari tahun ke tahunnya dan diperkirakan pada tahun 2025 akan banyak orang meninggal akibat terkena penyakit hipertensi. Penelitian sebelumnya menggunakan terapi rendam kaki dengan air hangat dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian menggunakan wewangian aromaterapy lavender dapat menurunkan tekanan darah. Perlu dilakukan penelitian untuk mengkombinasikan kedua intervensi tersebut untuk meningkatkan efektivitas intervensi, sehingga akan diteliti penggunaan rendam kaki air hangat yang dikombinasikan dengan aromaterapi jadi rumusan masalahnya yaitu “Bagaimana pengaruh kombinasi pemberian rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi di Klinik rawat inap Khoir Akbar Demak?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui kombinasi pemberian rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik rawat inap Khoir Akbar Demak.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik pasien hipertensi yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lama menderita hipertensi.
- b. Mendeskripsikan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender.
- c. Menganalisis pengaruh pemberian rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pasien

Hasil dari penelitian ini diharapkan pasien dapat melakukan terapi ini di rumah dengan sendirinya dan dapat menurunkan tekanan darah dengan sendirinya.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini bisa memberikan pemahaman dan wawasan kepada penulis mengenai fenomena pengaruh rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah.

3. Bagi Tenaga Kesehatan Klinik

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan tindakan intervensi Non-farmakologi pengaruh rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu dan informasi bagi dunia pendidikan terkhusus didalam bidang pendidikan kesehatan dan keperawatan.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk dikembangkan ke penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengaruh pendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian penelitian

Nama Penelitian, Tahun	Variable Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
(Rottie, 2017)	Independen: Terapi rendam air hangat Dependen: Tekanan darah pasien hipertensi	Kuasi Eksperimen One grup pre-post	Nilai dari tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi rendam kaki air hangat 147,06 mmHg, dan nilai dari tekanan darah sesudah dilakukan terapi yaitu 135,69 mmHg. Berdasarkan hasil tersebut terdapat pengaruh pemberian terapi rendam kaki air hangat terhadap pasien hipertensi.
(Kusyati, 2018)	Independen: Relaksasi nafas dalam dan aromaterapi Dependen: Tekanan darah pasien hipertensi	Kuasi Eksperimen One grup pre-post	Hasil tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dilakukan terapi adalah sistole 148,38 mmHg dan tekanan diastol 94 mmHg, sesudah dilakukan pemberian terapi ini tekanan darah menjadi turun dengan hasil sistol 145,54 mmHg dan tekanan diastolnya menjadi 90,54mmHg.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada populasi/sample, variable, dan lokasi penelitian. Populasi/sample pada penelitian kali ini adalah pasien hipertensi di Kab. Demak yaitu di Kec. Karangawen. Variable dependennya tekanan darah pasien hipertensi, variable independennya rendam kaki dengan air hangat dan aromaterapi lavender. Metode dalam penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan menggunakan *one grup pretest* dan *post test*.