

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyakit jantung dan pembuluh darah atau penyakit kardiovaskular masih menjadi salah satu tantangan kesehatan paling besar yang dihadapi oleh banyak negara, baik yang sudah maju maupun yang masih berkembang. Hipertensi termasuk salah satu jenis penyakit jantung dan pembuluh darah yang paling sering dialami masyarakat dan menjadi penyebab kematian yang cukup tinggi setiap tahunnya di seluruh dunia. Keadaan di mana tekanan darah selalu bertambah dapat meningkatkan resiko terjadinya komplikasi seperti stroke, masalah jantung hingga kerusakan ginjal, jika tidak diatasi dengan baik. (Mutmainnah dkk., 2021).

Prevalensi hipertensi tertinggi menurut *World Health Organization* (WHO) berada di wilayah *Eastern Mediterranean* dengan angka sekitar 38%, sedangkan prevalensi terendah terdapat di wilayah *Western Pacific* yaitu sekitar 29%. Data di tingkat global menunjukkan bahwa jumlah penduduk dewasa yang mengalami hipertensi terus mengalami peningkatan, dari sekitar 650 juta pada tahun 1990 menjadi sekitar 1,4 miliar pada tahun 2024. Lonjakan tersebut banyak terjadi di negara dengan pendapatan rendah dan menengah. Salah satu penyebab yang berkontribusi pada peningkatan ini adalah bertambahnya jumlah penduduk usia lanjut di negara-negara tersebut, yang secara epidemiologis memiliki risiko lebih tinggi terhadap hipertensi (WHO, 2025).

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2015, jumlah penderita hipertensi di dunia mencapai 1,13 miliar orang. Angka tersebut diproyeksikan meningkat menjadi 1,5 miliar orang pada tahun 2025, dengan

estimasi kematian akibat hipertensi sekitar 10,44 juta per tahunnya (Widyaswara dkk., 2022). Merujuk pada data Riskesdas 2018, tingkat prevalensi hipertensi di kalangan populasi usia kerja di Indonesia menunjukkan peningkatan seiring bertambahnya usia, tercatat sebesar 13,2% pada kelompok umur 18–24 tahun, kemudian meningkat menjadi 20,1% pada rentang usia 25–34 tahun, 31,6% pada kelompok usia 35–44 tahun, 45,3% pada umur 45–54 tahun dan 55,2% di antara mereka yang berusia 55 hingga 64 tahun. (Hintari & Fibriana, 2023).

Data dalam Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Bali menunjukkan bahwa kasus hipertensi di Bali masih cukup tinggi dan mengalami fluktuasi setiap tahun. Pada tahun 2022 tercatat sebanyak 562.519 kasus hipertensi di Provinsi Bali. Dari jumlah tersebut, prevalensi dalam kelompok yang berusia lebih dari 15 tahun, jumlah perempuan yang mengalami hipertensi lebih banyak, dengan angka persentase sebesar mencapai 50,37% (283.383 orang), dibandingkan dengan laki-laki yang memiliki persentase 49,63% (279.136 orang) (Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan, 2022).

Pada tahun 2023, angka kejadian hipertensi di Provinsi Bali tercatat 309.173 kasus dan menunjukkan penurunan dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Meskipun demikian, prevalensi pada kelompok umur 15 tahun ke atas, kondisi tekanan darah tinggi lebih banyak ditemukan pada perempuan daripada laki-laki. Persentase penderita hipertensi pada perempuan mencapai 50,46% (155.964 orang), sedangkan pada laki-laki sebesar 49,54% (153.209 orang) (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2023).

Selanjutnya, pada tahun 2024 jumlah kasus hipertensi kembali meningkat menjadi 396.966 kasus. Pola yang sama juga masih terlihat, di mana prevalensi

pada kelompok usia lebih dari 15 tahun dominan pada perempuan sebesar 50,22% (199.367 orang) dibandingkan laki-laki 49,78% (197.629 orang). Selain itu, Provinsi Bali, terutama Kabupaten Tabanan, tercatat sebagai wilayah dengan persentase penderita hipertensi tertinggi di Bali dengan total 131.099 kasus, yang terdiri dari 64.886 kasus pada laki-laki dan 66.213 kasus pada perempuan (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2024).

Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan menunjukkan bahwa Kecamatan Kediri menjadi wilayah dengan jumlah penderita hipertensi paling tinggi di Kabupaten Tabanan. Kondisi tersebut tercermin dari besarnya jumlah kasus hipertensi yang tercatat pada fasilitas pelayanan kesehatan di wilayah Kecamatan Kediri. Pada tahun 2022, Puskesmas Kediri I tercatat memiliki 15.488 kasus tekanan darah tinggi, dengan distribusi 7.944 laki-laki dan 7.544 perempuan (Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan, 2022). Pada tahun 2023, Puskesmas Kediri I tercatat memiliki 15.488 kasus hipertensi, yang terdiri dari 7.944 laki-laki dan 7.544 perempuan (Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan, 2023). Data pada tahun 2024 menunjukkan jumlah kasus yang sama yaitu memiliki 15.488 kasus hipertensi, yang terdiri dari 7.944 laki-laki dan 7.544 perempuan (Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan, 2024).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 31 Januari 2026 di Puskesmas Kediri I, diperoleh data mengenai jumlah pasien hipertensi pada kelompok lansia dalam kurun waktu tiga tahun terakhir. Pada tahun 2023 tercatat sebanyak 555 pasien lansia yang menderita hipertensi, dengan 321 laki-laki (57,84%) dan 234 perempuan (42,16%). Pada tahun 2024 jumlah pasien lansia dengan hipertensi tercatat sebanyak 538 orang, yaitu 316 laki-laki (58,74%) dan

222 perempuan (41,26%). Selanjutnya, pada tahun 2025 jumlah pasien lansia yang mengalami hipertensi tercatat sebanyak 482 orang, dengan 278 laki-laki (57,68%) dan 204 perempuan (42,32%). Data tersebut menunjukkan bahwa kelompok lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kediri I masih tergolong cukup tinggi dalam tiga tahun terakhir.

Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah melampaui nilai standar dan dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit serta kematian. Tekanan darah disebut berada pada kategori tinggi ketika hasil pengukuran menunjukkan tekanan sistolik mencapai ≥ 140 mmHg serta tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Kondisi sistolik terjadi pada saat jantung berkontraksi dan mengalirkan darah ke pembuluh darah, sedangkan diastolik menggambarkan fase ketika jantung beristirahat sejenak setelah berdenyut dan mulai mengisi kembali dengan darah untuk siklus berikutnya (Nuning dkk., 2023).

Tekanan darah yang tinggi pada lansia menjadi salah satu isu penting dalam kesehatan masyarakat, karena ini adalah penyakit yang sering muncul seiring bertambahnya usia. Ketika usia semakin lanjut, elastisitas dari pembuluh darah biasanya akan berkurang, sehingga kemampuan pembuluh untuk menyesuaikan tekanan darah berkurang. Penurunan elastisitas ini akhirnya menyebabkan peningkatan tekanan darah pada lansia (Hia & Sianturi, 2025).

Hipertensi dapat ditangani melalui pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologi adalah bentuk penatalaksanaan yang menggunakan obat-obatan sebagai intervensi utama. Terapi non-farmakologi berfungsi sebagai terapi tambahan untuk pengobatan. Penderita hipertensi bisa mencoba pendekatan lain selaku upaya mandiri rutin dengan memanfaatkan metode

yang lebih ekonomis, bahan sederhana serta mudah diingat, dan juga dapat dilakukan dengan bantuan dari keluarga, yaitu dengan hidroterapi berupa terapi rendam kaki menggunakan air hangat (Nurmaulina & Hadiyanto, 2021).

Hidroterapi yakni metode intervensi atau penatalaksanaan yang melibatkan perendaman kaki menggunakan air hangat yang dapat dilakukan kapan saja. Perpindahan panas dari air hangat ke tubuh akan memicu vasodilatasi yang berkontribusi dalam memperbaiki aliran darah, sehingga dapat menurunkan tekanan darah pada individu yang mempunyai hipertensi. Air hangat mempunyai peran penting dalam hidroterapi ini sebab menciptakan efek konduksi yang menimbulkan perpindahan panas dari air yang hangat ke tubuh manusia memicu relaksasi otot serta vasodilatasi yang akhirnya berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah (Amalyah dkk., 2025).

Teori mengenai pengaruh hidroterapi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi didukung oleh berbagai penelitian ilmiah terbaru. Penelitian yang dilakukan oleh Nazari dkk. (2025) yang berjudul Efektivitas Hidroterapi terhadap Penurunan Hipertensi pada Lansia di Gampong Pasie Lamgarot Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah melakukan hidroterapi, dengan hasil analisis uji *Independent T-Test* diperoleh nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Penelitian ini menyatakan bahwa hidroterapi dengan air hangat lebih efektif dibandingkan hidroterapi menggunakan air dingin dalam menurunkan tekanan darah para lanjut usia yang mengalami hipertensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Siringoringo dkk. (2025) yang berjudul Efektifitas Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Penderita Hipertensi

Dalam Menurunkan Tekanan Darah di Puskesmas Juata Permai Kota Tarakan Kalimantan Utara. Penelitian ini menggunakan rancangan *pre-experimental one group pretest-posttest* dengan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Hasil penelitian memperlihatkan adanya perubahan tekanan darah yang bermakna setelah pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa terapi rendam kaki menggunakan air hangat pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Penelitian pendukung lainnya dilakukan oleh Pujiati dkk. (2025) mengenai efektivitas hidroterapi pada pasien hipertensi stadium I melalui pendekatan eksperimen. Hasil dari studi ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok yang mendapatkan intervensi dan kelompok kontrol. Di dalam kelompok yang mendapatkan intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik mengalami penurunan sebesar 15,2 mmHg dengan nilai $p = 0,0001$, sementara tekanan darah diastolik juga berkurang sebesar 7,1 mmHg dengan nilai $p = 0,0003$.

Hasil tersebut mengindikasikan bahwa metode merendam kaki menggunakan air hangat terbukti efektif membantu menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi tingkat I. Penurunan yang signifikan ini diyakini berkaitan dengan mekanisme fisiologis dari terapi air, di mana air hangat dengan suhu berkisar antara 37–40 °C dapat merangsang vasodilatasi, yaitu pelebaran pembuluh darah di area kulit dan bagian bawah tubuh.. Kondisi tersebut meningkatkan aliran darah perifer serta menurunkan resistensi vaskular perifer, sehingga tekanan darah sistemik mengalami penurunan.

Berdasarkan data kejadian hipertensi di Provinsi Bali, Kabupaten Tabanan tercatat sebagai salah satu daerah dengan angka kejadian hipertensi yang tinggi. Pada tingkat kabupaten, Kecamatan Kediri diketahui memiliki jumlah penderita hipertensi tertinggi dalam tiga tahun terakhir, yaitu pada tahun 2022, 2023, dan 2024. Di wilayah tersebut, Puskesmas Kediri I menjadi fasilitas pelayanan kesehatan yang mencatat jumlah kasus hipertensi paling tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa tekanan darah tinggi tetap menjadi salah satu isu kesehatan yang membutuhkan perhatian yang serius dan memerlukan upaya penanganan yang berkelanjutan, khususnya di tingkat pelayanan kesehatan primer.

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kediri I pada tanggal 31 Januari 2026 menunjukkan bahwa Puskesmas Kediri I telah melaksanakan program pemerintah berupa Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) secara rutin setiap bulan sebagai upaya pemantauan dan pembinaan bagi penderita hipertensi. Program ini bertujuan untuk membantu mengontrol kondisi kesehatan penderita melalui kegiatan pemeriksaan kesehatan, edukasi kesehatan, serta pemantauan tekanan darah secara berkala. Namun demikian, meskipun program tersebut telah dilaksanakan, masih diperlukan intervensi tambahan yang dapat membantu menurunkan tekanan darah penderita secara lebih optimal.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah hidroterapi dengan metode rendam kaki menggunakan air hangat. Terapi ini diketahui dapat membantu memperlancar sirkulasi darah, memberikan efek relaksasi, serta dapat membantu menurunkan tekanan darah pada orang yang mengalami hipertensi. Oleh karena itu, dengan mempertimbangkan fenomena yang terjadi di masyarakat serta didukung oleh berbagai teori dan hasil penelitian sebelumnya, peneliti tertarik

untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kediri I

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden
- b. Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia penderita hipertensi sebelum diberikan hidroterapi rendam kaki air hangat di wilayah kerja Puskesmas Kediri I.
- c. Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia penderita hipertensi sesudah diberikan hidroterapi rendam kaki air hangat di wilayah kerja Puskesmas Kediri I.
- d. Menganalisis pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kediri I.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya pada bidang keperawatan komunitas dan penyakit tidak menular.

b. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi ilmu tambahan bagi penelitian selanjutnya yang membahas faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi tekanan darah, serta hubungan antara hidroterapi dengan faktor-faktor tersebut.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu acuan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan alternatif terapi non-farmakologis bagi penderita hipertensi, serta meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi.