BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemajuan dibidang teknologi telah menyebabkan perubahan dalam segala aspek kehidupan termasuk sosial ekonomi dan gaya hidup masyarakat di negara maju maupun negara berkembang. Keadaan ini menyebabkan terjadinya perubahan transisi epidemiologi dimana sebelumnya penyebab utama kematian dan kesakitan karena penyakit menular dan penyakit yang disebabkan oleh parasit kini menjadi penyakit tidak menular dan kronis (World Health Organization, 2011b). Penyakit tidak menular yang banyak mempengaruhi angka kematian dan kesakitan di dunia adalah penyakit kardiovaskular. Salah satu penyakit kardiovaskular yang dianggap sebagai pembunuh manusia secara diam-diam atau dikenal dengan istilah *"silent killer"* adalah hipertensi (World Health Organization, 2013). Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013).

Data *World Health Organization* (2011a) menyatakan satu milyar orang di dunia menderita hipertensi dan dua pertiga diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Prevalensi penyakit hipertensi akan terus meningkat dan diperkirakan tahun 2025 sebanyak 1,56 milyar orang di dunia akan hidup dengan hipertensi. Menurut *American Heart Association* (AHA) sebanyak 74,5 juta jiwa penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi, namun hampir 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya

(Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2014). Berdasarkan data *World Health Organization* (2011a) hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar delapan juta orang setiap tahun, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang sepertiga populasinya menderita hipertensi.

Kasus hipertensi di Indonesia berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan dalam kurun waktu lima tahun sekali mencatat bahwa terjadi peningkatan penderita hipertensi dari tahun 2013 sampai tahun 2018. Prevalensi hipertensi pada tahun 2013 yang didapat melalui metode pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013) meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Menurut data Profil Kesehatan Provinsi Bali yang disusun oleh Dinas Kesehatan Provinsi Bali jumlah penderita hipertensi mengalami penurunan secara bertahap dari tahun 2014 sampai tahun 2017 meskipun demikian kasus hipertensi primer tetap menduduki peringkat kedua dari sepuluh besar penyakit yang banyak diderita diseluruh puskesmas di Provinsi Bali. Tahun 2014 jumlah penderita hipertensi primer tercatat sebanyak 114.421 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2015) dan mengalami penurunan pada tahun 2015 menjadi 89.394 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2016). Data yang di dapat dari Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2017) jumlah penderita hipertensi pada tahun 2016 masih sama dengan tahun sebelumnya yaitu 89.394 orang. Penurunan kembali terjadi di tahun 2017 dengan jumlah penderita hipertensi primer sebanyak 60.665 orang diseluruh puskesmas di Provinsi Bali (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2018).

Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar mengeluarkan data sepuluh besar penyakit di Kabupaten Gianyar dan dari data tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan penderita hipertensi dari tahun 2017 sampai 2018. Hipertensi primer berada di urutan keenam dengan jumlah penderita 4.474 orang pada tahun 2017 (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2018) kemudian mengalami peningkatan di tahun 2018 dengan jumlah penderita 9.727 dan menduduki peringkat kedua (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2019). Jumlah penderita hipertensi terbanyak berada di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati II dengan 3.330 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2019).

Masalah hipertensi merupakan masalah yang kompleks karena disebabkan dan didukung oleh beberapa faktor risiko baik itu yang tidak dapat dimodifikasi maupun dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi seperti jenis kelamin, genetik, ras dan usia, sedangkan obesitas, kebiasaan merokok, aktivitas fisik yang kurang menjadi salah satu dari beberapa faktor risiko yang dapat dimodifikasi (Pikir, 2013). Menekan dan mengurangi faktor-faktor risiko yang mungkin akan terjadi dapat dilakukan dengan upaya promotif dan preventif tanpa mengesampingkan upaya kuratif dan rehabilitatif. Pemerintah mengeluarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2016 Tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK) untuk mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu dengan meningkatkan deteksi dini faktor resiko hipertensi melalui Posbindu, meningkatkan akses pelayanan terpadu hipertensi di fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP), melakukan penyuluhan tentang dampak buruk merokok, dan menyelenggarakan layanan upaya berhenti merokok. Indikator keberhasilan dari upaya ini adalah

penderita hipertensi melakukan pengobatan secara teratur (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

Program yang juga dikeluarkan oleh Pemerintah untuk membangun dan mewujudkan Indonesia sehat adalah dengan Promosi Kesehatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang terdiri dari mengonsumsi sayur dan buah, melakukan aktivitas fisik, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, membersihkan lingkungan, menggunakan jamban dan memeriksakan kesehatan secara rutin (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017) . Tidak dipungkiri saat ini banyak masyarakat yang sudah memulai dan membiasakan untuk hidup sehat seperti mengonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol serta melakukan aktivitas fisik. Kesadaran masyarakat untuk hidup sehat perlu diacungi jempol namun kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan perlu ditingkatkan lagi.

Mengabaikan tekanan darah tinggi sangatlah berbahaya karena dapat mengancam jiwa (World Health Organization, 2013). Tekanan darah yang tinggi secara terus menerus akan merusak pembuluh darah. Respon yang timbul pada pembuluh darah yang mengalami tekanan darah tinggi dalam waktu lama adalah penebalan dinding pembuluh darah yang menyebabkan kelenturannya berkurang. Keadaan yang dinamakan arteriosklerosis membuat jantung kekurangan oksigen dan juga mempengaruhi arteri yang memasok darah ke jantung (World Health Organization, 2011a). Hal tersebut berdampak pada kerusakan organ tubuh, baik secara langsung maupun tidak langsung. Kerusakan organ-organ yang umum ditemui pada pasien hipertensi adalah jantung (hipertrofi ventrikel kiri, angina atau

infark miokardium, dan gagal jantung) , otak (stroke), penyakit ginjal kronis, penyakit arteri perifer dan retinopati (Sudoyo, dkk. 2006).

Secara umum hipertensi dapat dikendalikan bahkan dikurangi dengan dua teknik, yaitu teknik farmakologi dan teknik non farmakologi. Terapi farmakologi pada hipertensi dimulai bila pada hipertensi derajat 1 yang tidak mengalami penurunan tekanan darah setelah >6 bulan menjalani pola hidup sehat. Sedangkan untuk teknik non farmakologi dapat dilakukan dengan membatasi asupan garam tidak lebih dari enam gram/hari, menurunkan berat badan, menghindari minuman berkafein, rokok, dan minuman beralkohol. Olahraga seperti jalan, lari, bersepeda selama 20-25 menit dengan frekuensi tiga sampai lima kali dalam seminggu juga dianjurkan serta pentingnya istirahat yang cukup (enam sampai delapan jam) (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Pengobatan non farmakologi kini semakin berkembang diantaranya adalah cara pengobatan dengan tanaman tradisional, pijat refleksi, perawatan spa, hidroterapi, aromaterapi, hipnoterapi dan lain-lain. Masyarakat kini lebih melirik pengobatan non farmakologi karena tidak ada efek samping yang dapat merusak hati dan ginjal. Apalagi dengan perkembangan zaman seperti sekarang ini masyarakat dituntut untuk terus bekerja sehingga jarang mempunyai waktu luang untuk melakukan aktivitas. Spa kaki menjadi salah satu pilihan untuk mengatasi gangguan kesehatan pada manusia. Sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2014 Tentang Pelayanan Kesehatan Spa bahwa pelayanan kesehatan spa merupakan pelayanan yang dilakukan secara holistik dengan memadukan berbagai jenis perawatan kesehatan tradisional dan modern yang menggunakan air beserta pendukung perawatan lainnya berupa pijat

penggunaan ramuan, terapi aroma, latihan fisik, terapi warna, terapi musik, dan makanan untuk memberikan efek terapi melalui panca indera guna mencapai keseimbangan antara tubuh (body) , pikiran (mind), dan jiwa (spirit) sehingga terwujud kesehatan yang optimal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Spa kaki terdiri dari tiga pokok perawatan yang pertama adalah rendam kaki dengan air hangat dan garam dilakukan selama sepuluh menit dengan tujuan untuk melunakkan sel kulit mati dan kotoran yang menempel pada kaki (Purwanto, 2014). Kedua yaitu pijat refleksi yang merupakan pengobatan dengan mengadopsi kekuatan dan ketahanan tubuh sendiri dengan cara memberikan sentuhan pijatan pada lokasi dan tempat yang sudah dipetakan sesuai dengan zona terapi (Putri, 2015). Langkah terakhir adalah senam kaki bisa dilakukan secara teratur tiga kali seminggu (Purwanto, 2014). Tiga pokok perawatan tersebut memiliki fungsi masing-masing yang saling berkaitan, seperti meringankan ketegangan pada saraf, meningkatkan sistem vegetasi tubuh yang dikontrol oleh otak dan sistem saraf seperti sistem kelenjar hormonal, sistem peredaran darah, sistem pencernaan dan lain-lain. Spa kaki yang dilakukan dapat mengenai titik-titik bermasalah sehingga hormon-hormon yang mempengaruhi tekanan darah yang mengakibatkan pembuluh darah vasokontriksi menjadi vasodilatasi (Hendro & Ariyani, 2015).

Efektivitas rendam kaki air hangat dengan penurunan tekanan darah dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan di Puskesmas Bahu Manado oleh Solechah, dkk (2017) dimana 17 orang responden yang diberi intervensi rendam kaki dengan air hangat selama tiga kali dalam seminggu selama 21 hari mengalami penurunan tekanan darah. Rata-rata tekanan darah sebelum diberikan intervensi

sebesar 147,06 mmHg dan setelah diberikan intervensi rata-rata menjadi 135,69 mmHg.

Pengaruh terapi pijat refleksi terhadap penurunan tekanan darah lanjut usia dengan hipertensi menurut penelitian yang dilakukan oleh Sari, dkk (2014) menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan pijat refleksi pada 17 responden adalah 172,60 mmHg dan turun menjadi 148,00 mmHg setelah dilakukan pijat refleksi tiga kali dalam seminggu selama 20 hari. Hasil ini menunjukkan adanya pengaruh perubahan tekanan darah yang cukup signifikan setelah diberikan pijat refleksi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni & Arisfa (2016) mengenai Senam Kaki Diabetik Efektif Meningkatkan Ankle Brachial Index Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan 17 responden didapatkan hasil rata-rata ABI sebelum dilakukan senam kaki adalah 0.62 dengan kategori obstruksi sedang dan rata-rata nilai ABI setelah melakukan senam kaki adalah 0.93 dengan kategori normal. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa melakukan senam kaki diabetes setiap tiga kali dalam seminggu selama 30 menit efektif meningkatkan mampu meningkatkan ABI.

Sedangkan penelitian yang dilakukan di Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2017 mengenai Spa Kaki Diabetik Efektif Memperbaiki Sensasi Kaki Pada Diabetes didapatkan hasil sensasi kaki responden sebelum dilakukan spa kaki ditemukan nilai minimum empat dengan nilai rata-rata 8,22 dari nilai normal adalah sepuluh dan setelah enam minggu dilakukan spa kaki didapatkan nilai sensasi kaki minimum 7,5 dan nilai rata-rata 9,52 dari nilai normal adalah sepuluh. Hasil ini membuktikan bahwa spa kaki efektif dalam memperbaiki sensasi kaki pada penderita diabetes (Sukarja, dkk , 2017).

UPT Kesmas Sukawati II telah melakukan beberapa upaya dalam penanganan hipertensi seperti PIS-PK , GERMAS, dan pengobatan komplementer. Program komplementer ini sudah ada sejak tahun 2016 namun masih sedikit masyarakat yang tahu dan mau untuk melakukan pengobatan komplementer. Dampak dari upaya yang telah dilakukan oleh UPT Kesmas Sukawati II adalah masyarakat sudah mulai rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah ke puskesmas. UPT Kesmas Sukawati II mencatat selama bulan November sampai Desember 2018 sebanyak 191 orang yang melakukan kunjungan menderita hipertensi. Data tersebut menunjukkan bahwa masalah hipertensi di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati II masih perlu mendapat perhatian, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Spa Kaki Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Primer di Wilayah Kerja UPT. Kesmas Sukawati II Tahun 2019".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah "Apakah ada pengaruh spa kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi primer di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati II Tahun 2019".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh spa kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi primer di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati II tahun 2019.

2. Tujuan khusus

a. Mengidentifikasi tekanan darah sistole dan diastole sebelum dilakukan spa kaki pada pasien hipertensi primer di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati II tahun 2019.

b. Mengidentifikasi tekanan darah sistole dan diastole sesudah dilakukan spa kaki pada pasien hipertensi primer di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati II tahun 2019.

c. Menganalisis pengaruh pemberian spa kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi primer di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati II tahun 2019.

D. Manfaat Penelitian

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis yang peneliti harapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi ilmiah pada bidang keperawatan medikal bedah dalam pengembangan ilmu kardiovaskular khususnya dalam mencegah penyakit hipertensi.

b. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai pengaruh spa kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer dengan berlandaskan pada kelemahan dari penelitian ini dan dapat mengembangkan dengan faktor risiko yang lainnya.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis yang peneliti harapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Hasil penelitian ini dapat memberikan saran kepada Ka. UPT Kesmas Sukawati II agar dijadikan pertimbangan program puskesmas dalam melakukan penatalaksanaan hipertensi non farmakologi di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati II.

b. Hasil penelitian ini dapat memberikan saran kepada perawat di UPT Kesmas Sukawati II agar spa kaki digunakan dalam memberikan intervensi penatalaksanaan hipertensi.