

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Indonesia merupakan negara berstruktur penduduk dengan kondisi rentan yang akan memasuki era penduduk menua. Hal ini berdasarkan presentase penduduk lanjut usia yang telah mencapai angka 7,6 dari total penduduk (Kemenkes RI, 2019). Seiring dengan bertambahnya usia, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif. Perubahan secara fisik meliputi perubahan dari tingkat sel sampai ke semua sistem organ tubuh (Sugiyono *et al.*, 2015). Salah satu permasalahan yang terjadi pada lansia adalah hipertensi. Pada lanjut usia akan mengalami perubahan pelebaran pembuluh darah arteri dan kekakuan akibat kapasitas recoil pembuluh darah yang berkurang, pengurangan fungsi pembuluh darah menyebabkan tekanan sistolik bertambah (Rizal *et al.*, 2019). Secara fisiologis tekanan darah meningkat pada lansia merupakan hal yang wajar namun apabila tekanan darah tidak dikontrol dengan baik dapat mengakibatkan komplikasi yang lain.

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 penyakit yang banyak diderita oleh lansia adalah hipertensi sejumlah 63,5% dari jumlah lansia. Secara fisiologis tekanan darah meningkat pada lansia merupakan kondisi yang wajar. Menurut Triyanto (2014) dalam (Seke *et al.*, 2016) terjadinya peningkatan tekanan darah seiring dengan bertambahnya usia. Data survei penduduk antar sensus (Supas, 2015) dalam (Heri & Cicih, 2019) jumlah penduduk Indonesia tahun 2019 mencapai 266.91 juta jiwa, proyeksi jumlah lansia tahun 2019 meningkat menjadi 27,5 juta atau

10,3% dan 57,0 juta jiwa atau sebanyak 17,9% pada tahun 2045. Di Indonesia sendiri hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3, yakni dengan prevalensi penderita hipertensi sejumlah 6,7% dari populasi kematian pada semua umur. Menurut WHO dan *International Society of Hypertension* (ISH), saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi diseluruh dunia dan 3 juta diantaranya meninggal setiap tahunnya. Presentase hipertensi Provinsi Jawa Timur sebesar 13,47% atau 935.736 penduduk dengan proporsi jumlah laki-laki sebesar 13,78% (387.913 penduduk) dan perempuan sebesar 13,25% (547.823 penduduk). Prevalensi hipertensi yang terjadi pada lanjut usia umur 55-64 tahun sebesar 45,9%, usia 65-74 tahun sebanyak 57,6% , sedangkan usia >75 tahun sebanyak 63,8% (Kemenkes RI, 2019).

Faktor lain terjadinya hipertensi antara lain dipengaruhi oleh perubahan usia dan faktor resiko. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah proses terjadinya peningkatan nilai tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah sistolik lebih dari 90 mmHg. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung cukup lama akan menimbulkan kerusakan pada organ ginjal, jantung, dan otak bila tidak ditangani secara dini (Kemenkes RI, 2014).

Secara umum, penatalaksanaan untuk hipertensi dibagi menjadi dua yaitu, secara farmakologis dan penatalaksanaan non farmakologis. Di Indonesia sendiri penatalaksanaan hipertensi menggunakan obat-obatan sebanyak 60%, menggunakan herbal *teraphy* 30%, dan fisikal terapi sebanyak 10% (Harnani & Axmalia, 2017).

Berbagai penelitian telah dikembangkan untuk menurunkan tekanan darah seperti penggunaan terapi komplementer, salah satu intervensi komplementer yaitu dengan

memanfaatkan rendaman kaki, efek rendam kaki menggunakan air hangat sama dengan berjalan tanpa menggunakan alas kaki selama 30 menit (Santoso, 2015) dalam (Harnani & Axmalia, 2017). Penelitian-penelitian sebelumnya mengenai intervensi rendaman untuk menurunkan tekanan darah antara lain, pengaruh merendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi (Ulya, 2017) intervensi rendam kaki menggunakan air hangat efektif menurunkan tekanan darah pada lanjut usia (Harnani & Axmalia, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan (Walaszek, 2015) menunjukkan bahwa pemberian intervensi pijatan klasik pada tungkai bawah, yang dilakukan dalam sekali selama 10 hari, terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada lansia. Penulis merasa perlu untuk melakukan *review* pengaruh *massage*, rendaman kaki air hangat, dan *aromatherapy* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi.

Manfaat intervensi keperawatan komplementer tersebut adalah efek fisik yang dihasilkan dari proses perebusan yang menghasilkan panas ataupun hangat, hal ini dapat menyebabkan zat cair, padat, dan gas mengalami pemuaian sehingga meningkatkan reaksi kimia didalam tubuh. Efek biologis hangat dan kandungan senyawa aktif yang dihasilkan dari proses perebusan dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah. Secara fisiologis respon tubuh terhadap panas menyebabkan pembuluh darah menurunkan kekentalan darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas kapiler. Respon dari hangat inilah yang digunakan sebagai terapi pada berbagai kondisi dan keadaan didalam tubuh Destia, dkk (2014) dalam (Dilianti *et al*, 2017).

Penelitian yang dilakukan dengan metode literatur review ini akan menyajikan analisis berbasis bukti mengenai pengaruh *massage*, rendaman kaki air hangat, dan *aromatherapy* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Literatur review ini berisi pendahuluan (latar belakang dan mengapa *review* topik dilakukan); main body atau statement, kesimpulan yang berisi hasil dan rangkuman analisis sebagai kajian kebenaran atau pembandingan sebuah penelitian (Marzali, 2016) yang nantinya temuan tersebut dapat kita pelajari sesuai dengan research question (RQ) (Triandini *et al*, 2019). Penulis berharap bahwa hasil penelitian literatur review ini dapat digunakan sebagai pengembangan ilmu keperawatan gerontik dan komplementer yang berhubungan dengan pengaruh *massage*, rendam kaki air hangat, dan *aromatherapy* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif masukan dalam pengobatan hipertensi. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan literature review yaitu pengaruh *massage*, rendam kaki air hangat, dan *aromatherapy* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi.

1.1 Rumusan masalah

Adakah pengaruh *massage*, rendam kaki air hangat, dan *aromatherapy* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi berdasarkan studi empiris sepuluh tahun terakhir ?

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui adakah pengaruh *massage*, rendam kaki air hangat, dan *aromatherapy* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi berdasarkan studi empiris dalam sepuluh tahun terakhir.

1.3.2. Tujuan khusus

Menjelaskan faktor yang mempengaruhi *massage*, rendam kaki air hangat dan *aromatherapy* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi berdasarkan studi empiris dalam sepuluh tahun terakhir .