

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Kebanyakan orang dengan kondisi hipertensi tidak mengetahui jika mereka mempunyai penyakit hipertensi, dikarena tidak adanya gejala dan dalam beberapa kasus bahkan tanpa gejala sama sekali, bahkan kebanyakan orang yang beranggapan kondisi tersebut tidak mengancam jiwa. Terlepas dari kenyataannya bahwa hipertensi dapat menyebabkan stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal, sehingga kondisi ini sering disebut sebagai "*silent killer*" atau penyakit pembunuh secara diam-diam (Desriyani *et al.*, 2019). Pada umumnya, beberapa orang tidak menyadari adanya terapi komplementer yang dapat menurunkan tekanan darah tinggi, mereka hanya mengetahui bahwa obat-obatan yang dapat menurunkan tekanan darah tinggi.

Menurut (WHO, 2021), diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia memiliki hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Menurut (Kemenkes RI, 2021) bahwa penyakit hipertensi tertinggi di Kalimantan Selatan dengan prevalensi sebesar 44,3% dan terendah di Provinsi Papua sebesar 22,2% dan di Indonesia sebanyak 34,1%. Sedangkan angka kejadian hipertensi di Provinsi Jawa Timur diketahui sekitar 4.792.862 penduduk, dengan proporsi laki-laki sebesar 2.001.297 penduduk dan perempuan sebesar 2.567.330 penduduk

(Maulina Nur Annisa; Septi Winda Utami; Suci Handayani, 2021). Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 2 Desember 2022, di UPT Puskesmas Manyar Kecamatan Manyar penyakit hipertensi termasuk dalam 5 besar di poli lansia, data dari Puskesmas Manyar pada tahun 2021 penderita hipertensi sebesar 726 jiwa, sepuluh bulan terakhir yaitu bulan Januari – November 2022 jumlah hipertensi sebanyak 493 jiwa. Sedangkan prevalensi hipertensi di bulan November 2022 sebanyak 55 jiwa dengan pengobatan farmakologis, yang tercatat di Puskesmas Manyar. Kemudian dilakukan wawancara kepada perawat asisten dokter bahwa belum pernah dilakukanya pengobatan non farmakologis hanya pengobatan farmakologis seperti mengkonsumsi obat yang dari puskesmas. Tekanan darah tinggi tidak hanya diobati dengan farmakologis bisa juga diobati dengan non farmakologis dengan melakukan tindakan massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat, sudah ada penelitian yang membuktikan bahwa massase dengan minyak lavender dapat menurunkan tekanan darah tinggi dan rendam kaki dengan air sereh hangat dapat menurunkan tekanan darah tinggi.

Hipertensi merupakan suatu kondisi ketika tekanan peredaran darah di pembuluh darah meningkat terus-menerus. Hal ini bisa terjadi karena jantung bekerja lebih keras untuk mengalirkan darah guna memenuhi kebutuhan tubuh akan oksigen dan nutrisi. Jika dibiarkan tidak terkendali, penyakit tersebut dapat memperlambat fungsi organ lainnya, terutama organ penting seperti jantung dan ginjal (Sherly *et al.*, 2015). Untuk menghindari hipertensi dapat dilakukan dengan minum obat dan melakukan perubahan gaya hidup termasuk menurun kan berat

badan, berhenti merokok, tidak minum minuman keras, melakukan aktifitas fisik, mengurangi penggunaan garam (Augin and Soesanto, 2022). Pengobatan hipertensi ada 2 cara yaitu secara farmakologis dan non farmakologis, untuk farmakologis lebih berhubungan dengan obat dan penatalaksanaan medis pada pasien hipertensi, sedangkan non farmakologis yang berhubungan dengan tindakan non medis seperti pijat (*massase*) dan rendam kaki (*hydrotherapi*).

Terapi pijat (*masase*) kaki merupakan pemijatan yang merangsang aliran darah dan pencernaan di jaringan, yang bertujuan untuk mengurangi ketegangan otot, meningkatkan relaksasi fisik dan mental, menilai kondisi kulit dan meningkatkan aliran atau penyebaran darah di area yang dipijat. Salah satunya terapi pijat kaki dengan minyak lavender. Minyak lavender dihasilkan dari pucuk bunga lavender baru melalui proses pemurnian, dengan bagian dasar *linalyl ester* dan *linalool*. Minyak lavender dapat menimbulkan relaksasi secara psikologis dan fisik. Aromatherapy sendiri bermanfaat untuk mengurangi ketegangan, nyeri sendi, hipertensi, denyut nadi, tingkat metabolisme, dan mengatasi masalah tidur (gangguan tidur), stres, serta meningkatkan produksi zat kimia melatonin dan serotonin (Rahmasari, Fitri and Nurhayati, 2021)

Merendam kaki dengan air hangat (*hydrotherapi*) yang bertemperatur 39 - 40°C. Manfaat air hangat sendiri dapat melebarkan pembuluh darah kapiler, sehingga dapat menimbulkan efek pada penderita. Selain itu, manfaat dari merendam kaki air hangat dapat meningkatkan suhu tubuh secara menyeluruh, hal ini dapat membuat tubuh dan pikiran rileks sehingga bisa terbebas dari stress setelah beraktifitas yang dapat menurunkan hipertensi (Ilkafah, 2016). Terapi

rendam kaki air hangat dengan campuran sereh dapat menurunkan tekanan darah. Hal ini dikarenakan sereh memiliki kandungan senyawa anti hipertensi diantaranya *flavonoid* dan *alkaloid* karena mengandung minyak essensial. Ekstrak sereh memiliki potensi sebagai sumber zat hipolipidemik. Hipolipidemik merupakan zat yang dapat memicu penurunan konsentrasi lipid dalam serum, sehingga aliran darah dapat lancar dan menurunkan risiko hipertensi (Liszayanti *et al.*, 2019).

Hasil penelitian Agustina Aprilia Utami (2019) dilakukan masase aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi selama 4 hari dalam 2 minggu didapatkan nilai sebelum dilakukan intervensi 145 mmHg dan sesudah dilakukan intervensi menjadi 126 mmHg untuk tekanan darah sistolik, untuk tekanan darah diastolik sebelum dilakukan intervensi 96 mmHg dan setelah dilakukan intervensi menjadi 80 mmHg, hal tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh intervensi tersebut. Penelitian lain, Salmah Arafah Dewiyanti, dkk (2022) dilakukan massase kaki terhadap penurunan tekanan darah tinggi selama 3 kali dalam 1 minggu didapatkan nilai mean menjadi 130 dengan standart devisiasi 10,00 yang awalnya nilai mean 158 dengan standart devisiasi 8,36 hal tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh massase kaki terhadap penurunan tekanan darah tinggi.

Hasil penelitian Ismatul Uliya, Ambarwati (2022) dilakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai selama 7 hari dengan durasi waktu 15-30 menit ada penurunan tekanan darah pada responden 1 dengan nilai awalnya 155/100 mmHg menjadi 140/80 mmHg dan

pada responden 2 dengan nilai awalnya 160/100 mmHg menjadi 135/90 mmHg. Penelitian lain, Alifiyah Ingesti Augin, dkk (2022) dilakukan rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan sereh selama 7 hari dengan durasi waktu 10 menit didapatkan penurunan tekanan darah pada responden dengan hasil nilai rata-rata penurunan systole 7,28 dan diastole 12,48.

Berdasarkan fakta dan fenomena yang ada, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “efektifitas massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat terhadap hipertensi di wilayah Puskesmas Manyar Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana efektifitas pemberian massase kaki dengan minyak lavender (*lavandula angustifolia*) dan rendam kaki dengan air sereh hangat (*cymbopogon citratus*) terhadap hipertensi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan efektifitas pemberian massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat terhadap hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis tekanan darah sebelum dan sesudah melakukan massase kaki dengan minyak lavender pada penderita hipertensi.

2. Menganalisis tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian rendam kaki dengan air sereh hangat pada penderita hipertensi.
3. Menganalisis tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok kontrol pada penderita hipertensi.
4. Menganalisis efektifitas massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat terhadap hipertensi.

1.4 Manfaat

1.4.1 Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan khasanah keilmuan keperawatan, terutama mengenai manfaat pemberian massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat sebagai salah satu terapi pendamping untuk meningkatkan kesehatan pada penderita hipertensi.

1.4.2 Praktis

1. Bagi perkembangan Ilmu Pengetahuan

Merupakan sumbangan bagi ilmu pengetahuan pemahaman dan teknik riset dalam mengetahui permasalahan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai bahan masukan bagi petugas kesehatan dalam hal perawatan mandiri dengan pemberian massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat pada penderita hipertensi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya sehingga dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan.