

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas disebut dengan lanjut usia atau biasa di sebut dengan lansia (Menteri Kesehatan RI, 2015). Perubahan fisik, psikologis, dan sosial merupakan tanda pada fase kehidupan lansia. Banyak individu pada usia lanjut mengalami penurunan kognitif, penurunan kapasitas tubuh, serta menurunnya kemampuan fisik. Namun pada sisi lain, usia lanjut juga dapat menjadi kesempatan menikmati masa pensiun yang penuh dengan pengalaman hidup. Lanjut usia merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai tantangan fisik, psikologis, dan sosial.

Berdasarkan laporan dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 penyakit hipertensi meningkat dua kali lipat menjadi sekitar 1,3 miliar selama tiga dekade terakhir (World Health Organization, 2023). Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2019) negara Indonesia menjadi salah satu negara dengan penduduk yang menderita penyakit hipertensi tertinggi dengan angka prevalensi sebanyak 34,11% kasus dari responden yang berusia 18 tahun ke atas. Daerah Istimewa Yogyakarta menduduki peringkat ke 12 dengan jumlah prevalensi 32,86%. Berdasarkan Data Profil Kesehatan Provinsi Yogyakarta menyebutkan bahwa kasus hipertensi paling banyak terdapat di Kabupaten Sleman yaitu 12,10% dan kasus paling sedikit di Kabupaten Kulon Progo yaitu 0,12%. Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki presentase lansia terbanyak di Indonesia sebesar 14,50% berdasarkan data BPS tahun 2019 yang di sitasi oleh (Lestari, 2024).

Kelompok lansia lebih rentan terhadap penyakit kronis, gangguan mobilitas, dan kecelakaan. Lansia banyak yang merasa kesepian akibat kehilangan pasangan, teman, atau bahkan keluarga yang sibuk dengan kehidupannya.

Kecemasan dan depresi merupakan gangguan mental yang sering juga dialami oleh orang lanjut usia menyebabkan mereka melakukan isolasi sosial. Kebutuhan hidup setelah memasuki tahap lanjut usia menghadapi keterbatasan sumber daya ekonomi. Beberapa lansia bergantung pada upah pensiun atau tabungan yang tidak mencukupi kebutuhan hidup.

Untuk melakukan kegiatan sehari-hari seperti makan, berpakaian, atau mandi beberapa lansia mungkin mulai bergantung pada bantuan orang lain. Oleh karena itu menjaga kesehatan lansia untuk meningkatkan kualitas hidup sangat penting. Peran keluarga, masyarakat, dan pemerintah sangat penting dalam memberikan dukungan dan memastikan bahwa lansia dapat menjalani kehidupan yang bermakna dan sejatara. Obat tekanan darah tinggi dapat dilakukan dengan menerapkan pola hidup sehat seperti pola makana sehat, kebutuhan, kebutuhan tidur yang cukup, pikiran yang rileks dan tenang, menghindari kafein, rokok, alkohol, dan stress, serta melakukan aktivitas fisik (olah raga) secara taratur (Efiyanti, 2020 disitasi oleh (Ni Kadek Yuni Lestari et al., 2023). Aktivitas fisik dapat dikombinasi dengan beberapa terapi komplementer seperti rendam kaki dengan air hangat, pijat refleksi, yoga, bekam, dan lainnya.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah penerapan pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat pada lansia hipertensi di padukuhan Somodaran dapat menurunkan tekanan darah?

1.3 Tujuan study kasus

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di padukuhan Somodaran

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui tekanan darah pada lansia sebelum dilakukan intervensi rendam kaki dengan air hangat

1.3.2.2 Mengetahui perbedaan tekanan darah lansia sebelum dan setelah dilakukan intervensi rendam kaki dengan air hangat.

1.4 Manfaat study kasus

1.4.1 Manfaat praktis

Menjadi salah satu terapi menurunkan tekanan darah dengan metode non-farmakologis

1.4.2 Manfaat akademis

1.4.2.1 Menyediakan data yang dapat digunakan untuk penelitian lebih lanjut mengenai efek terapi non-farmakologis dalam mengatasi masalah kesehatan pada lansia khususnya hipertensi.

1.4.2.2 Memperkaya literatur terapi berbasis relaksasi dalam menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi