

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan adanya gangguan pada tekanan darah sistolik maupun diastolik yang meningkat. Tekanan sistolik adalah tekanan tertinggi ketika jantung memompa darah, sedangkan tekanan diastolik adalah tekanan saat jantung beristirahat dan terisi kembali. Hipertensi terjadi jika tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg. Hipertensi menjadi faktor utama terjadinya penyakit kardiovaskular dan, jika tidak ditangani, dapat memicu gagal ginjal, stroke, demensia, gagal jantung, serangan jantung, gangguan penglihatan, dan komplikasi lainnya (Studi et al., 2025). World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Penderita hipertensi diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia. Selain itu diperkirakan terdapat 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. penderita hipertensi yang terdiagnosis dan telah dilakukan pengobatan didapatkan sekitar 42%. Sedangkan hanya 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengontrol pola hidupnya. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2014 dan 2030 (WHO, 2021).

Di Indonesia prevelensi hipertensi berdasarkan usia mengalami peningkatan yang signifikan dari 31,6% pada rentang usia 35-44 tahun meningkat sebanyak 13,7% menjadi 45,3% pada rentang usia 45-54 tahun Sehingga semakin bertambahnya usia kejadian hipertensi terus mengalami peningkatan (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi hipertensi lansia di Provinsi Jawa Tengah berdasarkan pengukuran tekanan darah secara rutin sebanyak 37,57% (Riskesdas, 2018).

Salah satu tanda dan gejala hipertensi adalah nyeri kepala oleh kerusakan vaskuler pada seluruh pembuluh darah parifer. Nyeri kepala diakibatkan karena terjadi peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher yang mana pembuluh darah tersebut membawa darah ke otak sehingga ketika terjadi peningkatan tekanan vaskuler ke otak yang mengakibatkan terjadi penekanan pada saraf otot leher sehingga pasien merasa nyeri atau tidak nyaman pada daerah leher atau tengkuk. Nyeri yang dirasakan oleh penderita hipertensi akan mengganggu aktivitas sehari-hari. Fakta dilapangan sering ditemukan penderita hipertensi yang mengalami nyeri leher cenderung mengkonsumsi obat-obatan pereda nyeri tanpa memperhatikan efek samping dan dampak penggunaan obat dalam jangka panjang (Salvataris et al., 2022).

Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk meredakan nyeri salah satunya dengan kompres hangat, kompres hangat dapat merelaksasikan otot pada pembuluh darah dan melebarkan pembuluh darah sehingga hal tersebut dapat meningkatkan pemasukan oksigen dan nutrisi pada jaringan ke otak sehingga nyeri kepala berkurang dan meningkatkan rasa nyaman pada pasien hipertensi (Salvataris et al., 2022). Kompres hangat merupakan tindakan yang dilakukan dengan memberikan sensasi hangat pada area yang mengalami nyeri dengan tujuan untuk menurunkan spasme otot, memperlancar sirkulasi darah dan mengurangi rasa sakit atau nyeri. Kompres hangat merelaksasi otot pada pembuluh darah dan melebarkan pembuluh darah sehingga meningkatkan pemasukan oksigen dan nutrisi ke jaringan otak. Kompres hangat dapat memberikan rasa hangat pada bagian tengkuk, karena panas yang dihasilkan mampu mendilatasi pembuluh darah sehingga aliran darah dan suplai oksigen lancar sehingga meredakan ketegangan otot akibat nyeri dapat berkurang (Puspita et al., 2023).

Kompres Jahe hangat terbukti lebih efektif dalam mengurangi intensitas nyeri dibandingkan kompres dengan hanya menggunakan air hangat saja. Jahe mengandung Olerasin atau Zingerol yang dapat

menghambat sintesis prostaglandin, sehingga nyeri reda atau radang berkurang. Prostaglandin itu sendiri adalah suatu senyawa dalam tubuh yang merupakan mediator nyeri dari radang atau inflamasi (Hartoyo, 2023).

Penelitian yang dilakukan (Rangkuti RH, 2020) yang berjudul “pengaruh pemberian kompres hangat jahe pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi” didapatkan hasil $P\text{value} = 0,002 (<0,05)$ hal tersebut menunjukkan adanya perbedaan rerata intensitas nyeri kepala setelah diberikan kompres hangat jahe.

Penelitian (Syiddatul, 2020) yang berjudul “ Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Karang Werdha Rambut Desa Burneh Bangkalan. Pada penelitian tersebut didapatkan hasil nilai $p\text{ value } 0,000 (p < \alpha 0,05)$. Sehingga ada perbedaan skala nyeri kepala hipertensi pada lansia sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat jahe.

Penelitian yang dilakukan (Nurjannah, 2022) yang berjudul “pengaruh pemberian kompres hangat rebusan jahe terhadap nyeri tengkuk pada penderita hipertensi di Desa Karangrejo Kecamatan Kawedanan Kabupaten Magetan”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa nyeri tengkuk sebelum diberikan perlakuan terapi kompres hangat rebusan jahe rata-rata skala nyeri yaitu 3,39 dan rata-rata skala nyeri setelah diberikan perlakuan terapi kompres hangat rebusan jahe yaitu 1,75 dan didapatkan $p\text{Value} = 0,000 < \alpha (0,05)$ hal ini berarti H_0 ditolak H_1 diterima, maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian terapi kompres hangat terhadap nyeri tengkuk pada penderita hipertensi di Desa Karangrejo Kecamatan Karangrejo Kabupaten Magetan.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di Desa Genuk Ungaran pada bulan April 2025 pada saat posbindu didapatkan hasil bahwa terdapat 12 lansia yang mengalami hipertensi. Hasil wawancara dengan 4 orang lansia yang mengalami hipertensi dengan menggunakan *Numeric rating scale* diketahui bahwa 4 lansia tersebut sering mengeluhkan nyeri kepala sampai tengkuk leher, nyeri yang dirasakan seperti tertusuk dengan hilang timbul,

Rata-rata nyeri yang mereka alami dalam kategori nyeri sedang yaitu berkisar dari skala 4-6. Mereka menyampaikan bahwa saat mengalami nyeri kepala, tindakan yang biasa dilakukan hanyalah mengonsumsi obat saja, serta memijat daerah kepala yang mengalami nyeri. Belum ada di antara mereka yang mencoba alternatif non farmakologis seperti kompres hangat menggunakan rebusan air jahe pada area leher untuk mengurangi nyeri kepala. Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Pemberian Kompres Hangat Jahe ada Leher terhadap Penurunan Nyeri Kepala pada Lansia dengan Hipertensi di Desa Genuk Ungaran Barat”.

B. Rumusan Masalah

Nyeri kepala merupakan salah satu keluhan yang sering dialami oleh lansia, terutama yang menderita hipertensi. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas hidup lansia dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Penanganan non-farmakologis menjadi salah satu alternatif yang cukup efektif dan aman untuk kelompok usia lanjut. Salah satu terapi non-farmakologis yang mulai banyak digunakan adalah pemberian kompres hangat dengan bahan alami, seperti jahe. Jahe diketahui memiliki efek vasodilatasi dan antiinflamasi yang dapat membantu meredakan ketegangan otot serta meningkatkan sirkulasi darah di area leher dan kepala. Dengan mempertimbangkan potensi tersebut, penelitian ini ingin mengetahui “Bagaimanakah Penerapan Pemberian Kompres Hangat Jahe pada Leher terhadap Penurunan Nyeri Kepala pada Lansia dengan Hipertensi di Desa Genuk Ungaran Barat”

C. Latar Tujuan Karya Ilmiah

1. Tujuan Umum

Mengetahui Penerapan Pemberian Kompres Hangat Jahe pada Leher terhadap Penurunan Nyeri Kepala pada Lansia dengan Hipertensi di Desa Genuk Ungaran Barat.

2. Tujuan Khusus

- a) Mendeskripsikan nyeri kepala sebelum diberikan kompres hangat jahe pada lansia dengan hipertensi.
- b) Mendeskripsikan nyeri kepala sesudah diberikan kompres hangat jahe pada lansia dengan hipertensi.
- c) Menganalisa penerapan sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi.

D. Manfaat Karya Ilmiah

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai literasi tambahan pada pengelolaan Asuhan Keperawatan tentang Hipertensi khususnya pada implementasi dengan pemberian kompres hangat jahe pada leher terhadap penurunan nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi.

2. Bagi Perawat

Sebagai referensi dan informasi mengenai penerapan pemberian kompres hangat jahe pada leher terhadap penurunan nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi, sehingga dapat meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai ilmu pengetahuan menjadi pedoman bagi penulis untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan serta menambah wawasan efektifitas dari penerapan pemberian kompres hangat jahe pada leher terhadap penurunan nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi.