

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Era globalisasi yang kita kenal banyak perkembangan dan perubahan yang terjadi di sekitar kita. Pada perkembangan zaman yang semakin modern menyebabkan perubahan yang signifikan terhadap gaya hidup masyarakat. Perubahan ini juga dapat terlihat pada pola konsumsi masyarakat yang serba cepat dan praktis. Jumlah penduduk di Indonesia setiap hari mengalami peningkatan yang signifikan, begitu juga angka kematian di Indonesia juga mengalami peningkatan setiap harinya. Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan angka hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2018) menunjukkan bahwa penderita hipertensi sebanyak 1.377.356 orang Berdasarkan jenis kelamin, presentasi hipertensi pada perempuan sebanyak 15,84%, lebih tinggi dibanding pada laki laki yaitu 14,155. Prevelensi hipertensi di kabupaten Sragen tahun 2017 terdapat 14,59% penderita hipertensi atau sekitar 19,301 jiwa.

Hipertensi merupakan suatu penyakit kronis yang ditandai dengan tekanan darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah keseluruh tubuh melalui pembuluh darah. Hal ini dapat mengganggu aliran darah, merusak pembuluh darah, bahkan menyebabkan penyakit degenerative, hingga kematian (Sari, 2019). Penyakit hipertensi tidak menimbulkan gejala yang signifikan, sehingga masyarakat kadang tidak menyadari timbulnya gejala hipertensi sehingga masyarakat menganggap sepele gejala hipertensi dan banyak masyarakat yang tidak mau berobat ke tenaga medis untuk mengecek tekanan darahnya. Apabila gejala hipertensi itu tidak segera diatasi dalam waktu yang cukup lama maka tekanan darah terus meningkat dan dapat menimbulkan berbagai komplikasi suatu penyakit yang ditimbulkan oleh hipertensi kronis. Faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi adalah faktor yang tidak dapat dikontrol dan faktor

yang dapat dikontrol. Faktor yang tidak dapat dikontrol adalah keturunan, jenis kelamin, dan usia. Sedangkan faktor yang dapat dikontrol adalah obesitas, konsumsi garam berlebih, kurang olahraga, konsumsi rokok, minuman alkohol, dan stress (Rohimahn& Kurniasih, 2015). Kurangnya pengetahuan dan informasi tentang cara mengenali, mencegah dan menangani gejala hipertensi yang muncul menjadikan masyarakat tidak melakukan pola hidup sehat, sehingga dapat menambah angka terjadinya hipertensi. Memberikan informasi mengenai hipertensi sangat membantu untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Salah satu cara yang digunakan adalah dengan melakukan pendidikan kesehatan tentang hipertensi kepada masyarakat untuk menangani masalah yang ditimbulkan oleh hipertensi.

Nyeri leher atau tengkuk terasa tegang diakibatkan karena terjadinya peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah didaerah leher yang mana pembuluh darah tersebut membawa darah keotak sehingga terjadi peningkatan tekanan vaskuler ke otak yang mengakibatkan terjadi penekanan pada serabut saraf otot leher, sehingga penderita merasa nyeri pada leher. Penatalaksanaan hipertensi secara umum dilakukan dengan dua cara, yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan secara farmakologis dengan menggunakan obat-obatan tidak hanya memberikan efek yang menguntungkan tetapi juga kerugian. Pengobatan secara non farmakologis adalah pengobatan yang tidak memerlukan bahan kimia. Salah satu terapi non farmakologis adalah dengan cara kompres hangat untuk mengurangi nyeri leher. Kompres hangat merupakan pemberian rasa hangat pada daerah tertentu yang mengalami nyeri. Panas dapat mengurangi spasme otot yang disebabkan oleh iskemia neuron yang memblok transmisi lanjut rangsang nyeri yang menyebabkan terjadinya vasodilatasi dan peningkatan aliran darah yang akan dilakukan pengompresan. Menurut penelitian Fadlilah (2019) menyatakan bahwa kompres hangat mampu menurunkan skala nyeri leher pada pasien hipertensi. Skala nyeri

pasien sebelum dilakukan penerapan kompres hangat adalah skala 6, dan setelah dilakukan penerapan kompres hangat nyeri turun menjadi skala 5.

Tingkat pengetahuan dan pendidikan seseorang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerapkan pola hidup sehat, terutama dalam pencegahan dan penanganan hipertensi. Pada era yang semakin modern ini masih banyak penderita hipertensi yang tidak memiliki media informasi seperti *handphone* sehingga mereka tidak memiliki akses yang luas tentang pengetahuan pengendalian hipertensi. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku kesehatan masyarakat. Sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penanganan hipertensi adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan salah satunya dengan media cetak *booklet*.

Pemberian pendidikan kesehatan dengan media cetak booklet merupakan upaya untuk meningkatkan perilaku hidup sehat masyarakat dalam mencegah dan mengatasi hipertensi. *Booklet* yang mudah dibawa dan menarik menjadikan penyebaran informasi tentang cara mengatasi hipertensi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti *et, al*, (2018) menunjukkan bahwa pemahaman pasien sebelum pemberian pendidikan kesehatan menggunakan booklet sebagian besar rendah (60,6%). Pemahaman pasien sesudah pemberian pendidikan kesehatan menggunakan booklet sebagian besar tinggi (69,7%). Ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan booklet terhadap pemahaman pasien hipertensi. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik ingin memberikan judul “Kompres Hangat Untuk Mengatasi Nyeri Leher pada Penderita Hipertensi”. Tujuan laporan ilmiah Tugas Akhir ini yaitu memberikan pengetahuan tentang kompres hangat untuk menurunkan skala nyeri leher pada penderita hipertensi dengan media *booklet*.

Luaran yang dapat dihasilkan dalam Laporan Tugas Akhir ini adalah media *booklet* yang memuat pengertian, tujuan, manfaat dan langkah-langkah

tentang kompres hangat untuk menurunkan skala nyeri leher pada penderita hipertensi. *Booklet* ini diharapkan memberikan manfaat bagi masyarakat sehingga dapat memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat tentang kompres hangat untuk menurunkan skala nyeri leher pada penderita hipertensi. Manfaat media *booklet* ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta mampu meningkatkan pengetahuan bagi masyarakat bahwa masih ada terapi yang sangat mudah dan praktis yaitu kompres hangat sebagai salah satu usaha untuk menurunkan skala nyeri leher pada penderita hipertensi. Manfaat bagi penulis agar dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan dalam tatanan pelayanan keperawatan melalui pemberian *booklet* tentang kompres hangat untuk menurunkan skala nyeri leher pada penderita hipertensi. Sedangkan bagi institusi diharapkan dapat menambah sumber bacaan dan pengetahuan bagi pembaca di perpustakaan, sebagai informasi ilmiah mengenai pentingnya kompres hangat untuk menurunkan skala nyeri leher pada penderita hipertensi dengan media *booklet*, serta dapat digunakan sebagai kontribusi dalam menanamkan minat dan motivasi mahasiswa sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar mahasiswa.