

BAB I

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu peningkatan tekanan darah sistolik atau diastolik yang tidak normal dimana batasan yang umumnya masih dapat diterima sistolik berkisar 140 – 160 mmHg dan diastolik antara 90-95 mmHg dan diagnosis hipertensi sudah jelas pada kasus yang memiliki tekanan darah 160/95 mmHg (Manurung, 2018)

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Dari data *World Health Organization* (WHO) secara global terdapat sekitar 1,13 miliar orang menderita hipertensi sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Kontributor utama peningkatan hipertensi adalah pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik dan konsumsi alkohol dan tembakau. Target global dalam menurunkan prevalensi hipertensi hingga 25% pada tahun 2025 (WHO, 2019).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan.

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2018), Angka kesakitan dan kematian beberapa penyakit tidak menular dan degeneratif seperti Diabetes mellitus (DM), kardiovaskuler, hipertensi dan kanker (keganasan) dan gangguan kesehatan jiwa cenderung meningkat. Jumlah penderita hipertensi di Provinsi Jawa Tengah tahun 2016 sebesar 17,7%, tahun 2017 sebesar 18,84% dan tahun 2018 sebesar 18,70%. (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah, 2020)

Data Dinas Kesehatan Kota Surakarta tahun 2018, diketahui bahwa penyakit hipertensi merupakan penyebab kematian nomor tiga terbanyak di Kota Surakarta yaitu sebanyak 254 orang. Kasus yang ditemukan pada tahun 2018 dari laporan puskesmas sebanyak 67.827 kasus. Telah terjadi peningkatan jika dibandingkan dengan jumlah kasus tahun 2017 sebanyak 54.691 kasus (Dinas Kesehatan Surakarta, 2018)

Penyakit hipertensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor risiko seperti umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik, kebiasaan merokok, konsumsi garam, konsumsi lemak jenuh, kebiasaan minum-minuman beralkohol, obesitas, kurang aktivitas fisik, stress dan penggunaan estrogen. Selain faktor tersebut ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang terkena hipertensi yaitu masih kurangnya pengetahuan dan sikap mengenai hipertensi (Sofiana et al., 2018).

Manajemen nyeri hipertensi bertujuan untuk mengurangi atau menghilangkan rasa sakit dan tidaknyaman. Secara umum manajemen nyeri hipertensi ada dua yaitu manajemen farmakologi (obat-obatan) dan manajemen non farmakologi. Menangani nyeri yang dialami pasien melalui intervensi farmakologis adalah dilakukan oleh dokter dengan pemberian obat-obatan seperti analgesik. Pada intervensi non farmakologi menangani pasien nyeri bisa dilakukan seperti bimbingan antisipasi, distraksi, masase kulit, hipnosis kulit, memberikan pengetahuan tentang respon fisiologis (*Biofeedback*), memberikan kompres, mandi air hangat atau disebut stimulasi kutaneus (Syidatul, 2019).

Kompres merupakan salah satu tindakan non farmakologis untuk mengatasi menghilangkan nyeri atau mengurangi nyeri adalah menggunakan kompres hangat, dimana kompres hangat dapat memberikan rasa hangat pada daerah tertentu, karena rasa hangat yang diberikan mampu mendilatasi pembuluh darah dan suplai oksigen menjadi lancar dan meredakan ketegangan, akibatnya nyeri dapat berkurang (Syidatul, 2019).

Kompres hangat jahe bisa meredakan atau mengurangi ketegangan, sehingga nyeri kepala yang di alami penderita hipertensi dapat berkurang. Dari hasil penelitian terjadi penurunan skala nyeri setelah diberikan kompres hangat jahe. Ini dibuktikan bahwa ada pengaruh dari setelah diberikan kompres hangat jahe dalam menurunkan skala nyeri kepada pasien hipertensi, dan respon responden mengatakan mereka merasa rileks ketika diberikan kompres hangat jahe (Syidatul, 2019).

Metode pengobatan dari luar ini biasanya dengan cara memberi kompres air hangat jahe ini dengan meletakkan waslap lembab dan hangat yang diletakkan pada area leher penderita hipertensi, ini dapat memvasodilatasi pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lancar, mengurangi kaku dan mengurangi nyeri. Kompres hangat jahe menurunkan nyeri melalui tahap transmisi, dimana pada tahapan ini sensasi hangat pada kompres hangat jahe menghambat mediator inflamasi, sehingga akan meningkatkan ambang rasa nyeri sehingga terjadi penurunan tingkat nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian Syidatul (2019), dengan judul pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap skala nyeri kepala hipertensi pada lansia di Posyandu Lansia Karang Werdha Rambutan Desa Burneh Bangkalan. Hasil penelitian didapatkan ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri kepala hipertensi pada lansia. Hal ini dibuktikan dengan adanya penurunan skala nyeri kepala hipertensi pada lansia sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat jahe. Dimana sebelum dilakukan terapi sebagian besar responden merasakan nyeri sedang sebesar 55,6% dan setelah diberikan kompres hangat jahe ada penurunan skala nyeri dimana sebagian besar lansia merasakan nyeri ringan sebesar 75%.

Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan terhadap 10 orang responden penderita hipertensi diketahui bahwa jenis pengobatan yang mereka lakukan selama ini dengan berobat ke puskesmas atau dokter. Semua responden menyatakan belum pernah melakukan terapi kompres hangat dengan jahe dan tidak mengetahui manfaat terapi kompres air hangat dengan jahe bagi penderita hipertensi.

Dari masalah yang ada peneliti akan melakukan tindakan dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat dengan media *booklet* tentang efektivitas pemberian kompres hangat dengan jahe terhadap skala nyeri kepala pada pasien hipertensi dengan media booklet.

Tujuan dari pemberian kompres hangat jahe pada penderita hipertensi adalah sebagai terapi alternatif yang dapat dilakukan pasien hipertensi secara mandiri di rumah ketika mengalami nyeri kepala dan mengetahui efektivitas pemberian kompres hangat jahe terhadap skala nyeri kepala pada pasien hipertensi

Manfaat dari pemberian media *booklet* ini, diharapkan memberikan informasi kepada masyarakat khususnya bagi penderita hipertensi tentang cara mengatasi nyeri kepala dengan melakukan terapi yang sederhana dan mudah dilakukan secara mandiri dengan cara mengompres bagian tengkuk menggunakan kompres hangat jahe.

Sehingga dengan adanya *booklet* tentang terapi kompres hangat jahe untuk mengurangi nyeri kepala penderita hipertensi diharapkan dapat memberikan informasi untuk meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi tentang manfaat kompres hangat dengan jahe dalam mengatasi nyeri kepala pasien hipertensi dan penderita hipertensi yang mengalami nyeri kepala dapat mempraktekkan tentang terapi kompres hangat jahe secara mandiri melalui informasi yang didapatkan dari media booklet tersebut.

