

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tanpa memandang usia dan jenis kelamin, prevalensi hipertensi meningkat di seluruh dunia akibat kurangnya kesadaran dan kebiasaan hidup sehari-hari yang buruk atau tidak sehat. Tekanan darah tinggi menambah risiko signifikan, dengan pengukuran tekanan darah menjadi salah satu cara untuk deteksi dini terhadap faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) seperti penyakit jantung koroner, stroke, gangguan fungsi ginjal, dan hipertensi. Penyakit-penyakit ini merupakan penyebab utama kematian. Namun, sering terjadi kesalahpahaman bahwa hipertensi adalah kondisi umum yang tidak memerlukan perhatian khusus dan penanganan segera (Putri & Devi, 2022).

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah terlalu tinggi, ditandai dengan tekanan sistolik melebihi 140 mmHg atau tekanan diastolik melebihi 90 mmHg pada dua pengukuran dengan interval 5 menit saat pasien dalam keadaan tenang atau beristirahat. Banyak orang tidak menyadari mereka menderita hipertensi sebelum melakukan pemeriksaan tekanan darah karena kondisi ini sering kali tidak menunjukkan gejala.

Oleh karena itu, tekanan darah tinggi terkadang disebut sebagai “*The silent killer*” atau penyakit yang diam-diam membunuh, hal ini karena tekanan darah tinggi seringkali berkembang tanpa gejala, dan penderitanya baru menyadarinya setelah terjadi komplikasi (Mauliddia, 2022).

World Health Organization (WHO) memperkirakan terdapat 1,28 miliar orang dewasa berusia antara 30 sampai 79 tahun yang memiliki hipertensi di seluruh dunia. Dari jumlah orang dewasa tersebut, 46% tidak menyadari bahwa mereka menderita penyakit ini, 42% didiagnosis dan diobati untuk hipertensi, dan sekitar 1 dari 5 orang dewasa dari mereka yang menderita penyakit ini yang

mampu mengendalikannya. Diperkirakan bahwa 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi di seluruh dunia, dan 9,5 juta orang akan meninggal akibat komplikasi dari penyakit ini (WHO, Hypertension, 2023).

Prevalensi kasus hipertensi di Jawa Tengah memiliki kemungkinan 40,17% pada wanita lebih besar untuk terkena hipertensi dibandingkan laki-laki (34,83%), dengan perkiraan 8.494.296 orang (29,3% dari total penduduk) diperkirakan akan bertambah pada tahun 2022. Dari perkiraan total penduduk, 5.992.684 orang atau 70,55% masyarakat sudah menerima pengobatan atau perawatan medis (Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2022). Data Dinas Kesehatan Karanganyar menunjukkan estimasi jumlah penderita hipertensi \geq 15 Tahun meningkat sebanyak 154.812 penderita hipertensi dari total penduduk 947.642 orang di Kabupaten Karanganyar (Dinkes Kabupaten Karanganyar, 2022).

Indikasi dan gejala hipertensi dapat bervariasi. Gejala-gejalanya, seperti sakit kepala, penglihatan kabur atau mata berkunang-kunang, dan pusing, seringkali mirip dengan gejala penyakit lain. Gejala lain yang sering dilaporkan meliputi ketidaknyamanan atau nyeri pada tengkuk, pusing, dan pembengkakan pada pembuluh darah kapiler. Nyeri pada penderita hipertensi disebabkan oleh penyempitan pembuluh darah akibat vasokonstriksi, yang meningkatkan tekanan dalam pembuluh darah otak dan menyebabkan ketidaknyamanan bagi pasien hipertensi (Harahap, 2021).

Ada dua jenis terapi untuk menurunkan hipertensi, yaitu terapi nonfarmakologis dan farmakologis. Masyarakat lebih cenderung memilih obat-obatan daripada terapi lain untuk menurunkan hipertensi dengan lebih cepat. Mereka kurang memperhatikan efek samping terapi farmakologis, yang sebenarnya perlu diwaspadai. Penting untuk melibatkan masyarakat dalam terapi nonfarmakologis (komplementer), seperti aktivitas fisik atau olahraga, teknik relaksasi, mengurangi konsumsi makanan tinggi garam, berhenti merokok, dan menerapkan gaya hidup sehat. Pengendalian hipertensi dan komplikasinya dapat dilakukan dengan terapi farmakologis menggunakan obat-obatan atau terapi

nonfarmakologis seperti kompres hangat pada bagian yang bergejala (Mauliddia, 2022).

Kompres hangat adalah kompres yang dibuat dengan botol air panas atau kantong air panas yang dibungkus kain. Metode yang digunakan disebut konduksi, di mana panas ditransfer dari botol air panas ke tubuh, menyebabkan pembuluh darah melebar dan otot-otot menjadi rileks, sehingga mengurangi atau menghilangkan ketidaknyamanan dan nyeri. Kompres hangat sangat efektif untuk meredakan atau mengurangi nyeri. Kompres ini memiliki efek fisiologis yang dapat melunakkan jaringan fibrosa, mengendurkan otot, mengurangi atau menghilangkan rasa tidak nyaman atau nyeri, dan meningkatkan aliran darah (Harahap, 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purwandari (2024), penerapan kompres hangat selama tiga hari berturut-turut berhasil mengurangi skala nyeri kepala pada pasien hipertensi dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi 2 (nyeri ringan). Hal ini menunjukkan adanya penurunan nyeri pada pasien hipertensi setelah intervensi kompres hangat pada leher. Sedangkan penelitian oleh Rosyida (2023) menunjukkan bahwa penerapan kompres hangat selama tiga hari, dengan frekuensi satu kali sehari selama 15 menit, mampu mengurangi skala nyeri pada pasien hipertensi dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi 1 (nyeri ringan). Analisis dengan uji Wilcoxon menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan dari kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri kepala pada pasien hipertensi, dengan nilai $P = 0,003 < 0,05$. Ini menunjukkan bahwa terapi kompres hangat efektif dalam menurunkan skala nyeri kepala pada pasien hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada bulan Mei 2024 yang difokuskan di bangsal Teratai 3 RSUD Kartini Karanganyar. Dari data rekam medis yang ada di bangsal tersebut menunjukkan sejumlah 11 orang mengalami penyakit hipertensi dari total 32 tempat tidur. Hasil dari wawancara tersebut, terdapat 2 responden mengatakan memiliki penyakit hipertensi dengan adanya keluhan nyeri kepala ataupun leher. Berdasarkan fenomena di atas, peneliti akan melakukan penerapan kompres hangat di leher untuk menurunkan

nyeri kepala terhadap penurunan tekanan darah. Peneliti berinovasi menggunakan kompres air hangat sebagai alat bantu untuk menurunkan tekanan darah pasien. Penulis juga ingin memberikan wawasan dan terapi non farmakologis untuk diterapkan di Rumah Sakit khususnya di RSUD Kartini Karanganyar. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis tertarik melakukan penerapan tentang “Penerapan Kompres Hangat di Leher Untuk Menurunkan Nyeri Kepala pada Pasien Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi) di Bangsal Teratai 3 RSUD Kartini Karanganyar”.

B. Rumusan Masalah

Menderita hipertensi akan muncul tanda dan gejala yaitu salah satu tengkuk terasa nyeri, salah satu terapi nonfarmakologis yang digunakan untuk meredakan nyeri salah satunya dengan kompres hangat dengan penerapan kompres hangat pada leher adalah untuk membantu menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi dengan skala nyeri (4 – 6) sedang. Maka dapat dirumuskan masalah “Bagaimana penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi nyeri di kepala pada pasien tekanan darah tinggi atau hipertensi?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui asuhan keperawatan khususnya implementasi dalam pemberian penerapan kompres hangat pada leher untuk mengaplikasikan nyeri di kepala terhadap penurunan tekanan darah atau hipertensi di Ruang Teratai RSUD Kartini Karanganyar.

Tujuan umum penerapan ini adalah mengetahui efektifitas penerapan kompres hangat pada leher terhadap skala nyeri kepala pada klien hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada pasien Hipertensi dengan nyeri kepala di Ruang Teratai 3 RSUD Kartini Karanganyar
- b. Mendeskripsikan tekanan darah dan gejala nyeri kepala/leher sebelum dan sesudah dilakukan tindakan kompres hangat

- c. Mengetahui perbedaan nyeri pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan implementasi kompres hangat di Ruang Teratai RSUD Kartini Karanganyar
- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Untuk meningkatkan pengetahuan mengenai perawatan dan pengobatan non farmakologis untuk menurunkan nyeri di kepala terhadap tekanan darah.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut mengenai Penerapan kompres hangat pada leher terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi
- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian dibidang keperawatan tentang Penerapan kompres hangat pada leher terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi dimasa yang akan mendatang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan

3. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi pembanding dan pemecah masalah untuk penelitian tentang Penerapan kompres hangat pada leher terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi di kemudian hari.