

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT JAHE TERHADAP SKALA
NYERI KEPALA HIPERTENSI
DENGAN MEDIA BOOKLET**

Yoga Pratama, Sri Hartutik
yogapratama@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang; Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi. Secara umum manajemen nyeri hipertensi ada dua yaitu manajemen farmakologi (obat-obatan) dan manajemen non farmakologi. Pada intervensi non farmakologi menangani pasien nyeri bisa dilakukan dengan pemberian kompres air hangat dengan jahe. **Deskripsi Desain Yang Dihasilkan;** media luaran yang dihasilkan dalam pembuatan proyek tugas akhir ini adalah media Booklet dengan tema “Terapi Hipertensi Menggunakan Kompres Hangat dengan Jahe”. **Luaran yang dicapai;** Dalam penelitian ini kompres hangat dengan jahe sangat efektif dalam mengatasi nyeri kepala pasien hipertensi. Kompres hangat akan memberikan energi panas melalui konduksi, dimana panas tersebut dapat menyebabkan vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah), meningkatkan relaksasi otot sehingga meningkatkan sirkulasi dan menambah pemasukan, oksigen, serta nutrisi ke jaringan. Kandungan dalam jahe seperti Gingerol dapat menimbulkan rasa hangat sehingga membuat pembuluh darah terbuka (vasodilatasi) dan memperlancar sirkulasi sehingga suplai makanan dan oksigen menjadi lebih baik. **Kesimpulan;** Kompres hangat jahe dipercaya bisa meredakan atau mengurangi ketegangan, sehingga nyeri kepala yang di alami penderita hipertensi dapat berkurang.

Kata Kunci : *Kompres Hangat Jahe, Hipertensi, Booklet*