

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan suatu tantangan kesehatan masyarakat secara global, dimana dapat mengurangi kualitas hidup secara signifikan dan juga merupakan salah satu faktor risiko yang sangat berkaitan erat dengan penyakit kardiovaskuler dan mortalitas atau kematian pada usia muda akibat penyakit hipertensi. Prevalensi hipertensi diperkirakan akan meningkat seiring dengan meningkatnya populasi dan usia. Secara global, prevalensi hipertensi diperkirakan 22%, dimana hipertensi dapat menyebabkan 7,5 juta kematian di seluruh dunia, yang mewakili sekitar 12,8% dari total semua kematian dan tekanan darah tinggi diidentifikasi sebagai faktor risiko utama untuk penyakit jantung koroner, penyakit ginjal, dan stroke. Selain itu, hipertensi akan menambah beban ekonomi yang secara tidak langsung juga akan mempengaruhi kesejahteraan baik di tingkat rumah tangga, regional maupun nasional (Akbar Hairi, 2020).

*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 2010 dan 2030 (WHO, 2023).

Di Indonesia prevalensi 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). Tren presentase hipertensi di Provinsi Lampung mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 7,4 % dan menjadi 15,1% pada tahun 2018 (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2018). Pada tahun 2018 ini hipertensi masih menjadi puncak dalam 10 besar penyakit tidak menular di puskesmas

Provinsi Lampung dengan jumlah kasus sebanyak 545,625 (62,41%) kemudian disusul dengan diabetes mellitus (20,87%), obesitas (11,82%) dan berbagai penyakit tidak menular lainnya (Kemenkes RI, 2018).

Hipertensi sekarang jadi masalah utama kita semua, tidak hanya di Indonesia tapi di dunia, karena hipertensi merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes dan stroke (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. 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 (Rikesdas, 2019).

Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah mencapai 37,57%. Sementara itu, prevalensi hipertensi pada perempuan sebanyak 40,17% lebih tinggi daripada laki-laki sebanyak 34,83%. Prevalensi hipertensi di wilayah perkotaan sebanyak 38,11% sedikit lebih tinggi jika dibandingkan dengan perdesaan sebanyak 37,01%. Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Tengah tahun 2021, kasus hipertensi tertinggi berada di Kota Semarang yaitu mencapai 67.101 kasus dan prevalensinya sebanyak 19,56%. Kota Semarang juga menduduki peringkat pertama untuk kejadian hipertensi pada usia produktif sebanyak 510 pasien (Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2021). Kasus hipertensi di Kota Semarang mengalami peningkatan setiap tahunnya (Dinkes Kota Semarang, 2022).

Peningkatan hipertensi ini terjadi karena adanya perubahan pola dan gaya hidup modern yang lebih menyukai semua dalam bentuk instan sehingga menyebabkan *sedentary lifestyle*. Sebab dari itu diperlukan adanya perbaikan dan peningkatan gaya hidup sehat supaya dapat menekankan penurunan kasus hipertensi. Sedangkan prevalensi angka kejadian hipertensi di kota Surakarta sebanyak 92.614 jiwa, Kecamatan Jebres sebanyak 23.398 jiwa, di Kelurahan Pucangsawit prevalensi kejadian hipertensi sebanyak 4.288 penderita (Profil Kesehatan Surakarta, 2022). Berdasarkan data dari Puskesmas Pucang Sawit diperoleh data bahwa 61 orang mengalami hipertensi di Kampung Sewu.

Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah lebih tinggi dari batas normal yaitu untuk sistolik  $\geq 140$  mmHg dan untuk diastolik  $\geq 90$  mmHg. Penyakit hipertensi biasa dikenal dengan sebutan *the silent disease* karena penderita tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi sebelum melakukan pemeriksaan tekanan darah ke fasilitas pelayanan kesehatan. Hipertensi bisa menyebabkan serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan bahkan dapat berdampak pada terjadinya gagal ginjal kronik jika tidak segera ditangani (Casmuti & Arulita, 2023). Hipertensi apabila tidak segera ditangani dengan tepat dan segera akan terjadi komplikasi sebagai berikut yaitu penyakit kardiovaskular, yang dapat berupa penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, penyakit ginjal kronik, kerusakan retina mata, maupun penyakit vaskular perifer (Yulanda Glenys, 2020).

Hipertensi mengakibatkan keadaan yang berbahaya sering kali tidak disadari dan kerap tidak menimbulkan keluhan. Hipertensi merupakan penyakit yang dapat menyerang siapa saja, baik muda maupun tua. Hipertensi juga sering disebut sebagai *silent killer* karena termasuk penyakit yang jantung, dan merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik (Novita Sari Wulan, 2020). Banyak faktor yang berpengaruh pada tekanan darah. Faktor tersebut berupa keturunan, usia, garam, kolesterol, obesitas/kelebihan berat badan, merokok, stres, dan kurangnya berolahraga (Tantri, Sri, 2023). Tanda dan gejala hipertensi sangat bervariasi dimulai dengan tanpa gejala, sakit kepala ringan ataupun gejala lain yang hampir sama dengan penyakit lainnya. Gejala-gejalanya itu adalah sakit kepala/rasa nyeri dileher, pusing (vertigo), jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan (Maulana Nova, 2022). Biasanya individu yang mengalami hipertensi akan memiliki salah satu tanda akan muncul tanda seperti tengguk terasa nyeri (K Natalia Chantika, 2023). Studi di Cina tentang kejadian nyeri leher dalam waktu setahun menunjukkan terjadinya nyeri leher disetiap usia. Seperti pada usia 19-29 tahun terdapat 42,9% populasi, usia 30-39 tahun terdapat 48,5% populasi dan paling tinggi presentase pada usia 40-49 tahun yaitu 57,5% (Weeke, Lucky, 2020).

Nyeri yang dirasakan disebabkan karena kerusakan vaskuler akibat dari hipertensi tampak jelas pada seluruh pembuluh perifer. Perubahan struktur dalam arteri-arteri kecil dan arteriola menyebabkan penyumbatan pembuluh darah. Bila pembuluh darah menyempit maka aliran arteri akan terganggu. Pada jaringan yang terganggu akan terjadi penurunan O<sub>2</sub> (oksigen) dan peningkatan CO<sub>2</sub> (karbondioksida) kemudian terjadi

metabolisme anaerob dalam tubuh yang meningkatkan asam laktat dan menstimulasi peka nyeri kapiler pada otak (Sari et al., 2021). Apabila nyeri pada leher tidak segera ditangani ataupun tidak segera diobati akan dapat menyebabkan gangguan dalam kegiatan sehari-hari (Dewi, 2020).

Nyeri itu sendiri dapat ditangani dengan beberapa cara, penatalaksanaan tersebut dapat dibagi menjadi dua, yang pertama adalah melalui farmakologi dan juga non farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi kerap dilakukan dengan pemberian obat analgesik (obat yang digunakan sebagai pereda nyeri) walaupun penggunaan teknik farmakologis dengan pemberian analgesik memberikan efek yang baik untuk pereda rasa sakit pasien hipertensi namun hal tersebut dapat membuat efek samping yaitu ketika pasien bergantung pada obat tersebut dan akan merasa kurang apabila tidak mengkonsumsinya. Cara yang kedua dengan terapi non farmakologi dimana pemberian kompres hangat dilakukan dia bekerja dengan meningkatkan pemasukan nutrisi dan juga oksigen ke dalam otak dengan meregangkan dan juga melebarkan otot pembuluh darah sehingga karena adanya peningkatan rasa nyaman saat pemberian kompres hangat, Penerapan kompres hangat ini nilai dapat menurunkan skala nyeri (4 – 6) sedang dan membantu terjadinya pengurangan rasa nyeri kepala pasien hipertensi (K Natalia Chantika, 2023). Kompres hangat adalah suatu metode dalam penggunaan suhu hangat setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. Efek terapeutik pemberian kompres hangat diantaranya mengurangi nyeri, meningkatkan aliran darah, mengurangi kejang otot dan menurunkan kekakuan tulang sendi(Wati *et al*, 2023).

Tujuan Kompres hangat sendiri dapat meregangkan otot pada pembuluh darah dan melebarkan pembuluh darah sehingga hal tersebut dapat meningkatkan pemasukan oksigen dan nutrisi ke jaringan otak sehingga nyeri kepala berkurang dan meningkatkan rasa nyaman pada pasien hipertensi dengan nyeri kepala dengan penerapan kompres hangat pada leher adalah untuk membantu menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi dengan skala nyeri (4 – 6 ) sedang (Sabina & Ludiana, 2022).

Penelitian Fadlilah (2019), juga menunjukkan ada pengaruh yang signifikan skala nyeri leher sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri leher, sehingga dapat meningkatkan rasa nyaman pada penderita hipertensi. Berdasarkan latar belakang dan fenomena diatas penulis tertarik melakukan

literatur review dengan judul “Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Rasa Nyaman Pada Penderita Hipertensi”.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nazar. Dkk, 2023) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kompres hangat pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi dimana kelompok yang diberikan kompres hangat pada leher lebih efektif untuk menurunkan nyeri kepala dari pada kelompok yang tidak diberikan kompres hangat. Hal ini dibuktikan penurunan intensitas nyeri kepala pada kelompok yang diberikan kompres hangat lebih baik dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan kompres hangat. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan studi mengenai dampak atau efek penerapan pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada pasien hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan penulis pada tanggal 02 Februari 2024 dari hasil wawancara dan observasi terhadap lansia penderita hipertensi di Kampung Sewu, Sewu, Jebres, Surakarta diperoleh data bahwa dari 61 orang mengalami hipertensi, dari 41 orang tidak merasakan nyeri pada saat tekanan darah naik dan 20 orang yang mengalami nyeri kepala saat tekanan darah naik didapatkan 15 orang. Dari 15 orang didapatkan 5 orang rutin mengonsumsi obat antihipertensi, 4 orang mengatakan mengonsumsi jamu, 3 orang mengatakan rutin menjalani senam antihipertensi di posyandu terdekat, dan 3 orang mengatakan belum mengetahui terapi kompres hangat untuk mengurangi nyeri leher. Maka dari uraian diatas, penulis tertarik untuk mengambil judul “Penerapan Teknik Kompres Hangat Di Leher Terhadap Nyeri Pada Penderita Hipertensi”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka didapatkan rumusan yaitu “Bagaimana penerapan terapi kompres hangat di leher terhadap nyeri pada penderita hipertensi?”

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hasil implementasi terapi kompres hangat pada leher terhadap penurunan nyeri kepala pada penderita hipertensi

## **2. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini adalah

1. Mendiskripsikan intensitas nyeri sebelum dilakukan pemberian kompres hangat pada leher.
2. Mendiskripsikan intensitas nyeri sesudah dilakukan pemberian kompres hangat pada leher.
3. Mendiskripsikan perbandingan nyeri penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat pada leher.

## **C. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi:

### **1. Bagi Puskesmas**

Memberikan masukan kepada instansi kesehatan terutama dinas kesehatan melalui puskesmas sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan dalam rangka membuat program kesehatan yang lebih tepat sasaran guna menurunkan angka kejadian hipertensi di wilayah kampung sewu

### **2. Bagi Masyarakat**

Dengan penerapan ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepadapembaca hasil tulisan secara luas tentang kompres hangat pada leher untuk mengurangi nyeri kepala pada penderita hipertensi.

### **3. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi lebih lanjut yang berhubungan langsung dengan pengaruh pemberian teknik relaksasi terhadap penurunan nyeri kepala pada penderita hipertensi.

### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Sebagai bahan tambahan ilmu pengetahuan dan pengembangan wawasan serta menambah pengalaman dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan yang berhubungan langsung dengan masalah penelitian ini.

