

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi (tekanan darah tinggi) terjadi ketika tekanan dalam pembuluh darah terlalu tinggi (140/90 mmHg atau lebih tinggi). Kondisi ini umum terjadi tetapi dapat menjadi serius jika tidak diobati. Orang dengan tekanan darah tinggi mungkin tidak merasakan gejala. Satu-satunya cara untuk mengetahuinya adalah dengan memeriksakan tekanan darah (WHO, 2023). Hipertensi sering menyebabkan perubahan pada pembuluh darah yang dapat mengakibatkan semakin tingginya tekanan darah. Pengobatan awal pada hipertensi sangatlah penting karena dapat mencegah timbulnya komplikasi pada beberapa organ tubuh seperti jantung, ginjal, dan otak (Wulandari et al., 2023).

Dampak hipertensi apabila tidak teratasi dapat menyebabkan kerusakan arteri didalam tubuh sampai organ seperti gagal jantung, stroke, kerusakan ginjal, retinopati hingga kebutaan (Falo et al., 2023). Dampak hipertensi secara fisik dapat dilihat dengan adanya penyumbatan arteri koroner dan infark, hipertrofi ventrikel kiri, gagal jantung, memicu gangguan serebrovaskuler dan arteriosklerosis koroner, serta menjadi penyebab utama kematian. Dampak secara psikologis pada penderita hipertensi diantaranya pasien merasa hidupnya tidak berarti akibat kelemahan dan proses penyakit hipertensi yang merupakan long life disease. Disamping itu, dengan adanya peningkatan darah ke otak akan menyebabkan lansia sulit berkonsentrasi dan tidak nyaman, sehingga akan berdampak pada hubungan sosial yaitu tidak mau bersosialisasi, yang pada akhirnya dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan menimbulkan mempengaruhi kualitas hidup penderita hipertensi (Prastika & Siyam, 2021).

Jumlah penderita hipertensi menurut data dari WHO (2023) sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia, dengan sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki hipertensi. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini diseluruh dunia.

1 dari 3 orang Indonesia mengidap hipertensi, bahkan angka ini terus meningkat setiap tahunnya. Prevalensi hipertensi di Indonesia sangat besar yaitu sebesar 34,1% berdasarkan survei nasional. Prevalensi hipertensi pada laki-laki

(50,3%) lebih tinggi dibandingkan perempuan (49,7%). Penderita hipertensi di Indonesia didominasi dengan orang yang bertempat tinggal di perkotaan dengan persentase 58,6%, sementara di pedesaan 41,4%. Penderita hipertensi dengan status ekonomi terbawah sebanyak 14,65 %, menengah bawah sebanyak 18,25%, menengah sebanyak 21,08 %, menengah atas sebanyak 23,12%, dan teratas dengan 22,87% (Kemenkes RI, 2023).

Prevalensi hipertensi Jawa Tengah berdasarkan data dari Profil Kesehatan Jawa Tengah 2023 bahwa terdapat 8.554.672 penderita hipertensi yang berusia  $\geq 15$  tahun, dengan 6.716.006 atau 78,51% diantaranya sudah mendapat pelayanan kesehatan. Penderita hipertensi pada perempuan (51,61%) lebih banyak dibandingkan laki-laki (48,39%) (Dinkes Jawa Tengah, 2023). Kasus hipertensi yang ditemukan di Surakarta pada tahun 2023 sebanyak 67.355 kasus, mengalami penurunan jika dibandingkan dengan jumlah kasus tahun 2022 sebanyak 92.614 kasus. Hal tersebut dikarenakan semakin optimalnya upaya penemuan kasus melalui pelayanan kesehatan dalam gedung maupun di luar gedung seperti integrasi kegiatan PIS-PK, Posbindu PTM dan jejaring fasyankes lain (Dinkes Surakarta, 2023).

Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi yang dibagi dalam dua kelompok besar, yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olah raga dan lainlain. Untuk terjadinya hipertensi perlu peran faktor risiko tersebut secara bersamaan (*common underlying risk factor*), dengan kata lain satu faktor risiko saja belum cukup menyebabkan timbulnya hipertensi (Rahmadhani, 2021).

Keluhan yang sering muncul pada penderita hipertensi cukup banyak seperti sakit kepala saat terjaga (terkadang disertai mual dan muntah akibat peningkatan intrakranium), penglihatan kabur akibat kerusakan hipertensif pada retina, cara berjalan mulai terganggu karena mulai adanya kerusakan susunan saraf pusat, nokturia yang disebabkan peningkatan aliran darah ginjal dan filtrasi glomerulus, edema dependen dan pembengkakan akibat peningkatan tekanan kapiler. Namun tanda dan gejala yang khas dijumpai pada penderita hipertensi adalah nyeri kepala. Nyeri kepala pada pasien hipertensi memiliki ciri-ciri seperti nyeri kepala yang terasa berat di tengkuk namun tidak berdenyut, kebanyakan nyeri kepala berasal dari meningkatnya aliran darah pada pembuluh darah di otak. Proses ini menyebabkan penyempitan pembuluh darah yang merupakan alasan utama seseorang mengalami nyeri kepala

(Supriadi et al., 2024).

Nyeri kepala pada pasien hipertensi umumnya bersifat tumpul hingga berdenyut dan dapat memengaruhi kualitas hidup pasien. Penanganan nyeri kepala seringkali dilakukan dengan pemberian obat analgesik, namun penggunaan obat jangka panjang berisiko menimbulkan efek samping. Oleh karena itu, diperlukan alternatif non-farmakologis yang aman dan mudah diterapkan, salah satunya adalah terapi kompres air hangat (Vitriya, 2022).

Penatalaksanaan nyeri terbagi menjadi dua, yaitu dengan pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Secara farmakologis dapat dilakukan dengan memberikan analgesik, walaupun penggunaan analgesik sangat efektif untuk mengatasi nyeri tetapi penggunaan analgesik akan menyebabkan kecanduan obat dan akan menimbulkan efek samping yang di timbulkan terhadap pasien (Hangat, 2021). Sementara itu teknik non farmakologis relatif lebih aman karena tidak menimbulkan efek samping yang berat. Salah satu terapi non farmakologis untuk mengurangi nyeri adalah dengan kompres air hangat. Kompres air hangat dapat dijadikan salah terapi farmakologis untuk menurunkan nyeri yang efektif pada beberapa kondisi, terapi kompres panas bekerja dengan menstimulasi reseptor tidak nyeri (nonnosiseptor) dalam reseptor yang sama seperti pada cedera (Romliyadi, 2021).

Kompres air hangat merupakan terapi sederhana yang dapat membantu melebarkan pembuluh darah (vasodilatasi), melancarkan aliran darah, serta mengurangi ketegangan otot, yang pada akhirnya dapat menurunkan intensitas nyeri. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa aplikasi kompres hangat di area leher atau pundak dapat memberikan efek relaksasi dan penurunan nyeri kepala. Namun, efektivitas intervensi ini khususnya pada pasien hipertensi dengan keluhan nyeri kepala masih perlu diteliti lebih lanjut (Navita, 2024).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rosyida et al (2023) bahwa pemberian kompres air hangat dapat menurunkan skala nyeri kepala pada penderita hipertensi. Pemberian kompres air hangat di leher dilakukan 1 kali sehari pada pagi hari, selama 3 hari dengan durasi 15 menit. Pada hari pertama sebelum diberikan kompres air hangat responden memiliki skala nyeri 6 (sedang). Setelah diberikan kompres air hangat selama 15 menit skala nyeri menurun menjadi 4 (sedang). Pada hari ke dua sebelum diberikan kompres air hangat didapatkan skala nyeri 5 (sedang). Setelah diberikan diberikan kompres air hangat selama 15 menit skala nyeri menurun menjadi 3 (ringan). Kemudian

di hari ketiga sebelum diberikan kompres air hangat didapatkan skala nyeri 3 (ringan), dan setelah diberikan kompres air hangat selama 15 menit menjadi skala nyeri 1 (ringan). Hal ini juga sejalan dengan penelitian Setyobudhi et al, (2024) bahwa terdapat penurunan skala nyeri kepada pada penderita hipertensi setelah diberikan kompres air hangat di leher selama 3 hari.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 20 april 2025 wawancara dengan 6 penderita hipertensi di RT 04/RW 02 Kelurahan Joyotakan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta didapatkan 4 dari 6 lansia rutin cek tekanan darah di puskesmas dan rutin meminum obat yang diberikan dari puskesmas, sedangkan 2 dari 6 lansia tersebut jarang melakukan cek tekanan darah dan jarang meminum obat terkadang tidak meminum obat sama sekali. Terapi yang sudah dilakukan oleh ke dua responden tersebut yaitu dengan kompres air hangat pada leher, hasil data kedua responden mengeluh pusing hingga tengkuk terasa berat. Kedua responden hanya mengonsumsi obat dari pukesmas. Kedua responden kepada Ny. S dan Ny A mengatakan belum mengetahui terapi kompres air hangat pada leher untuk menurunkan skala nyeri kepala dan belum mengetahui manfaat terapi kompres air hangat pada leher untuk menurunkan skala nyeri kepala dan dapat menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan uraian dan latar belakang diatas tersebut penulis tertarik mengambil topik dalam karya ilmiah akhir ners dengan judul “penerapan kompres air hangat pada leher untuk menurunkan skala nyeri kepala pada penderita hipertensi”.

#### **A. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang di atas menjadi rumusan masalah pada studi kasus adalah “Bagaimana Penerapan Kompres Air Hangat pada Leher Untuk terhadap Skala Nyeri Kepala pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Joyontakan?”

#### **B. Tujuan Penelitian**

##### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hasil implementasi dari Penerapan Kompres Air Hangat pada Leher Untuk Menurunkan Skala Nyeri Kepala pada Penderita Hipertensi di Kelurahan joyontakan

##### **2. Tujuan Khusus**

a. Mendeskripsikan skala nyeri kepala sebelum diberikan kompres air

hangat di leher pada penderita hipertensi

- b. Mendeskripsikan skala nyeri kepala setelah diberikan kompres air hangat di leher pada penderita hipertensi
- c. Mendeskripsikan perkembangan skala nyeri kepala sebelum dan setelah dilakukan penerapan kompres air hangat pada leher untuk menurunkan skala nyeri kepala pada penderita hipertensi di Kelurahan Joyontakan
- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden

### **C. Manfaat**

#### 1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya dalam permasalahan yang serupa yang berhubungan dengan skala nyeri kepala pada penderita hipertensi.

#### 2. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian tentang terapi non farmakologis kompres air hangat bagi penderita hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka meningkatkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

#### 3. Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan dapat menerapkan terapi kompres air hangat pada leher secara mandiri



