BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

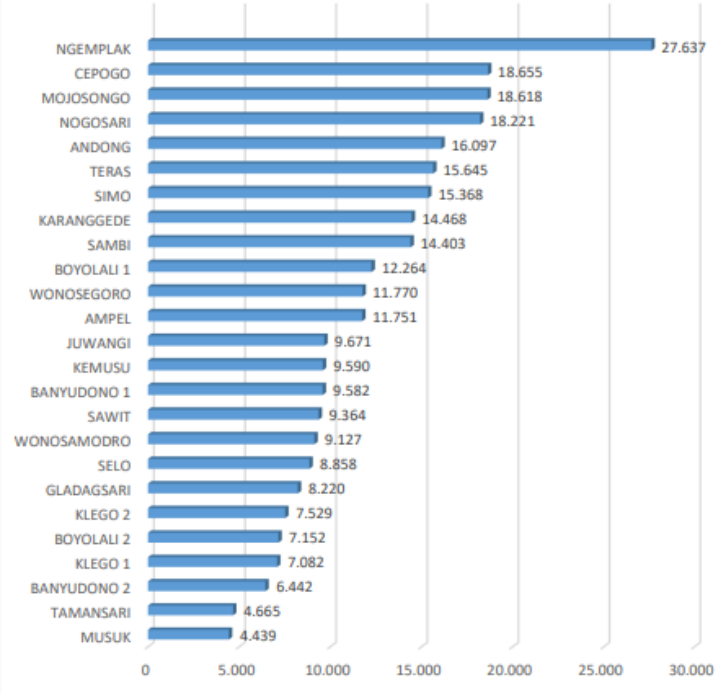
Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular aterosklerotik, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. Hipertensi menimbulkan risiko mortalitas dini, yang meningkat saat tekanan sistolik dan diastolik meningkat. Peningkatan tekanan darah yang berkepanjangan merusak pembuluh darah di organ jantung, ginjal, otak dan mata. Hipertensi termasuk masalah yang besar dan serius karena sering tidak terdeteksi meskipun sudah bertahun-tahun (Azizah et al., 2022). Hipertensi dikenal oleh masyarakat awam dengan sebutan "darah tinggi" karena kondisi ini memang mengindikasikan tingginya tekanan darah. Hipertensi dapat terjadi ketika tekanan sistol terukur ≥140 mmHg atau tekanan diastol terukur ≥90 mmHg (Riyada et al., 2024).

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Menurut *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa angka kejadian hipertensi secara global adalah 22%, di Asia Tenggara sekitar 25%, Afrika 27%, Amerika 18% dan Eropa 23%. Tahun 2025, data kejadian hipertensi dunia adalah 1,5 miliar orang atau sekitar 29% dari total penduduk dunia.

Berdasarkan hasil prevalensi hipertensi pada penduduk usia 45–54 tahun menjadi 45,3%, dan paling tinggi pada usia 55–64 tahun yaitu 55,2%. Dari total prevalensi 34,1% tersebut, hanya 8,8% yang telah terdiagnosis hipertensi. Selain itu, terdapat 13,3% penderita yang sudah terdiagnosis tetapi tidak menyadari kondisi hipertensinya, sehingga tidak memperoleh pengobatan yang diperlukan (Kemenkes, 2022).

Hipertensi adalah penyakit dengan prevalensi tertinggi di antara semua penyakit tidak menular di Jawa Tengah. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2023, angka kejadian hipertensi mencapai 76,0%. Angka ini meningkat pada tahun 2024 menjadi 76,5%. Memasuki tahun 2023, hingga

triwulan kedua, prevalensi hipertensi sudah mencapai 70,28%. Meskipun terlihat lebih rendah dibandingkan tahun sebelumnya, data ini belum mencerminkan keseluruhan tahun, sehingga masih berpotensi meningkat. Tingginya angka ini menunjukkan bahwa hipertensi tetap menjadi masalah kesehatan utama di Jawa Tengah. Masalah ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, stres, dan rendahnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Oleh karena itu, perlu ada upaya pencegahan dan pengendalian yang lebih baik untuk menurunkan angka kejadian hipertensi di masyarakat (Kemenkes, 2022).



Jumlah Kasus Hipertensi Per Puskesmas di Kabupaten Boyolali

Sumber : (Dinkes Boyolali, 2024)

Berdasarkan gambar diatas, kasus hipertensi ditingkat Kecamatan di Kabupaten Boyolali menunjukkan variasi yang cukup signifikan, Dimana kecamatan Ngemplak memiliki jumlah kasus tertinggi sebanyak 27.637 kasus, diikuti Cepogo sebanyak 18.655 kasus, dan Mojosongo sebanyak 18.618 kasus, sedangkan jumlah kasus terendah terdapat di Banyudono 2 sebanyak 6.442

kasus, diikuti Tamansari sebanyak 4.665 kasus, dan Musuk sebanyak 4.439 kasus (Dinkes Boyolali, 2024). Kecamatan Cepogo menduduki peringkat kedua sebagai wilayah dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak. Meskipun bukan berada pada peringkat pertama, Kecamatan Cepogo kondisi geografis yang menyebabkan akses menuju fasilitas pelayanan kesehatan relatif lebih jauh dibandingkan wilayah yang berbeda pada peringkat pertama. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penerapan penelitian di wilayah Kecamatan Cepogo.

Salah satu gejala yang menyertai tekanan darah adalah nyeri kepala. Gejala nyeri kepala memiliki prevalensi yang cukup tinggi di seluruh dunia sebesar 38,3%, dengan sekitar 2% orang dewasa muda mengeluhkan gejala nyeri kepala, 30% pada usia di atas 65 tahun, dan 33% pada usia 85 tahun. Serta nyeri kepala pada penderita berjenis kelamin perempuan lebih tinggi 46,9% dibandingkan laki-laki 42,3% (Ainun et al., 2024).

Banyak masyarakat yang belum mengerti cara mengontrol hipertensi dengan benar. Terapi hipertensi meliputi terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi menggunakan obat-obatan yang mengandung antihypertensive, sedangkan terapi non-farmakologi yaitu pengobatan yang berasal dari bahan-bahan alami. Terapi non farmakologi salah satunya adalah kompres hangat dengan jahe. Kompres hangat dengan jahe merupakan campuran air hangat dan juga parutan jahe yang sudah diparut sehingga akan ada efek panas dan pedas. Efek panas dan pedas dari jahe tersebut dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamine dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri (Fitria et al., 2025).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penurunan nyeri ini terjadi karena kombinasi efek hangat yang memberikan relaksasi pada pembuluh darah serta kandungan jahe yang memiliki sifat antiinflamasi dan analgesik alami. Dengan demikian, kompres hangat jahe dapat menjadi terapi non-farmakologis yang aman dan efektif, terutama bagi lansia, untuk membantu mengurangi nyeri

kepala akibat hipertensi dan mendukung pemulihan penyakit secara optimal. Kompres dengan jahe adalah salah satu cara untuk membantu mengurangi keluhan seperti nyeri pada pasien hipertensi dengan menggunakan parutan jahe 100 gr ke dalan baskom berisi air hangat 1 liter dengan suhu 40° kemudian peras dan letakkan pada leher selama 15 menit dengan pemberian 1 kali sehari selama 3 hari. Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah meningkat. Kondisi ini bisa menyebabkan nyeri kepala, mulai dari yang ringan sampai yang berat. Nyeri kepala pada penderita hipertensi biasanya terjadi karena adanya gangguan atau kerusakan pada pembuluh darah. Kompres hangat jahe adalah terapi komplementer yang sangat terjangkau, alami, dan efektif. Keunggulan utamanya meliputi biaya yang sangat murah, minimal risiko efek samping, dan kemudahan pembuatan (Fitria et al., 2025).

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah seseorang meningkat secara signifikan, yaitu mencapai atau melebihi 140/90 mmHg. Kondisi ini bisa menyebabkan berbagai gejala, salah satunya adalah nyeri kepala yang bisa ringan atau berat. Nyeri kepala pada penderita hipertensi terjadi karena adanya gangguan atau kerusakan pada pembuluh darah. Beberapa orang merasakan nyeri kepala lebih sering ketika tekanan darah mereka mencapai 150/100 mmHg atau lebih. Hipertensi yang berlangsung lama dan tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit serius seperti stroke, serangan jantung, dan gagal ginjal kronis. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan hipertensi antara lain usia di atas 50 tahun, riwayat keluarga dengan hipertensi, jenis kelamin, stres, serta gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, suka makan makanan khas, dan kurang berolahraga. Tekanan darah juga cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, terutama ketika seseorang telah lanjut usia (Syara et al., 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 13 penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cepogo, diperoleh data bahwa sebanyak 5 orang mengatakan rutin melakukan kontrol tekanan darah ke fasilitas pelayanan kesehatan, 2 orang melakukan kontrol hanya saat muncul keluhan, sedangkan 6 orang lainnya mengaku jarang melakukan kontrol kesehatan.

Seluruh penderita tersebut juga menyampaikan bahwa tekanan darah yang dimiliki sering mengalami kenaikan dan penurunan sehingga belum terkontrol secara stabil. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengelolaan hipertensi masih belum optimal dan memerlukan upaya tambahan untuk membantu mengurangi keluhan yang dirasakan oleh penderita.

Selain itu, dari 13 penderita hipertensi tersebut belum ada yang mengetahui maupun pernah melakukan terapi kompres hangat dengan jahe sebagai salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat membantu memberikan rasa nyaman dan mengurangi intensitas nyeri kepala. Hal tersebut menjadi dasar bagi peneliti untuk menerapkan kompres hangat dengan jahe sebagai salah satu upaya nonfarmakologis dalam membantu mengurangi nyeri kepala pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cepogo.

Berdasarkan studi pendahuluan ditemukan data yang dapat dari Dinas Kesehatan Kabupaten Boyolali mengatakan bahwa kecamatan cepogo dengan sebanyak 18.655 jiwa yang mengalami hipertensi. Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan "Penerapan Pemberian Kompres Hangat Dengan Jahe Terhadap Nyeri Kepala pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kabupaten Boyolali."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam karya tulis ilmiah ini adalah "Bagaimana penerapan kompres hangat dengan jahe terhadap nyeri kepala pada penderita hipertensi?"

C. Tujuan penerapan

1. Tujuan Umum

   Mendiskripsikan hasil implementasi pemberian kompres hangat dengan jahe terhadap nyeri kepala pada pasien hipertensi.

2. Tujuan Khusus

   a. Mendiskripsikan skala nyeri sebelum penerapan pemberian kompres hangat dengan jahe untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

b. Mendiskripsikan skala nyeri sesudah penerapan pemberian kompres hangat dengan jahe untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi.
c. Mendiskripsikan perbandingan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan penerapan pemberian kompres hangat dengan jahe untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

D. Manfaat Penerapan

Penelitian ini, diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Masyarakat

   Membudayakan pengelolaan nyeri kepala pada pasien hipertensi secara mandiri melalui penerapan Tindakan kompres hangat dengan jahe sebagai terapi nonfarmakologis.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan :
   a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang penerapan pemberian kompres hangat dengan jahe secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala.
   b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian dibidang keperawatan mengenai efektivitas kompres hangat dengan jahe terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi dimasa yang akan datang dalam rangka meningkatkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

3. Bagi Penulis

   Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan keperawatan khususnya penelitian tentang penerapan pemberian kompres hangat dengan jahe terhadap nyeri kepala pada pasien hipertensi.