

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling umum di seluruh dunia. Hipertensi memiliki etiologi multifaktorial, di mana faktor genetik serta psikososial dan lingkungan tampaknya saling mempengaruhi (Putri, N. A., & Saftarina, F., 2022). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2023), hipertensi merupakan faktor risiko utama bagi penyakit jantung, stroke, dan penyakit ginjal, yang dapat mengancam kesehatan serta kualitas hidup seseorang. Berdasarkan data (WHO, 2023), diperkirakan terdapat 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia yang menderita hipertensi. Sebagian besar kasus berasal dari negara-negara dengan ekonomi menengah ke bawah. Di Asia Tenggara, angka kejadian hipertensi pada tahun 2020 mencapai 39,9% (Laurenzia et al., 2022). Sedangkan prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2021 menunjukkan angka yang signifikan, dengan sekitar 34,1% dari populasi dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami hipertensi (Riskesdas, 2021).

DKI Jakarta memiliki proporsi penduduk yang hipertensi terbanyak, yaitu sebanyak 12,6%. Provinsi lain dengan proporsi penduduk hipertensi yang tergolong banyak adalah DI Yogyakarta, Sulawesi Utara, dan Kalimantan Timur dengan prevalensi di atas 10% (kata data, 2023). Penderita hipertensi seringkali mengalami nyeri kepala sebagai salah satu gejala yang muncul akibat tekanan

darah yang tinggi (Damawiyah, S., & Kamariyah, 2022). Penelitian Purqoti et al., (2021) menyebutkan sebanyak 58% pasien hipertensi mengalami gejala nyeri kepala. Sementara itu, Surya & Yusri, (2022) menunjukkan sebesar 73% pasien hipertensi mengalami nyeri kepala dengan nyeri ringan sebanyak 40%, 28% nyeri sedang dan 5% nyeri berat.

Berdasarkan data diatas menunjukkan tingginya prevelensi nyeri kepala pada pasien hipertensi. Sejalan dengan observasi awal penelitian pada 10 pasien di wilayah demangan ditemukan sebanyak 6 pasien hipertensi mengalami gejala nyeri kepala yang tinggi, sementara sebanyak 3 orang mengalami nyeri sedang dan 1 orang memiliki nyeri kepala ringan. Nyeri kepala pada pasien hipertensi dapat menyebabkan rendahnya kualitas hidupnya (Avelina, Y., & Natalia, 2021). Sehingga hal ini menjadi urgensi dalam penelitian. Penting untuk mengkaji penelitian terkait pengurangan nyeri kepala pada pasien hipertensi di wilayah dusun demangan kecamatan wuluhan kabupaten jember.

Terdapat dua cara yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri kepala pada pasien hipertensi, yaitu secara farmakologis dan nonfarmakologis. Secara farmakologis, obat-obatan dapat mengatasi masalah nyeri hipertensi, namun terdapat efek samping yang timbul akibat penggunaan obat-obatan tersebut (Surjoseto, R., & Sofyanty, 2022). Terdapat beberapa cara untuk mengatasi nyeri kepala secara nonfarmakologis, yaitu relaksasi, kompres dingin atau hangat, pijat lembut, menjaga pola hidup (Putri, 2020). Penelitian ini berfokus pada kompres hangat pada leher. Kompres hangat yang dapat merelaksasi otot, meningkatkan

mobilitas, mengurangi nyeri, dan menghilangkan kekakuan sendi (Freiwald et al., 2021).

Tujuan terapi kompres hangat adalah untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi nyeri, dan memberikan rasa nyaman dan tenang. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa pemberian kompres hangat dapat mengurangi rasa sakit secara signifikan pada petani berpengalaman (Imaniar & Sundari, 2020). Hal ini disebabkan kemampuan panas untuk mengurangi kejang otot akibat iskemia neuron, sehingga meningkatkan aliran darah dan vasodilatasi. Penggunaan kompres hangat menyebabkan hilangnya panas melalui mekanisme konduksi dan konveksi, mirip dengan intervensi sponging, dengan kehilangan panas secara konduksi, konveksi, dan evaporasi (Karra et al, 2019). Terapi kompres hangat efektif mengurangi nyeri pada punggung bagian bawah, dengan kisaran suhu yang dianjurkan 40°C hingga 43°C (Cahyaningsih et al., 2020). Sunarwan dkk (2022) juga menemukan terapi kompres hangat efektif meningkatkan rasa nyaman pada pasien hipertensi.

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, peneliti tertarik memgkaji penelitian dengan judul, *“Penerapan Kompres Hangat Pada Leher Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Dusun Demangan Kecamatan Wuluhan Kabupaten Jember”*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: “Apakah terdapat pengaruh antara penerapan kompres hangat pada leher terhadap pengurangan rasa nyeri kepala pada penderita hipertensi di wilayah dusun demangan kecamatan wuluhan kabupaten jember?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada penderita hipertensi di wilayah dusun demangan kecamatan wuluhan kabupaten jember.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk dijadikan sebagai sumber informasi dalam menjawab permasalahan-permasalahan yang terjadi terkait penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada penderita hipertensi di wilayah dusun demangan kecamatan wuluhan kabupaten jember. Selain itu penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan referensi dalam kebutuhan penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Penulis

Untuk menambah pengetahuan teoritis dan memperluas wawasan untuk mempelajari secara langsung dan menganalisis penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi rasa nyeri

kepala pada penderita hipertensi di wilayah dusun demangan kecamatan wuluhan kabupaten jember.

2) Bagi Akademisi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam ilmu kesehatan dalam kaitannya pada penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada penderita hipertensi di wilayah dusun demangan kecamatan wuluhan kabupaten jember.

3) Bagi Instansi

Sebagai masukan bagi instansi terkait untuk mempertimbangkan beberapa variabel atau faktor penting terkait penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada penderita hipertensi di wilayah dusun demangan kecamatan wuluhan kabupaten jember.

