

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan global yang hingga saat ini masih menjadi penyebab utama kematian dan disabilitas di dunia (WHO, 2025). Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi peningkatan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg yang bersifat persisten dan dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius apabila tidak ditangani dengan baik (WHO, 2025). Penyakit ini sering disebut sebagai *silent killer* karena sebagian besar penderitanya tidak menunjukkan gejala yang jelas sehingga banyak kasus tidak terdeteksi sejak dini (WHO, 2025). Hipertensi termasuk penyakit tidak menular dan bisa menjadi kronis pada penderitanya. Hal ini dikarenakan kemunculannya diakibatkan oleh gaya hidup masing-masing individu yang kurang mengutamakan kesehatan (WHO, 2023).

Berdasarkan data terbaru dari WHO tahun 2025, diperkirakan sekitar 1,4 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun di dunia mengalami hipertensi, atau sekitar 33% dari populasi global pada kelompok usia tersebut. Dari jumlah tersebut, sekitar 44% penderita tidak menyadari bahwa mereka mengalami hipertensi, dan hanya 23% yang berhasil mengontrol tekanan darahnya. WHO juga melaporkan bahwa hipertensi menjadi penyebab lebih dari 10 juta kematian setiap tahun di seluruh dunia, menjadikannya sebagai salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Kondisi ini menunjukkan bahwa

hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang sangat serius dan membutuhkan perhatian global.

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang sangat signifikan (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai sekitar 30,8%, yang berarti hampir 1 dari 3 orang dewasa di Indonesia menderita hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Hipertensi juga menjadi faktor risiko kematian keempat di Indonesia dengan kontribusi sebesar 10,2% terhadap total kematian (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Pada tingkat regional, khususnya di Provinsi Sumatera Barat, hipertensi termasuk dalam kelompok penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang cukup tinggi (Dinas Kesehatan Sumatera Barat, 2024). Data statistik kesehatan menunjukkan bahwa penyakit tidak menular termasuk hipertensi menjadi tantangan utama dalam pembangunan kesehatan di Provinsi Sumatera Barat (BPS Sumatera Barat, 2025).

Di Kota Padang sebagai ibu kota Provinsi Sumatera Barat, kasus hipertensi juga menunjukkan angka yang tinggi (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2025). Berdasarkan laporan kesehatan daerah, jumlah penderita hipertensi di Kota Padang mencapai sekitar 60.344 orang dengan prevalensi sekitar 8,35% (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2025). Jumlah kasus hipertensi yang ditemukan di Kota Padang sebanyak 81.839 orang, dibandingkan dengan estimasi dari prevalensi yang ditetapkan berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2018 didapatkan cakupan 135,62%. Tahun 2024 penderita

hipertensi yang dilayani sesuai standar 71.574 orang (118,61%) dengan capaian tertinggi di Puskesmas Lapai 187% dan terendah di Puskesmas KPIK 80,3%. Sementara untuk SPM, sebanyak 30.380 orang (106,83%) penderita hipertensi yang dilayani sesuai standar. Terjadi peningkatan dari tahun 2023, hal ini dikarenakan penjangkauan yang lebih intensif dan pencatatan pelaporan lebih didisiplinkan lagi, baik di puskesmas maupun klinik. Untuk SPM, capaian tertinggi oleh Puskesmas Kuranji, dan capaian terendah oleh Puskesmas Lapai.

Data terbaru menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan utama di tingkat pelayanan primer di Kota Padang (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2024). Berdasarkan Laporan Kesehatan Kota Padang tahun 2024, jumlah kasus hipertensi yang tercatat mencapai sekitar 71.574 kasus, yang sebagian besar ditemukan dan ditangani di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama seperti puskesmas. Di tingkat puskesmas, distribusi kasus hipertensi menunjukkan variasi yang cukup besar antar wilayah kerja (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2023). Pada Puskesmas Andalas, jumlah penderita hipertensi tercatat sebagai yang tertinggi yaitu sekitar 14.161 kasus pada tahun 2022. Selain itu, data terbaru menunjukkan bahwa pada wilayah kerja Puskesmas Andalas terdapat estimasi sekitar 9.097 penderita hipertensi atau sekitar 5,4% dari total kasus hipertensi di Kota Padang pada tahun 2023–2025. Di Puskesmas Nanggalo, jumlah kasus hipertensi tercatat sekitar 6.684 kasus, yang menunjukkan tingginya kejadian hipertensi di wilayah pelayanan tersebut. Sementara itu, di Puskesmas Lapai, prevalensi hipertensi mencapai

sekitar 12,09% pada tahun 2023, yang menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi di wilayah tersebut.

Di wilayah kerja Puskesmas Pauh, hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang cukup tinggi (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2024). Berdasarkan data Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2024, jumlah penduduk usia ≥ 15 tahun yang mengalami hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pauh mencapai sekitar 11.395 orang, yang menunjukkan tingginya beban penyakit ini di masyarakat. Selain itu, cakupan pelayanan kesehatan pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pauh mencapai sekitar 82,7%, yang menunjukkan bahwa sebagian besar penderita telah mendapatkan pelayanan sesuai standar, namun masih terdapat sebagian yang belum terjangkau pelayanan kesehatan.

Data penelitian terbaru tahun 2024 juga menunjukkan bahwa Puskesmas Pauh termasuk peringkat ke-3 tertinggi kasus hipertensi di Kota Padang, namun memiliki tingkat kunjungan rutin pasien yang relatif rendah yaitu sekitar 1%, yang menunjukkan adanya masalah dalam kepatuhan kontrol pasien hipertensi. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa sekitar 69,2% pasien hipertensi tidak melakukan kunjungan rutin ke puskesmas, yang dapat meningkatkan risiko komplikasi akibat kurangnya pengendalian tekanan darah (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2024).

Menurut American Heart Association (AHA) 2020, terdapat beberapa faktor risiko yang menyebabkan penyakit hipertensi. Faktor risiko dibedakan menjadi faktor risiko yang tidak dapat diubah, seperti : keturunan atau genetik,

jenis kelamin, dan umur, dan faktor risiko yang dapat diubah, seperti : kegemukan atau obesitas, kurang olahraga atau aktivitas fisik, merokok, stress, konsumsi alkohol, dan konsumsi garam (Yanita, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitria (2022) yang berjudul evaluasi perilaku masyarakat yang beresiko terhadap faktor risiko kejadian hipertensi di desa Purwodadi, yang mengatakan bahwa faktor penyebab hipertensi yaitu pola makan, aktivitas fisik, perilaku merokok, tingkat pengetahuan, obesitas, riwayat hipertensi, dan juga jenis kelamin memiliki hubungan terhadap kejadian hipertensi.

Lansia merupakan seseorang yang berusia 60 tahun keatas yang mengalami suatu proses menurunnya bahkan menghilangnya daya tahan serta kemunduran struktur dan fungsi organ tubuh secara berangsur-angsur dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh yang dapat berhubungan dengan kemandirian dan kesehatan lansia (Kemenkes RI, 2023). Lansia mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial. Contoh penurunan fisik pada lansia adalah rentangnya lansia untuk sakit, terutama penyakit degeneratif. Salah satu penyakit degeneratif yang banyak terjadi pada lansia adalah hipertensi (Azizah et al, 2023). Lansia umumnya mengalami penurunan fungsi organ yang dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup jika tidak ditangani dengan baik (Khomsah et al., 2023).

Hipertensi dapat menimbulkan gejala yang cukup serius dan mengganggu rasa nyaman dari penderitanya. Gejala hipertensi berbagai macam sesuai dengan individu dan gejala ini hampir sama dengan gejala penyakit

lainnya yakni sakit kepala, jantung berdebar, kesulitan bernafas setelah bekerja keras atau mengangkat beban yang berat, kelelahan, penglihatan kabur, wajah memerah, hidung berdarah, sering buang air kecil terutama di malam hari, telinga berdenging, dan vertigo (Pradnyani, 2022). Pada umumnya ketika seseorang yang mengalami hipertensi dan memiliki salah satu tanda akan muncul seperti tengkuk terasa nyeri (Jabani, 2021). Tengkuk terasa tegang atau nyeri leher diakibatkan karena terjadi peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher, tempat pembuluh darah itu membawa darah ke otak, yang menekan serabut saraf otot leher sehingga pasien merasakan nyeri atau tidak nyaman di leher dan akan mengganggu aktivitas sehari-hari (Fadlilah, 2019).

Nyeri merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengungkapkan rasa tidak nyaman secara verbal maupun nonverbal (Asfarotin, 2021). Nyeri pada penderita hipertensi terjadi melalui mekanisme yang kompleks, melibatkan sistem saraf, barorefleks, serta komplikasi vaskular. Secara fisiologis, peningkatan tekanan darah akan mengaktifasi baroreseptor di aorta dan sinus karotis, yang kemudian merangsang jalur modulasi nyeri descenden untuk menekan transmisi impuls nyeri ke otak. Kondisi ini dikenal sebagai blood pressure-related hypoalgesia, di mana penderita hipertensi memiliki ambang nyeri lebih tinggi dibanding individu normotensif (Zhou et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Purwanto (2023), dari 15 orang responden, didapatkan hasil 10 orang mengalami nyeri leher belakang dalam kategori berat (66,7%), dan 5 orang dalam kategori sedang (33,3%) . Hal

ini sejalan dengan penelitian Octavia (2025), dari 30 orang responden, didapatkan hasil 18 lansia (60,0%) mengalami nyeri berat dengan skala 6-7, dan 12 lansia (40,0%) mengalami nyeri sedang dengan skala 4-5.

Nyeri itu sendiri dapat ditangani dengan beberapa cara, penatalaksanaan tersebut dapat dibagi menjadi dua, yang pertama adalah melalui farmakologi dan juga nonfarmakologi (Aspiani, 2016). Penatalaksanaan farmakologis kerap dilakukan dengan pemberian obat analgesic (obat yang digunakan sebagai pereda nyeri). 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, kompres hangat merupakan metode pemeliharaan suhu tubuh dengan menggunakan cairan atau alat yang dapat menimbulkan hangat atau dingin pada bagian tubuh yang memperlancar sirkulasi darah, dan mengurangi rasa sakit atau nyeri (Hangat, 2021).

Tingginya angka kejadian hipertensi yang ada di Indonesia, perlu adanya berbagai macam upaya yang bisa dilakukan untuk mengendalikan angka kejadian hipertensi yang tinggi tersebut sehingga dapat menekan angka hipertensi. (Andri et al., 2021). Menurut penelitian Sumartini & Miranti (2020) terdapat terapi farmakologi dan non farmakologi untuk mencegah komplikasi hipertensi, teknik non farmakologi seperti kompres air hangat merupakan salah satu teknik yang mampu mengurangi ketegangan otot dan meningkatkan sirkulasi darah sehingga dapat mengurangi skala nyeri pada penderita

hipertensi, selain itu dapat digunakan sebagai terapi alternatif non-obat. Terapi kompres air hangat termasuk ke dalam latihan dan relaksasi untuk mengurangi ketegangan otot terutama pada tengkuk. Terapi kompres air hangat adalah tindakan yang dilakukan dengan ketenangan yang bertujuan untuk mengurangi nyeri, mengurangi ketegangan otot dan meningkatkan sirkulasi darah (Iqbal & Handayani, 2022). Kompres hangat dilakukan di leher karena pada leher terdapat arteriarteri besar yang mempengaruhi otak. Pemberian kompres hangat mempengaruhi proses persepsi otak, ketika leher dikompres hangat maka reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus terangsang untuk mengaktifkan sistem efektor (Rahmanti, 2022).

Hal ini telah dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadlilah (2019) dengan judul “Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial di wilayah Puskesmas Depok I, Sleman Yogyakarta” didapatkan hasil pemberian kompres hangat selama tiga hari dengan durasi pemberian 15-20 menit dapat menurunkan skala nyeri pada pasien hipertensi. Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri pada pasien hipertensi dengan cara menggunakan terapi nonfarmkologi kompres hangat (Kusyati, 2016). Kompres hangat pada sekitar daerah nyeri efek hangat ini dapat menurunkan ketegangan otot pada daerah nyeri yang di akibatkan oleh tekanan darah yang tinggi (Rahmanti, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Salvataris (2021) Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas kompres hangat pada leher terhadap

penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi. Desain yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest with control group. Sampel sebanyak 30 orang lansia hipertensi dibagi dalam dua kelompok, masing-masing 15 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata skor nyeri pada kelompok intervensi menurun dari 6,4 menjadi 2,3 setelah 3 hari perlakuan. Uji statistik menggunakan paired t-test menghasilkan nilai $p = 0,001$, yang menunjukkan perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi. Kesimpulan: Kompres hangat efektif menurunkan intensitas nyeri kepala pada lansia hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Pauh, pihak puskesmas dan masyarakat mengatakan bahwasanya sudah pernah dilakukan beberapa penyuluhan serta program terkait hipertensi di wilayah ini, diantaranya Posbindu PTM, penyuluhan tentang program CERDIK (Cek Kesehatan Rutin, Enyahkan Asap Rokok, Rajin Aktivitas Fisik, Diet Seimbang, Istirahat Cukup, Kelola Stress), serta beberapa penyuluhan lain terkait penanganan hipertensi di masyarakat. Selain itu, saat dilakukan wawancara kepada beberapa pasien hipertensi, ternyata masyarakat pun sudah pernah mencoba terapi non farmakologi seperti meminum air rebusan serai, jahe, dan daun alpukat, namun keluhan hipertensi dan jumlah kasus hipertensi di wilayah Puskesmas Pauh masih tetap tinggi. Hal ini bisa terjadi karena minimnya kesadaran kelompok usia produktif dalam memeriksakan kesehatan sejak dini ke fasilitas kesehatan.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada Ny. E didapatkan bahwa Ny. E sudah menderita hipertensi sejak 5 tahun yang lalu dan sudah mendapatkan obat hipertensi yang diminum setiap hari. Tetapi Ny. E masih belum rutin meminum obat hipertensi dan hanya minum obat jika merasakan keluhan. Gejala yang biasanya dirasakan yaitu sakit kepala dan berat pada tengkuk.. Saat pengkajian didapatkan hasil pengukuran tekanan darah yaitu 165/90 mmHg. Ny. E mengatakan mengetahui penyebab dari hipertensi tersebut, tetapi masih kesulitan untuk mematuhi pengobatan dan mengikuti pola hidup yang dianjurkan untuk penderita hipertensi, sehingga membutuhkan perawatan yg komprehensif. Untuk itu mahasiswa perlu melakukan pembinaan terhadap Ny. E yang mempunyai masalah kesehatan hipertensi. Di Kelurahan Koto Lua, Kecamatan Pauh Kota Padang. Pembinaan tersebut penulis dokumentasikan dalam sebuah Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan pada Lansia Ny. E dengan Pemberian Kompres Hangat untuk Penurunan Nyeri Leher Akibat Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kelurahan Koto Lua Kecamatan Pauh Kota Padang”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan terapi hidroterapi kaki dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada Ny. E dengan masalah hipertensi di Kelurahan Koto Lua Kecamatan Pauh

- b. Menetapkan diagnosa keperawatan pada Ny. E dengan masalah hipertensi di Kelurahan Koto Lua Kecamatan Pauh
- c. Menetapkan intervensi keperawatan pada Ny. E dengan masalah hipertensi di Kelurahan Koto Lua Kecamatan Pauh
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada Ny. E dengan masalah hipertensi di Kelurahan Koto Lua Kecamatan Pauh
- e. Mengevaluasi tujuan atau outcome yang telah direncanakan sebelumnya pada Ny. E di Kelurahan Koto Lua Kecamatan Pauh

C. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Sebagai pengembangan kemampuan peneliti dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman peneliti dalam melakukan asuhan keperawatan pada dewasa dengan masalah hipertensi dengan metode kompres air hangat untuk meredakan nyeri pada pasien hipertensi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu keperawatan mengenai perawatan komprehensif pada dewasa dengan masalah hipertensi dengan metode kompres air hangat untuk meredakan nyeri pada pasien hipertensi.

3. Bagi Lansia

Hasil implementasi ini dapat dilakukan secara berkelanjutan oleh lansia dengan di damping keluarga dirumah, sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan lansia.

4. Bagi Puskesmas

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas dengan membuat suatu pembuatan kebijakan standar asuhan keperawatan terhadap dewasa dengan masalah hipertensi dengan kompres air hangat untuk meredakan nyeri pada pasien hipertensi.

