

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIVITAS REBUSAN AIR JAHE PUTIH HANGAT TERHADAP
NYERI KEPALA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SIKUMANA



OLEH

FARADILA ZEVANY PASSU

PO5303201220814

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIVITAS REBUSAN AIR JAHE PUTIH HANGAT TERHADAP
NYERI KEPALA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SIKUMANA

*Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Pesyaratan Untuk
Mendapatkan Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program Study D-III
Keperawatan Di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang*



FARADILA ZEVANY PASSU
PO5303201220814

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Faradila Zevany Passsu

Nim : PO5303201220814

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan Dengan Sebenarnya Bahwa Karya Tulis Ilmiah Yang Saya Tulis Ini Adalah Benar-Benar Merupakan Hasil Karya Sendiri Dan Bukan Merupakan Pengambil Ahlian Tulisan Atau Pikiran Orang Lain Yang Saya Akui Sebagai Hasil Tulisan Atau Pikiran Saya Sendiri. Apabila Di Kemudian Hari Terbukti Atau Dapat Di Buktikan Karya Tuls Ilmiah Ini Hasil Jiplakan, Maka Saya Bersedia Menerima Sanksi Atas Perbuatan Tersebut.

Kupang, 4 Juli 2025

Pembuat Pernyataan

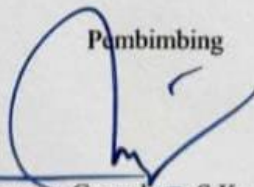


Faradila Zevany Passu

PO5303201220814

Mengetahui :

Pembimbing



Dominggos Gonsalves, S.Kep.,Ns.,MSc

NIP: 1971080611992031001

LEMBAR PERSETUJUAN

Laporan Studi Kasus Oleh Faradila Zevany Passu Dengan Judul “Efektivitas Rebusan Air Jahe Putih Hangat Terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana” Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Diujikan

Disusun Oleh :



Faradila Zevany Passu

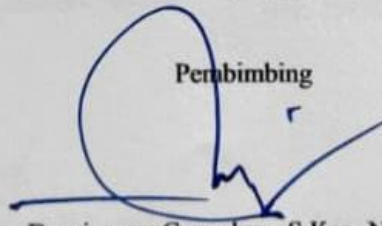
PO5303201220814

Telah Disetujui Untuk Diseminarkan Didepan Dewan Penguji Prodi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrerian Kesehatan Kupang

Kupang, 4 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing



Dominggos Gonsalves, S.Kep.,Ns.,MSc

NIP: 1971080611992031001

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**“Efektivitas Rebusan Air Jahe Putih Hangat Terhadap Nyeri Kepala Pasien
Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana” Telah Diperiksa Dan
Disetujui Untuk Diujikan**

Disusun Oleh



Faradila Zevany Passu

PO5303201220814

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Pada Tanggal, 7 Juli 2025

Mengetahui

Penguji I



Ns. Yoani Maria V. B. Atv, S.Kep, M. Kep
NIP. 197908052001122001

Mengetahui

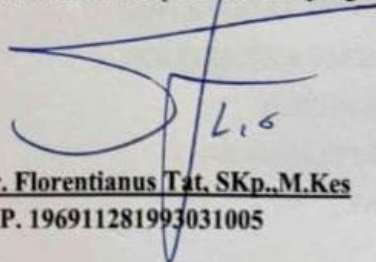
Penguji II



Domingos Gonsalves, S.Kep., Ns., MSc
NIP. 197108061992031001

Mengesahkan

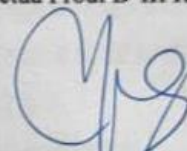
Ketua Jurusan Keperawatan Kupang



Dr. Florentianus Tat, SKp., M.Kes
NIP. 196911281993031005

Mengetahui

Ketua Prodi D-III Keperawatan Kupang



Margareta Teli, S.Kep., Ns., MSc, PH, PhD
NIP. 197707272000032002

ABSTRAK

EFEKTIVITAS REBUSAN AIR JAHE PUTIH HANGAT TERHADAP NYERI KEPALA PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIKUMANA

Faradila Zevany Passu, Dominggos Gonsalves, S.Kep.,Ns.,MSc,
Ns. Yoani Maria V. B. Aty, S.Kep.,M.Kep

Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Email: faradilazevany@gmail.com

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat dan sering disertai gejala nyeri kepala. Salah satu bentuk penatalaksanaan non-farmakologis yang mulai banyak diteliti adalah penggunaan tanaman herbal seperti jahe putih (*Zingiber officinale*), yang memiliki kandungan senyawa aktif dengan efek analgesik dan vasodilator. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian rebusan air jahe putih hangat terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan kuantitatif terhadap dua responden yang mengalami hipertensi dengan skala nyeri sedang (skala 6). Intervensi berupa pemberian rebusan air jahe putih hangat sebanyak 100 ml per hari selama lima hari berturut-turut pada pukul 08.00 WITA. Pengukuran dilakukan terhadap tekanan darah dan tingkat nyeri kepala menggunakan instrumen *Numerical Rating Scale* (NRS). **Hasil:** Setelah intervensi, terjadi penurunan tekanan darah dan skala nyeri kepala secara bertahap. Responden pertama mengalami penurunan tekanan darah dari 150/100 mmHg menjadi 130/80 mmHg dan skala nyeri dari 6 menjadi 3. Responden kedua mengalami penurunan tekanan darah dari 140/90 mmHg menjadi 125/80 mmHg dan skala nyeri dari 6 menjadi 2. **Kesimpulan:** Rebusan air jahe putih hangat terbukti efektif sebagai terapi non-farmakologis dalam menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

Kata kunci: hipertensi, nyeri kepala, jahe putih, terapi non-farmakologis.

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF WARM WHITE GINGER DECOCTION ON HEADACHE IN HYPERTENSIVE PATIENTS AT THE WORKING AREA OF SIKUMANA PUBLIC HEALTH CENTER

Faradila Zevany Passu, Dominggos Gonsalves, S.Kep.,Ns.,MSc,
Ns. Yoani Maria V. B. Aty, S.Kep.,M.Kep

Diploma III Nursing Program Health Polytechnic of the Ministry of Health,
Kupang

E-mail: faradilazevany@gmail.com

Background: Hypertension is a non-communicable disease with increasing prevalence and is often accompanied by symptoms such as headache. One of the non-pharmacological approaches being explored is the use of herbal medicine, such as white ginger (*Zingiber officinale*), which contains active compounds with analgesic and vasodilatory properties. **Objective:** This study aimed to examine the effectiveness of warm white ginger decoction in reducing headache intensity among hypertensive patients. **Method:** A case study with a quantitative approach was conducted involving two hypertensive respondents with moderate headache levels (pain scale 6). The intervention involved administering 100 ml of warm white ginger decoction daily for five consecutive days at 08:00 WITA. Blood pressure and headache intensity were measured using the Numerical Rating Scale (NRS). **Results:** The findings indicated a gradual decrease in both blood pressure and headache intensity. The first respondent showed a reduction in blood pressure from 150/100 mmHg to 130/80 mmHg and in headache scale from 6 to 3. The second respondent's blood pressure decreased from 140/90 mmHg to 125/80 mmHg, and headache scale reduced from 6 to 2. **Conclusion:** Warm white ginger decoction is proven to be effective as a non-pharmacological therapy in reducing headache intensity among hypertensive patients.

Keywords: hypertension, headache, white ginger, non-pharmacological therapy.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Efektivitas Rebusan Air Jahe Putih Hangat terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana”**. Karya tulis ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

Dalam proses penyusunan dan penulisan karya ilmiah ini, penulis memperoleh bimbingan, arahan, serta dukungan dari berbagai pihak. Dengan penuh rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih khusus kepada Bapak Dominggos Gonsalves, S.Kep., Ns., MSc., selaku dosen pembimbing, atas segala arahan dan masukan yang sangat berharga selama penulisan berlangsung.

Pada kesempatan ini, penulis juga ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setulusnya kepada:

1. Bapak Irfan, SKM., M.Kes., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kupang, yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan studi kasus deskriptif ini.
3. Ibu Margareta Teli, S.Kep., Ns., M.Sc-PH., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Kupang.
4. Ibu Ns. Yoani M.V.B. Aty, S.Kep., M.Kep., selaku penguji institusi, atas segala masukan berharga yang membantu penyempurnaan karya tulis ini.
5. Ibu Maria Sambriong, SST., MPH., selaku dosen pembimbing akademik, yang senantiasa memberikan bimbingan, motivasi, serta arahan selama penulis menempuh pendidikan di Poltekkes Kemenkes Kupang, Jurusan Keperawatan, Program Studi D-III Keperawatan.

6. Ibu tercinta, Arini Wulandari, yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, serta motivasi tiada henti hingga karya tulis ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Seluruh keluarga tercinta, kakak Eko, serta adik Riyan dan Zein, yang selalu memberi doa, semangat, dan dukungan dalam setiap langkah penulis.
8. Rekan-rekan seperjuangan, Mery, Annisa, Clara, Elfira, Maria, Ketty, Echa, Rinda, Ongki, dan Angel, yang telah memberikan dukungan moral dan motivasi selama proses penyusunan karya tulis ini.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih memiliki banyak keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.

Kupang, 7 Juli 2025



Faradila Z. Passu

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Studi Kasus	4
1.4.1 Manfaat Secara Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB II	6
TUJUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Hipertensi.....	6
2.1.1 Defenisi Hipertensi	6

2.1.2 Etiologi Hipertensi	6
2.1.3 Patofisiologi Hipertensi	7
2.1.4 Klasifikasi Hipertensi.....	8
2.1.5 Manifestasi Klinis	10
2.1.6 Komplikasi	10
2.1.7 Penatalaksanaan	11
2.1.8 Pencegahan Hipertensi.....	13
2.2 Konsep Nyeri Kepala.....	13
2.2.1 Definisi Nyeri Kepala	13
2.2.2 Etiologi Nyeri Kepala	14
2.2.3 Klasifikasi Nyeri Kepala.....	14
2.2.4 Manifestasi Klinis	15
2.2.5 Pemeriksaan Penunjang	16
2.3 Konsep Jahe	16
2.3.1 Definisi Jahe.....	16
2.3.2 Klasifikasi Jahe	17
2.3.3 Morfologi Jahe	17
2.3.4 Struktur Organ Jahe	18
2.3.5 Kandungan dalam Jahe	20
2.3.6 Penelitian Terdahulu	21
2.3.7 SOP Pemberian Rebusan Jahe	23
2.4 Kerangka Teori	24
2.5 Kerangka Konsep.....	24
2.6 <i>Hipotesis Penelitian</i>	29
BAB III	26
METODE PENELITIAN.....	26

3.1 Jenis Penelitian.....	26
3.2 Subjek Penelitian	26
3.2.1 Kriteria Inklusi	26
3.2.2 Kriteria Eksklusi	26
3.3 Fokus Studi	27
3.4 Defenisi Oprasional Fokus Studi	27
3.5 Instrumen Penelitian	27
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	28
3.6.1 Tahap Persiapan	29
3.6.2 Tahap Pelaksanaan.....	29
3.6.3 Tahap Pengolahan Data	30
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	30
3.7.1 Lokasi Penelitian.....	30
3.7.2 Waktu Penelitian.....	30
3.8 Analisis Data dan Penyajian Data.....	30
3.9 Etika Penelitian	30
3.9.1 Informed Consent.....	31
3.9.2 Menjaga Privasi dan Kerahasiaan.....	31
3.9.3 Menghormati Keadilan dan Inklusivitas	31
3.9.4 Mempertimbangkan Manfaat dan Risiko.....	31
BAB IV	32
HASIL DAN PEMBAHASAN	32
4.1 Hasil Penelitian	32
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	32
4.1.2 Karakteristik Responden	32
4.1.3 Identifikasi Nyeri Kepala Sebelum Pemberian Rebusan Air Jahe	

Putih Hangat Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.....	33
4.1.4 Identifikasi Nyeri Kepala Sesudah Pemberian Rebusan Air Jahe Putih Hangat Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.....	34
4.2 Pembahasan.....	36
4.2.1 Karakteristik Responden Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.....	36
4.2.2 Nyeri Kepala Sebelum Di Lakukan Pemberian Rebusan Air Jahe Putih Hangat.....	37
4.2.2 Nyeri Kepala Sesudah Di Lakukan Pemberian Rebusan Air Jahe Putih Hangat.....	37
4.2.4 Efektivitas Rebusan Air Jahe Putih Hangat	40
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	40
BAB V	41
KESIMPULAN DAN SARAN	41
5.1 Kesimpulan	41
5.2 Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN.....	46
DOKUMENTASI	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Menurut Joint National Committee 7...	11
Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Menurut WHO.....	11
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	29
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	37
Tabel 4.2 Hasil Pengukuran Skala Nyeri Kepala Sebelum Pemberian Rebusan Air Jahe Putih Hangat.....	38
Tabel 4.3 Hasil Pengukuran Skala Nyeri Kepala Sebelum Pemberian Rebusan Air Jahe Putih Hangat.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Daun Jahe	22
Gambar 2.2 Batang Jahe.....	22
Gambar 2. 3 Akar Jahe	23
Gambar 2. 4 Bunga Jahe.....	23
Gambar 2. 5 Buah Jahe.....	24
Gambar 2. 6 Biji Jahe	24
Gambar 2. 7 Kerangka Teori Penelitian	29
Gambar 2. 8 Kerangka Konsep Penelitian	29
Gambar 3.1 Instrumen Skala Nyeri	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Pengambilan Data Awal	52
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian.....	54
Lampiran 3 Surat Selesai Penelitian.....	56
Lampiran 4 Cek Plagiasi	56
Lampiran 5 Penjelasan Sebelum Penelitian.....	57
Lampiran 6 Informed Consent.....	58
Lampiran 7 Data Demografi.....	60
Lampiran 8 Penilaian Skala Nyeri Kepala	62
Lampiran 9 Lembar Observasi.....	67
Lampiran 10 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah.....	69