

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini di dunia. Penyakit ini dikenal dengan istilah *The Silent Killer* karena sering menimbulkan kematian mendadak tanpa gejala yang jelas (Arini, 2021; Indriyanti, 2019). Kondisi ini terjadi saat tekanan darah melebihi batas normal, yakni tekanan sistolik ≥ 130 mmHg dan diastolik ≥ 80 mmHg (Unger, 2020).

Berdasarkan laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2023), tercatat sekitar 1,28 miliar orang berusia 30 hingga 70 tahun di dunia mengalami hipertensi, dan dua pertiga di antaranya berasal dari negara berpenghasilan rendah hingga menengah. Ironisnya, sekitar 46% penderita tidak mengetahui bahwa mereka mengidap hipertensi. Dari seluruh penderita, hanya 42% yang terdiagnosis dan mendapatkan penanganan tepat, sementara yang berhasil mengendalikan tekanan darahnya hanya sekitar 21% atau satu dari lima orang dewasa. WHO sendiri menargetkan penurunan prevalensi hipertensi global sebesar 33% pada periode 2010–2030. Angka tertinggi kejadian hipertensi terdapat pada usia lanjut, yakni 55–64 tahun (45,9%), 65–74 tahun (57,6%), serta usia di atas 76 tahun (63,85%) (Amelia et al., 2022).

Di Indonesia, menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dan studi kohor penyakit tidak menular (PTM), hipertensi menjadi faktor risiko kematian keempat dengan persentase 10,2%. Secara nasional prevalensinya mencapai 36%, sedangkan menurut Riskesdas 2023 angka hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun adalah 34,1% (Kemenkes RI, 2023). Di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), prevalensi tercatat 7,2% atau sekitar 76.130 kasus, dengan tren peningkatan dari 30% menjadi 31% dalam kurun 2013–2018 (Ina et al., 2020). Khusus di Kota Kupang, hipertensi termasuk tiga

besar penyakit terbanyak. Pada 2018, kasus tercatat 19.353, naik menjadi 29,3% pada 2019, lalu meningkat dua kali lipat menjadi 64,4% pada 2020, dan kembali naik menjadi 65,3% (Dinkes Kota Kupang, 2020). Data dari Puskesmas Sikumana juga menunjukkan tren peningkatan kasus: tahun 2022 sebanyak 2.097 kasus (903 laki-laki dan 1.194 perempuan), tahun 2023 naik menjadi 2.155 kasus (839 laki-laki dan 1.316 perempuan), dan pada 2024 meningkat lagi menjadi 2.208 kasus (777 laki-laki dan 1.431 perempuan).

Hipertensi kerap disertai gejala berupa sakit kepala, pusing, kecemasan, gangguan tidur, nyeri leher, sesak napas, kelelahan, hingga gangguan penglihatan. Kondisi ini dapat menimbulkan komplikasi serius seperti penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, hingga gagal ginjal, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup. Sakit kepala akibat hipertensi disebabkan penyempitan pembuluh darah dan perubahan arteri kecil yang menghambat aliran darah. Kekurangan oksigen dan peningkatan kadar karbon dioksida memicu metabolisme anaerobik, menghasilkan laktat, dan meningkatkan sensitivitas saraf kapiler di otak (Prayitno & Khoiriyah, 2018). Selain itu, arterosklerosis juga dapat menimbulkan penyumbatan dan hipoksia pada pembuluh darah arteri yang berkontribusi pada sakit kepala serta ketegangan di kepala dan leher (Wibowo, 2015).

Tekanan darah tinggi menyebabkan beban kerja jantung dan pembuluh darah meningkat sehingga mempercepat aterosklerosis. Jantung yang bekerja berlebihan dapat mengalami pembesaran dan berujung pada gagal jantung. Oleh karena itu, penderita hipertensi perlu mendapat penanganan tepat untuk mencegah komplikasi lebih lanjut (Nurhayani et al., 2022).

Sakit kepala sendiri merupakan sensasi nyeri akibat kerusakan atau potensi kerusakan jaringan (Rima & Emilia, 2023). Penatalaksanaan sakit kepala pada hipertensi dapat dilakukan melalui terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Terapi farmakologi menggunakan obat-obatan, sedangkan terapi nonfarmakologi salah satunya dengan pemanfaatan herbal, seperti

rebusan jahe, yang relatif aman dengan efek samping minimal (Susilo & Wulandari, 2011).

Jahe putih (*Zingiber officinale*) merupakan tanaman rempah yang banyak digunakan dalam pengobatan tradisional, kuliner, hingga kosmetik. Tanaman ini tumbuh subur di daerah tropis, termasuk Indonesia (Nadia, 2020). Kandungan aktif dalam jahe, seperti gingerol, flavonoid, saponin, dan fenol non-flavonoid, memiliki sifat antioksidan, antiinflamasi, antikoagulan, serta analgesik, dan tidak bersifat toksik maupun mutagenik meski dikonsumsi dalam dosis tinggi. Selain itu, jahe juga kaya zat gizi seperti karbohidrat, serat, protein, zat besi, kalium, dan vitamin C (Koswara, 2011).

Hasil penelitian Badriyah et al. (2020) menunjukkan bahwa pemberian 100 cc rebusan jahe putih yang direbus sekitar 10 menit efektif menurunkan tekanan darah sekaligus meredakan sakit kepala. Jahe putih berperan positif pada sistem kardiovaskular dengan meningkatkan sirkulasi darah. Pada penderita hipertensi, nyeri kepala sering muncul akibat pergeseran jaringan intrakranial sebagai respon tubuh terhadap gangguan kesehatan, yang menyebabkan aliran darah tidak lancar, oksigen berkurang, dan kadar karbondioksida meningkat. Senyawa aktif dalam jahe, seperti flavonoid dan gingerol, bekerja dengan menghambat enzim angiotensin-converting enzyme (ACE) sehingga pembentukan angiotensin II berkurang. Akibatnya, terjadi vasodilatasi, penurunan curah jantung, dan tekanan darah menurun. Selain itu, saponin dalam jahe juga mampu menghambat renin pada sistem renin-angiotensin-aldosteron (RAA) di ginjal, sehingga produksi angiotensin II yang bersifat vasokonstriktor berkurang. Efek rasa hangat dari jahe turut membantu memperlebar pembuluh darah, memperlancar peredaran darah, dan mengurangi nyeri kepala

Berdasarkan data tiga tahun terakhir di Puskesmas Sikumana, peneliti menilai bahwa pemberian rebusan air jahe putih hangat dapat menjadi salah satu upaya efektif untuk menurunkan nyeri kepala pada penderita hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang Yang Telah Dijelaskan, Perumusan Masalah Dalam Penelitian Ini Adalah Sejauh Mana Efektivitas Rebusan Air Jahe Putih Hangat Dalam Menurunkan Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mampu Mengetahui Efektivitas Rebusan Air Jahe Hangat Dalam Menurunkan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas Sikumana.
2. Mengidentifikasi nyeri kepala sebelum pemberian rebusan air jahe hangat pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas sikumana
3. Mengidentifikasi nyeri kepala sesudah pemberian rebusan air jahe hangat pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas sikumana
4. Menganalisis efektivitas pemberian rebusan air jahe hangat pada penurunan nyeri kepala di wilayah kerja puskesmas sikumana.

1.4 Manfaat Studi Kasus

1.4.1 Manfaat Secara Teoritis

Penelitian Ini Diharapkan Dapat Memperluas Wawasan Pembaca Mengenai Pemanfaatan Rebusan Air Jahe Putih Hangat Sebagai Upaya Menurunkan Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Penulis

Penulisan Karya tulis ilmiah ini menjadi sarana untuk mengintegrasikan teori dengan kasus nyata di lapangan. Hal ini penting

karena tidak semua teori yang ada selaras dengan kondisi yang terjadi, sehingga diperlukan studi kasus untuk memberikan gambaran yang lebih realistis.

2. Bagi Lembaga Pendidikan

Studi kasus ini dapat dijadikan sebagai acuan tambahan dalam penerapan standar asuhan keperawatan yang dilakukan secara menyeluruh dan terstruktur. Tujuannya yaitu untuk meningkatkan mutu pelayanan, mengatasi permasalahan kesehatan, serta mencegah timbulnya komplikasi melalui pemberian rebusan jahe putih hangat sebagai upaya menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

3. Bagi Masyarakat

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat, sehingga mereka memahami cara merawat pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala, sekaligus memperkaya pengetahuan di bidang keperawatan khususnya pasien hipertensi.

4. Bagi Pasien

Tindakan keperawatan yang diberikan dapat lebih sesuai dengan kebutuhan pasien, terutama dalam penatalaksanaan nyeri kepala akibat hipertensi.