BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok manusia yang telah memulai memasuki tahapan akhir fase kehidupan. Menurut *World Health Organization* tahun 2021 lansia ialah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Proses penuaan akan berdampak pada berbagai aspek kehidupan, baik aspek sosial, ekonomi maupun aspek kesehatan. Perubahan fungsi kognitif pada lansia menyebabkan penilaiannya terhadap suatu kondisi menjadi berkurang sehingga kurang mampu untuk menahan emosinya yang menyebabkan tekanan darahnya meningkat (Sudargo et al., 2023)

Berbagai perubahan degeneratif lainnya dapat mempengaruhi perkembangan manusia dalam tahap akhir periode kehidupannya. Masalah kesehatan seperti masalah tulang, sendi, otot, gangguan saraf, dan masalah kardiovaskuler dapat muncul sebagai akibat dari penurunan sistem kekebalan akibat perubahan degeneratif ini. Hipertensi adalah masalah yang paling umum bagi orang tua karena risiko penurunan sistem kardiovaskuler mereka. Tekanan darah lebih dari 140 mmHg sistolik dan 90 mmHg diastolik adalah tanda hipertensi. Penebalan dinding arteri pada orang tua menyebabkan pembuluh darah menjadi kaku dan menyempit (Anggraini dkk, 2009) dalam Novitaningtyas, (2014).

Di seluruh dunia, hipertensi adalah penyebab utama kematian dini, dengan lebih dari 1% pria dan 5% wanita, dan lebih dari satu miliar orang menderita penyakit tersebut (WHO, 2021). Menurut data *World Health Organization*, terdapat 24,7% penduduk Asia Tenggara dan 19,3% penduduk Indonesia mengalami

hipertensi pada umur 60 tahun ke atas. Jumlah lansia yang menderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2025, diperkirakan ada 1,1 milyar lansia di seluruh dunia menderita hipertensi (WHO, 2020).

Hipertensi merupakan kenaikan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi adalah kondisi di mana pembuluh darah mengalami tekanan secara terus-menerus akibat adanya kekuatan darah yang mendorong dinding pembuluh darah (arteri) saat jantung berdetak, yang memompa darah ke pembuluh darah dari jantung ke seluruh tubuh. Jantung harus memompa lebih keras dengan tekanan yang lebih tinggi. Hipertensi atau darah tinggi merupakan gangguan terhadap pembuluh darah yang dimana suplai oksigen dan nutrisi menjadi terhambat ke jaringan seluruh tubuh. Hipertensi sering di sebut sebagai *silent killer* di karenakan penyakit tersebut menyerang secara tiba tiba tanpa di sertai tanda gejala.

Hipertensi yang terjadi dapat memicu terjadinya berbagai komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, gangguan ginjal, retinopati (kerusakan retina mata) penyakit pembuluh darah tepi dan gangguan saraf. Komplikasi hipertensi apabila tidak ditangani akan mempengaruhi sistem kardiovaskuler, saraf, dan ginjal (Nugroho et al., 2022)

Salah satu faktor yang menyebabkan tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah usia. Orang tua memiliki resiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi karena penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas fisik dan perubahan kondisi pembuluh darah, termasuk bagian jantung. Pembuluh darah arteri menjadi lebih keras dan tidak elastis, sehingga kemampuan jantung untuk memompa darah menurun (Morika et al., 2020). Beberapa tanda dan gejala yang di derita lansia

dengan hipertensi salah satunya adalah sakit kepala yang menghambat aktivitas fisik lansia.

Sakit kepala juga dikenal sebagai nyeri leher, perubahan emosi, kesulitan bernapas, dan ketidaknyamanan pada leher dan kepala adalah masalah yang sering terjadi di alami orang tua dengan hipertensi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Kang et al., 2023). Leher terasa tegang atau nyeri leher terjadi karena peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher yang mana pembuluh darah tersebut membawa darah ke otak sehingga ketika terjadi peningkatan tekanan vaskuler ke otak menyebabkan terjadinya penekanan pada serabut saraf otot leher sehingga penderita merasa nyeri atau ketidaknyamanan pada leher. Nyeri yang dirasakan oleh penderita hipertensi akan mengganggu aktivitas sehari-harinya (Fadlilah, 2019)

Cara mengatasi nyeri akibat hipertensi yaitu melalui pendekatan farmakologis menggunakan obat anti *diuretic* dan pendekatan nonfarmakologi yaitu penerapan kompres hangat pada area tubuh tertentu seperti leher. Kompres hangat dapat memberikan sensasi hangat dan meredakan ketidaknyamanan pada bagian yang terpengaruhi (Giasma,dkk, 2023).

Kompres hangat merupakan tindakan yang dilakukan dengan memberikan sensasi hangat pada leher yang mengalami nyeri yang bertujuan untuk menurunkan spasme otot, memperlancar sirkulasi darah dan mengurangi rasa sakit atau nyeri .kompres hangat merelaksasikan otot pada pembuluh darah dan melebarkan pembuluh darah sehingga meningkatkan pemasukan oksigen ke otak. kompres hangat dapat memberikan rasa hangat pada leher karena panas yang di hasilkan mampu memperbesar pembuluh darah sehingga pembuluh darah dan suplai oksigen

lancar dan dapat meredakan ketegangan otot akibat nyeri. Rasa hangat merangsang termoreseptor pada kulit untuk mengirimkan sinyal ke otak. Hipotalamus di otak akan bereaksi dan menghasilkan respon yang disebut vasodilatasi. Ketika vasodilatasi, pembuluh darah akan melebar sehingga darah mengalir lancar dan peningkatan suhu terjadi lebih cepat. Akibatnya, panas dapat membuat otot lebih rileks dan otak juga akan menurunkan suhu tubuh menjadi normal. Kompres hangat menghasilkan suhu hangat yang akan melebarkan pembuluh darah sehingga tidak terjadi penumpukan asam laktat. Selain itu, juga dapat membuat otot lebih rileks karena adanya mekanisme relaksasi yang terjadi (Sutomo, 2022)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Sari et al., 2021) yang berjudul “Penerapan kompres hangat pada leher pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri”, terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kompres hangat selama 7 hari dalam 15 menit. Skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat 7 dan setelah dilakukan kompres hangat pada leher nyeri semakin membaik dengan skala 2.

Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh (Simanjuntak & Napitupulu, 2022), setelah dilakukan kompres hangat selama 5 hari untuk mengatasi nyeri pada pasien hipertensi, hasil yang didapatkan yaitu adanya penurunan skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat skala nyeri 5 dan setelah dilakukan kompres hangat pada hari ke lima menjadi skala nyeri 1. Berdasarkan Hasil Penelitian Pamungkas, dkk (2025), kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri leher pada penderita hipertensi dengan nilai p value sebesar 0,001 ($p < 0,05$) (Pamungkas, Widiastuti, & Witriyani, 2025). Penelitian sejalan dengan penelitian Nugroho, dkk (2022) pada 2 orang subjek pasien

hipertensi dengan skala nyeri kepala sedang dengan pengukuran nyeri menggunakan skala penilaian deskriptif sederhana didapatkan bahwa skala nyeri sebelum terapi adalah 7 menjadi skala nyeri 0 (tidak nyeri) (Nugroho, Ayubbana, & Sari, 2022)

Salah satu keuntungan terapi nonfarmakologis untuk meredakan nyeri adalah kompres hangat. dipilih karena merupakan salah satu metode yang mudah dilakukan, dapat dilakukan sendiri tanpa bantuan orang lain dan efektif untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi. Kompres hangat adalah memberikan rasa hangat pada daerah tertentu menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Kompres hangat efektif digunakan pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri dibagian leher dengan skala sedang (4-6). Kompres hangat dilakukan di leher karena pada leher terdapat arteri-arteri besar yang memperdarahi 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, yaitu dengan berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah sekitar leher akan memperlancar sirkulasi oksigen, mencegah spasme otot, dan menurunkan nyeri kepala. (Rahmanti & Pamungkas 2022).

Berdasarkan survai yang dilakukan penulis di puskesmas langsung, Didapatkan data jumlah lansia dengan hipertensi pada tahun 2024 tercatat 874 orang.

Berdasarkan pada data yang di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi nyeri pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas langsung pekanbaru.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah **“Bagaimana penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi nyeri pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Langsat Tahun 2025?”**

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mendeskripsikan penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi nyeri pada leher di wilayah Kerja Puskesmas Langsat Pekanbaru Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Studi Kasus

1. Mengidentifikasi skala nyeri pada lansia dengan hipertensi sebelum pemberian kompres hangat pada leher di wilayah kerja puskesmas langsat pekanbaru tahun 2025
2. Mengidentifikasi Skala Nyeri Pada Lansia dengan Hipertensi setelah pemberian Kompres Hangat pada leher di Wilayah Kerja Puskesmas Langsat Pekanbaru Tahun 2025
3. Mengidentifikasi Perubahan Skala Nyeri pada Lansia sebelum dan setelah Diberikan kompres hangat pada leher di Wilayah Kerja Puskesmas Langsat Tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Responden

Penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh Masyarakat khususnya lansia dan keluarga dalam penatalaksanaan nyeri nonfarmakologi pada lansia yang mengalami hipertensi dan diharapkan lansia mampu menerapkan secara mandiri tanpa ada efek samping lainnya.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi

Penelitian ini bisa memberikan informasi mengenai penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi nyeri pada lansia penderita hipertensi sehingga dapat di gunakan sehari – hari. Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya dalam perkembangan IPTEKS bidang Ilmu Keperawatan gerontik.

1.4.3 Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman bagi peneliti dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan langsung kepada Masyarakat khususnya pada lansia dengan hipertensi serta dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan terkait penerapan terapi menggunakan kompres hangat pada leher lansia untuk mengurangi nyeri secara nonfarmakologi.