

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring perkembangan zaman, keseharian manusia cenderung akan memilih gaya hidup modern. Gaya hidup modern inilah yang akan membuat manusia sangat menyukai hal-hal yang bersifat instan. Ini adalah gaya hidup yang tidak baik bagi kesehatan manusia, karena akan semakin banyak manusia yang malas untuk berakifitas fisik dan terlalu banyak untuk mengkonsumsi makanan instan. Selain dari itu, gaya hidup manusia yang tidak tahu bagaimana cara manajemen stres, kebiasaan merokok setiap hari, dan juga terlalu banyak mengkonsumsi alkohol serta kafein. Hal-hal seperti itulah yang tentunya akan dapat memicu terjadinya berbagai penyakit, salah satunya adalah hipertensi (Sari, 2017).

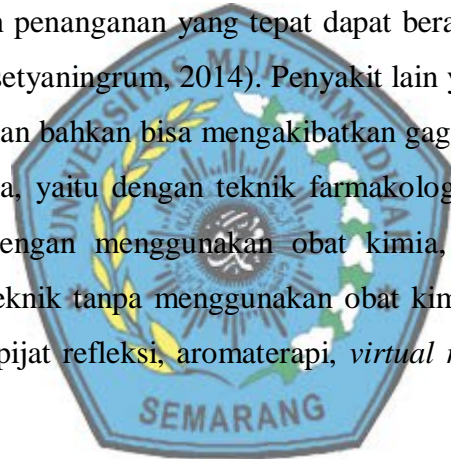
Hipertensi adalah penyakit yang sering sekali terjadi di negara berkembang, termasuk juga negara Indonesia. Seseorang bisa dikatakan menderita hipertensi jika ketika dilakukan pemeriksaan tekanan darah dalam beberapa kali menunjukkan hasil nilai tekanan darahnya selalu tinggi (Prasetyaningrum, 2014). Adanya peningkatan tekanan darah ini dapat mengakibatkan peningkatan volume darah dan penyempitan pembuluh darah yang mengakibatkan kerja jantung akan menjadi lebih berat dalam menyuplai oksigen dan nutrisi ke seluruh tubuh (Wijoyo, 2011). Seseorang bisa dikatakan sebagai penderita hipertensi apabila ketika diperiksa tekanan darahnya menunjukkan hasil yang melebihi 140/90 mmHg ataupun lebih walaupun dalam keadaan istirahat (Sari, 2017).

Hipertensi adalah suatu penyakit jarang diketahui gejalanya karena tidak memiliki gejala yang khas, gejala hipertensi cenderung hampir sama seperti gejala penyakit secara umum sehingga akan membuat sebagian orang tidak mengetahui jika dirinya sedang menderita hipertensi. Gejala yang paling umum dikeluhkan penderita hipertensi adalah jantung berdebar-debar, penglihatan sedikit kabur, terkadang disertai mual muntah,

adanya rasa sakit di dada, mudah sekali lemas, dan nyeri kepala yang disertai dengan rasa berat pada tengkuk (Sari, 2017).

Penyakit yang berada di posisi ketiga yang mengakibatkan kematian dan bisa terjadi gagal jantung kongesif serta gangguan serebrovaskuler adalah hipertensi (Azaria & Pujiastuti, 2017). Pada tahun 2013 hasil riset mengatakan bahwa penderita hipertensi meningkat menjadi 9,5% dari sebelumnya pada tahun 2007 hanya 7,6% (Rikesdas, 2013).

Seseorang yang menderita hipertensi biasanya memiliki gejala nyeri kepala, karena nyeri kepala merupakan gejala yang paling sering muncul akibat hipertensi, namun jika seseorang mengalami nyeri kepala itu tidak berarti menderita hipertensi, harus dilakukan pemeriksaan tekanan darah terlebih dahulu untuk memastikan nyeri kepala yang dirasakan berasal dari hipertensi atau tidak (Prasetyaningrum, 2014). Nyeri kepala akibat hipertensi ini jika tidak dilakukan penanganan yang tepat dapat berakibat yang fatal, salah satunya bisa terjadi stroke (Prasetyaningrum, 2014). Penyakit lain yang bisa terjadi adalah jantung koroner, gagal ginjal, dan bahkan bisa mengakibatkan gagal jantung. Ada dua cara dalam menangani nyeri kepala, yaitu dengan teknik farmakologi dan teknik non farmakologi. Farmakologi berarti dengan menggunakan obat kimia, dan non farmakologi berarti menggunakan teknik-teknik tanpa menggunakan obat kimia seperti tanaman tradisional, akupresur, akupunktur, pijat refleksi, aromaterapi, *virtual reality*, dan lain-lain (Azaria & Pujiastuti, 2017).



Berdasarkan penjelasan yang telah dijelaskan, maka penulis sangat tertarik untuk melakukan review pada beberapa literatur terkait tentang tindakan non farmakologis terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi. Sebagai rujukan *evidence based* agar perawat dan masyarakat dapat menerapkannya dalam tindakan pada pasien nyeri kepala karena hipertensi.

B. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Menganalisis efektifitas manajemen non farmakologi terhadap skala nyeri kepala pada pasien hipertensi

2. Tujuan khusus

- a. Menganalisis manajemen non farmakologi yang digunakan untuk menurunkan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi
- b. Menganalisis alat ukur nyeri dari beberapa literatur manajemen non farmakologi nyeri kepala pada pasien hipertensi.
- c. Menganalisis pengaruh manajemen non farmakologi nyeri kepala pada pasien hipertensi dari beberapa literatur

C. Bidang ilmu

Literatur review yang dilakukan merupakan bidang ilmu kesehatan, khususnya ilmu keperawatan medikal bedah.

