

PENERAPAN KOMPRES HANGAT DILEHER DALAM MENURUNKAN NYERI KEPALA PADA PASIEN HIPERTENSI : STUDI KASUS

**Nabila Ananda Gunawan Putri, Syafrina Arbaani Djuria* , Eli Amaliyah, Jajang Ganjar
Waluya**

Program Studi D III Keperawatan, FKIK, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
Correspondence: syafrina@untirta.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian terbesar di dunia. Hipertensi sering disebut the silent killer karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak tahu kalau dirinya mengidap hipertensi, tetapi kemudian mendapatkan dirinya sudah terdapat penyakit penyulit dari hipertensi. Hipertensi menimbulkan berbagai tanda dan gejala, salah satu yang sering dikeluhkan oleh pasien yaitu nyeri kepala sehingga perlu penanganan dengan penerapan kompres hangat. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan nyeri kepala pada pasien hipertensi dengan tindakan kompres hangat pada leher di RSUD dr. Drajat Prawiranegara. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian dengan desain studi kasus melalui pendekatan asuhan keperawatan dilakukan pada dua pasien yang mengalami masalah nyeri kepala sesuai kriteria inklusi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat adanya penurunan nyeri pada pasien 1 dari skala nyeri 6 menjadi 2, sedangkan pasien 2 dari skala nyeri 6 menjadi 3. Kesimpulan penerapan kompres hangat di bagian leher dapat menurunkan masalah nyeri kepala pada pasien hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Kompres hangat, Nyeri kepala

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease which is one of the main causes of death in the world. Hypertension is often called the silent killer because it often goes without complaints, so sufferers do not know that they have hypertension, but then find that they already have complications from hypertension. Hypertension causes various signs and symptoms, one of which patients often complain about is headaches which require treatment by applying warm compresses. This study aims to describe nursing care for headaches in hypertensive patients using warm compresses on the neck at RSUD dr. Prawiranegara Degree. The research method used was research with a case study design using a nursing care approach carried out on two patients who experienced headache problems according to the inclusion criteria. Data analysis in this research uses descriptive analysis. The research results showed that there was a reduction in pain in patient 1 from a pain scale of 6 to 2, while in patient 2 from a pain scale of 6 to 3. The conclusion was that applying a warm compress to the neck could reduce the problem of headaches in hypertensive patients.

Keywords: Hypertension, Warm compress, pain in the head

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian terbesar di dunia (Valerian et al., 2021). Data *World Health Organization* (WHO) 2021 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi dan hanya 36,8% diantaranya yang minum obat. Kemenkes RI (2021) menyatakan bahwa jumlah penderita hipertensi meningkat setiap tahunnya di dunia sekitar 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan ada sekitar 9,4 juta orang yang meninggal setiap tahun akibat penyakit hipertensi. Kemenkes RI (2018) diketahui bahwa hanya 13,5% yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan dan sekitar 4,7% yang minum obat anti hipertensi.

Prevalensi hipertensi di provinsi Banten yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun yang terdiagnosis sebanyak 30,23 %. Persentase hipertensi berdasarkan jenis kelamin pada laki-laki sebesar 26,36 %, dan perempuan yaitu 14,76 %. Prevalensi hipertensi di wilayah Kabupaten Serang sebesar 25,77% pada tahun 2018 dengan jumlah 1.748 jiwa (Riskesdas, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan, prevalensi data kejadian hipertensi di unit rawat inap penyakit dalam RSUD dr. Drajat Prawiranegara dari tahun 2020- 2023 mengalami penurunan dan peningkatan. Kejadian hipertensi setiap tahunnya sebanyak lebih dari 500 kasus, akan tetapi pada tahun 2022 mengalami penurunan sebanyak 413 kasus. Kejadian hipertensi mengalami peningkatan pada tahun 2023 yaitu sebanyak 1000 kasus terhitung sampai akhir Desember.

Pasien dengan masalah nyeri akut kepala di unit rawat inap penyakit dalam terdapat sebanyak 7 kasus.

Hipertensi adalah kondisi peningkatan tekanan darah yang tidak normal pada pembuluh darah arteri, ditandai dengan tekanan darah sistolik melebihi 120 mmHg dan tekanan darah diastolik melebihi 80 mmHg, yang diukur dalam dua pengukuran dengan selang waktu lima menit dengan keadaan yang cukup tenang (Irianto, 2018). Gejala yang sering timbul pada pasien hipertensi seperti nyeri akut pada bagian kepala, perdarahan hidung, dan wajah yang memerah, dapat terjadi baik pada penderita hipertensi maupun pada individu dengan tekanan darah normal (Manuntung, 2018).

Penatalaksanaan nyeri terbagi menjadi dua, yaitu dengan pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Secara non farmakologis penatalaksanaannya antara lain dengan menggunakan teknik relaksasi, distraksi dan kompres hangat (Efris, 2021). Kompres hangat adalah terapi non farmakologis untuk meringankan nyeri dengan cara menempelkan kain yang dibasahi air hangat dengan suhu 30°C-50°C ke bagian tubuh yang terasa nyeri (Djuwariyah, 2018). Kompres hangat dilakukan untuk merelaksasikan otot pada pembuluh darah dan melebarkan pembuluh darah sehingga hal tersebut dapat meningkatkan pemasukan oksigen dan nutrisi ke jaringan otak (Syara, Sringoringo & Sitorus, 2021).

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Valerian (2021) disimpulkan bahwa penggunaan kompres hangat pada leher

selama satu hari dapat efektif mengurangi intensitas nyeri akut pada pasien hipertensi yang sebelumnya mengalami nyeri pada kepala. Temuan dari penelitian Gumiwang (2021) menunjukkan bahwa setelah terapi kompres hangat, mayoritas pasien hipertensi (85,7%) mengalami penurunan pada skala nyeri, sementara sebagian kecil (14,3%) masih mengalami nyeri yang dikategorikan sebagai berat, dengan standar deviasi sebesar 0,426. Kelompok pasien hipertensi yang awalnya mengalami nyeri kepala berat, terjadi penurunan jumlah dari 10 orang sebelum melakukan menjadi 2 orang setelah melakukan.

Penelitian Fadlilah (2019) juga menyatakan bahwa adanya pengaruh signifikan terhadap skala nyeri kepala sebelum dan setelah pemberian kompres hangat. Skala nyeri yang dirasakan oleh responden sebelum menerima kompres hangat adalah 7, dan setelah mendapat kompres hangat, skala nyeri leher menurun menjadi 3, meningkatkan rasa nyaman pada penderita hipertensi.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dapat dirumuskan masalah, yaitu “apakah tindakan kompres hangat pada leher dapat menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi di RSUD dr. Drajat Prawiranegara?”

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian jenis kualitatif dengan desain studi kasus melalui pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi

keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Subjek penelitian ini adalah pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di bagian kepala. Penelitian ini dilakukan di RSUD dr. Drajat Prawiranegara Serang dengan lama implementasi selama 3 hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari di RSUD dr. Drajat Prawiranegara Serang yang terletak di jalan Rumah Sakit Umum Serang No. 1, Cipare, Kec. Serang, Kota Serang, Banten. RSUD dr. Drajat Prawiranegara memiliki fasilitas yang tersedia diantaranya yaitu layanan gawat darurat, rawat jalan, rawat inap, pelayanan penunjang medis, Lab. Patologi klinik, Lab. Patologi anatomi, dan pelayanan administrasi. Studi kasus ini penulis menggunakan ruang Aster 2 untuk melakukan penelitian. Ruang Aster 2 yaitu ruang rawat inap yang dikhususkan untuk pasien yang menderita penyakit sistem saraf, salah satunya hipertensi. Ruang Aster 2 ini memiliki 6 kamar rawat inap, 1 ruang perawat, 1 kamar mandi, 1 ruang loker, 1 ruang admin, 1 ruang dokter, dan 1 gudang.

Pengkajian Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian, pasien 1 berinisial Ny. S berusia 67 tahun, berjenis kelamin perempuan dengan nomor rekam medis 00.52.46.xx, sedangkan pasien 2 berinisial Tn. S berusia 56 tahun berjenis kelamin laki-laki dengan rekam medis 00.52.50.xx. Ny. S dan Tn. S didiagnosa medis hipertensi. Pasien 1 dilakukan pengkajian pada tanggal 22 Februari 2024 dan ditemukan keluhan nyeri pada bagian kepala, sedangkan

pasien 2 dilakukan pengkajian pada tanggal 26 Februari dan ditemukan keluhan nyeri pada bagian kepala. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dafriani & Prima (2019) menyatakan bahwa keluhan yang sering dijumpai pada pasien dengan hipertensi adalah nyeri di bagian kepala, rasa pegal dan tidak nyaman pada bagian tengkuk, dan perasaan berputar seperti tujuh keliling.

Hasil wawancara menunjukkan adanya riwayat penyakit keluarga. Pasien 1 tidak ditemukan adanya riwayat penyakit turunan, sedangkan pasien 2 ditemukan adanya riwayat penyakit hipertensi yang berasal dari ibu pasien. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurarif & Kusuma (2017) yang menyatakan bahwa kejadian hipertensi sering dipengaruhi oleh riwayat penyakit turunan, terlebih lagi individu dengan keluarga hipertensi memiliki potensi lebih tinggi mendapatkan penyakit hipertensi.

Hasil pengukuran tanda-tanda vital, ditemukan peningkatan pada pengukuran tekanan darah. Pasien 1 memiliki tekanan darah 160/90 mmHg, sedangkan pasien 2 memiliki tekanan darah 165/95 mmHg. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Huda & Kusuma yang menyatakan bahwa seseorang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi dari 140/90 mmHg.

Pasien 1 & Pasien 2 ditemukan adanya permasalahan pada sistem endokrin berupa sering berkeringat di malam hari. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurarif & Kusuma (2017) yang menyatakan

bahwa hipertensi dipengaruhi oleh sistem endokrin dan sering memicu berkeringat.

Hasil pengkajian pola aktivitas sehari-hari, ditemukan pasien 1 bukan seorang perokok ataupun mengonsumsi alkoholik, sedangkan pasien 2 tidak mengonsumsi alkoholik, namun seorang perokok. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umara et al. (2022) yang menyatakan bahwa kejadian hipertensi dapat terjadi akibat faktor risiko merokok.

Hasil pemeriksaan laboratorium, ditemukan adanya peningkatan nilai hematokrit dan nilai natrium pada pasien 1 dan pasien 2. Pasien 1 nilai hematokritnya adalah 55% dan nilai natriumnya 155 mmol/L, sedangkan pasien 2 nilai hematokritnya adalah 56% dan nilai natriumnya 162 mmol/L. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Sendiang et al. 2022) menyatakan adanya hubungan positif antara kadar hematokrit dengan tekanan darah, baik tekanan darah sistolik maupun diastolik, dimana jika semakin tinggi kadar hematokrit maka semakin tinggi juga tekanan darah.

Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil analisa data yang berupa data subjektif dan data objektif, kedua pasien ditemukan tanda dan gejala mayor, yaitu Ny. S dan Tn.S sama-sama mengeluh nyeri, tampak meringis. Selain itu, ditemukan juga tanda dan gejala minor berupa tekanan darah meningkat pada Ny.S dan Tn.S. Hal ini sesuai dengan tanda dan gejala mayor maupun minor, baik secara objektif maupun subjektif yaitu dengan diagnosa keperawatan nyeri akut

berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (PPNI, 2016).

Intervensi Keperawatan

Berdasarkan diagnosa yang telah ditegaskan, yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, intervensi keperawatan yang disusun adalah manajemen nyeri sebagai intervensi utama dan kompres hangat pada leher sebagai intervensi pendukung. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Syara, sringoringo, & sitorus (2021) yang menyatakan bahwa kompres hangat adalah terapi non farmakologis untuk meringankan nyeri dengan cara menempelkan kain yang dibasahi air hangat ke bagian tubuh yang terasa nyeri. Kompres hangat dilakukan untuk merelaksasikan otot pada pembuluh darah dan melebarkan pembuluh darah sehingga hal tersebut dapat meningkatkan pemasukan oksigen dan nutrisi ke jaringan otak.

Intervensi utama manajemen nyeri yang disusun adalah mengidentifikasi, lokasi, karakteristik, durasi, intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, mengidentifikasi respon nyeri secara non verbal, memberikan teknik non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, memfasilitasi istirahat tidur, jelaskan penyebab, periode dan pemicu nyeri, jelaskan strategi meredakan nyeri dan ajarkan teknik non farmakologis, sedangkan untuk intervensi pendukungnya yaitu pemberian kompres hangat pada leher untuk mengatasi nyeri dibagian kepala. Hal ini sesuai dengan PPNI (2018) dalam standar intervensi keperawatan Indonesia yang menyatakan bahwa dalam mengatasi nyeri akut disusun

intervensi utama manajemen nyeri dan intervensi pendukung kompres hangat.

Selain itu, tujuan dan kriteria hasil yang disusun adalah tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil tekanan darah membaik, keluhan nyeri menurun, meringis menurun, gelisah menurun. Hal ini sesuai dalam standar luaran keperawatan Indonesia yang disusun oleh PPNI (2018) yang menyatakan bahwa capaian yang dapat disusun untuk nyeri akut adalah tingkat nyeri dengan ekspektasi menurun.

Implementasi Keperawatan

Implementasi dilakukan sesuai dengan intervensi keperawatan yang telah disusun. Implementasi yang dilakukan berfokus pada tindakan kompres hangat. Pasien 1 dilakukan kompres hangat selama 15 menit selama 3 hari, sedangkan pasien 2 dilakukan kompres hangat selama 15 menit selama 3 hari. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Rahmantia & Pamungkas (2021) bahwa pemberian kompres hangat dengan waktu 15 menit dapat menurunkan nyeri pada pasien.

Implementasi berikutnya yang dilakukan adalah mengidentifikasi skala nyeri. Pada pasien 1 didapatkan skala nyeri pada awal pengkajian adalah 6 dan hari terakhir 2, sedangkan pada pasien 2 diapatkan hasil pada hari pertama skala nyeri 6 dan hari terakhir skala nyeri 3. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadlilah (2019) bahwa pemberian kompres hangat dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien ditandai dengan adanya penurunan skala nyeri. Abdurakhman dan Indragiri (2020) menyatakan tindakan

kompres hangat dapat meningkatkan aliran darah ke bagian tubuh yang mengalami cedera, terjadi peningkatan pengiriman leukosit dan antibiotik ke daerah yang mengalami luka, meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan, terjadi vasodilatasi yang memperbaiki peredaran darah dalam jaringan tersebut dan terjadi rileks sehingga dapat mengalihkan nyeri pada pasien.

Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan pada dua pasien mendapatkan hasil yang hampir sama. Pada hari pertama Ny.S dan Tn.S mengatakan masih mengeluh nyeri kepala dengan skala nyeri 6. Selain itu, kedua pasien juga masih tampak meringis kesakitan dan tekanan darahnya masih dalam peningkatan. Kemudian, pada hari kedua keluhan nyeri kepala Ny.S dan Tn.S mengalami penurunan dengan skala nyeri Ny.S 4 dan skala nyeri Tn.S 5. Selain itu, kedua klien juga masih tampak meringis dan memegang kepalanya. Selanjutnya, pada hari ketiga keluhan nyeri yang dirasakan Ny.S dan Tn.S berkurang dengan skala nyeri Ny.S dan Tn.S adalah 2. Selain itu, Ny.S dan Tn.S sudah tidak tampak meringis kesakitan, tidak merasa gelisah dan frekuensi nadinya juga membaik. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Gumiwang (2021) bahwa setelah terapi kompres hangat, mayoritas pasien hipertensi (85,7%) mengalami penurunan pada skala nyeri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Penerapan kompres hangat pada leher dalam mengatasi masalah nyeri akut pada pasien hipertensi dalam disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengkajian yang dilakukan pada kedua pasien didapatkan pasien 1 mengeluh nyeri kepala seperti ditusuk tusuk terutama dibagian belakang kepala dengan tekanan darah 160/90 mmhg, sedangkan pada pasien 2 mengeluh nyeri kepala terutama dibagian belakang kepala dengan tekanan darah 165/95 mmhg.
2. Diagnosa yang ditegakkan pada pasien 1 adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis ditandai dengan pasien mengeluh nyeri kepala, wajah tampak meringis dan tekanan darah meningkat, sedangkan pada pasien 2 adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis ditandai dengan pasien mengeluh nyeri kepala, wajah tampak meringis dan tekanan darah meningkat.
3. Intervensi keperawatan yang disusun pada pasien 1 dan pasien 2 disesuaikan dengan diagnosa yang telah ditegakkan, yaitu manajemen nyeri sebagai intervensi utama dan kompres hangat sebagai intervensi pendukung.
4. Implementasi keperawatan yang dilakukan kepada pasien 1 dan 2 selama tiga hari sesuai dengan intervensi keperawatan yang telah disusun selama 15 menit setiap tindakan

Evaluasi keperawatan yang didapatkan pada pasien 1 keluhan nyeri menurun ditandai dengan skala nyeri pasien menjadi 2,

sedangkan pada pasien 2 keluhan nyeri menurun ditandai dengan skala nyeri pasien menjadi 3.

Saran

Hasil penelitian ini diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat mengombinasikan penerapan kompres hangat dengan tindakan lain, seperti relaksasi napas dalam, *audiotherapy* murrotal, dan lain sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurakhman, R.Nur & Indragigi, S.(2020). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Dengan Wwz (warm water zack) Terhadap Nyeri pada Pasien Dyspepsia, 11(1), 77–82.
- Dafriani, P., & Prima, B. (2019). Pendekatan Herbal Dalam Mengatasi Hipertensi. <https://doi.org/10.31227/osf.io/x6mbn>
- Djuwariyah, Sodikin & Yulistiani (2018). Efektifitas Penurunan nyeri Menggunakan Kompres Air Hangat pada pasien hipertensi Di Ruang Kanthil RSUD Banyuma. . <http://digilbi.ump.ac.id/files/disk/16/jhptumpa-djuwariyah-758-1-efektivi-.pdf>
- Irianto, Koes, (2018). Memahami Berbagai Macam Penyakit: Penyebab, Gejala,. Penularan, Pengobatan, Pemulihan dan Pencegahan. Bandung: CV. Alfabeta
- Manuntung, Alfeus. (2018). Buku Terapi Perilaku Kognitif pada Pasien Hipertensi. Malang : Wineka Media
- Nurarif, Amin Huda & Kusuma, Hardi. (2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC NOC Jilid 2. Jakarta: EGC
- PPNI (2017) Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Indonesi: Jakarta Selatan.
- PPNI (2018), Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI
- PPNI (2019) Standar Luaran Keperawatan Indonesia. 1st edn. Jakarta: DPP PPNI
- Profile Dinas Kesehatan Provinsi Banten (2021) Angka kejadian hipertensi seProvinsi Banten.
- Riskesmas, 2018 Prevalensi Hipertensi Berdasarkan Hasil Pengukuran Pada Penduduk Umur >18 Tahun. WWW.depkes.go.id
- Syara, A. M., Siringoringo, T., Halawa, A., & Sitorus, K. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Untuk Mengurangi Nyeri Di Kepala Pada Pasien Hipertensi. Jurnal Pengmas Kestra (Jpk), 1(1), 153– 156. <https://doi.org/10.35451/jpk.v1i1.756>.
- Valerian, F. O., & Gumiwang E. K. (2021). Penerapan Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro. Jurnal Cendikia Muda, 1(2), 1–5. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/208>
- World Health Organization (WHO). (2021). A Global Brief Of Hypertension : Silent

Killer, Global Public Helath Crisis.

Diakses dari

Umara, A. F., et al.(2022). Buku Ajar
Keperawatan Medikal Bedah S1
Keperawatan Jilid 1. Jakarta:
Mahakarya Citra Utama.