

Studi Kasus Penerapan Kompres Hangat Pada Nyeri Kepala Pasien Dengan Hipertensi

Chantika Natalia K¹, Dwi Retnaningsih²

Prodi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

Chantika.natalia08@gmail.com; dwiretnaningsih81@yahoo.co.id

Diterima : 16 September 2022. Disetujui : 30 Mei 2023 . Dipublikasikan : 20 Juli 2023

ABSTRAK

Hipertensi mulai tahun 2015 hingga tahun 2020 ada sebanyak 1,3 miliar yang menderita hipertensi di dunia, berarti ada 1 dari 3 orang terdiagnosa hipertensi. Setiap tahun angka hipertensi di dunia selalu meningkat, hingga diperkirakan ada 1,5 miliar individu yang akan mengalami hipertensi pada tahun 2025, serta diperkirakan bahwa 9,4 juta individu akan meninggal karena terjadinya komplikasi dari hipertensi setiap tahunnya. Hipertensi dapat menimbulkan rasa nyeri di kepala. Tujuan dilakukan studi kasus adalah untuk melakukan penerapan kompres hangat pada nyeri kepala pasien dengan hipertensi. Aplikasi studi kasus pada penderita hipertensi dengan nyeri kepala dengan metode rancangan *pretest – posttest* yaitu diukur skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kompres hangat. Subyek dari studi kasus adalah 2 pasien hipertensi dengan nyeri kepala sedang dengan metode pemberian kompres hangat dengan suhu 40-45⁰ C selama 15 menit dalam kurun waktu 3 hari. Subyek sesuai dengan kriteria inklusi yang sebelumnya telah diberikan lembar persetujuan. Hasil studi kasus didapatkan terjadi penurunan skala nyeri pada kedua subjek, dimana terjadi perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat. Skala nyeri pada kedua subyek terjadi penurunan yang awalnya nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Maka dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian kompres hangat dapat menurunkan nyeri kepala pasien hipertensi.

Kata kunci: hipertensi, nyeri kepala, kompres hangat.

ABSTRACT

Between 2015 and 2020, there will be 1.3 billion people suffering from hypertension worldwide, meaning 1 in 3 people will be diagnosed with high blood pressure. Every year, the number of hypertensive people in the world is constantly increasing, so it is estimated that there will be 1.5 billion people who will develop hypertension by 2025, and an estimated 9.4 million people will die from complications of high blood pressure each year. Hypertension can cause pain in the head. The purpose of the case study is to examine the application of warm compresses to headaches in patients with hypertension. Application of case studies in patients with hypertension and headaches with the method of planning a pretest-posttest to measure the scale of pain before and after the application of warm compresses The subject of the case study was two hypertensive patients with moderate headaches treated with the method of administering warm compresses at a temperature of 40–45 °C for 15 minutes over a period of 3 days. Subjects meet the inclusion criteria that have previously been given the approval sheet. A case study resulted in a decrease in the pain scale in both subjects, where there was a difference in the scale of pain before and after a warm compress. The scale of pain in both subjects experienced a decrease that was initially painful and became a slight pain. It can then be concluded that the administration of warm compresses can reduce the headache of hypertensive patients.

Keywords: hypertension, headache, warm compress.

PENDAHULUAN

Hipertensi ialah penyakit yang setiap tahunnya meningkat dengan populasi yang cukup tinggi namun merupakan penyakit yang tidak menular (Rohimah, 2015). Hipertensi juga dibagi berdasarkan dari sebab yaitu hipertensi primer dan juga hipertensi sekunder. Hipertensi primer yaitu peningkatan tekanan yang penyebabnya tidak diketahui sedang hipertensi sekunder ialah peningkatan tekanan darah yang penyebabnya adalah penyakit (Fadlilah, 2019).

Dari WHO menyatakan penyakit hipertensi mulai dari tahun 2015 hingga tahun 2020 ada sebanyak 1,3 miliar manusia yang menderita hipertensi di dunia, hal tersebut menyatakan bahwa 1 dari 3 orang terdiagnosa hipertensi yang berada di dunia. Setiap tahunnya angka hipertensi di dunia selalu meningkat, hingga diperkirakan ada 1,5 miliar individu yang akan mengalami hipertensi pada tahun 2025, serta diperkirakan bahwa 9,4 juta individu akan meninggal karena

terjadinya komplikasi dari hipertensi setiap tahunnya.

Biasanya individu yang mengalami hipertensi akan memiliki salah satu tanda akan muncul tanda seperti tengguk terasa nyeri (Jabani et al., 2021). Nyeri dan kekakuan otot pada tengguk atau hanya diri yang berada pada tengguk disebabkan oleh terjadinya ketidاكلancaran aliran darah yang disebabkan oleh peningkatan tekanan pembuluh darah yang terjadi di dinding di daerah leher kemudian biasanya rasa nyeri tersebut mengganggu aktivitas sehari-hari pasien hipertensi (Suwaryo & Melly, 2018).

Berdasarkan data prevalensi menurut riskesdas 2018 dan profil kesehatan dinas kota Semarang tahun 2018 tentang hipertensi menyatakan bahwa penyandang hipertensi di wilayah Jawa Tengah mencapai angka 160.283 malam dengan rata-rata penduduk memiliki umur kurang lebih 18 tahun. Menurut data yang diperoleh dari profil kesehatan yang ada di provinsi Jawa Tengah menyatakan bahwa di Semarang yang pasien dengan hipertensi sekitar 6,88%.

Nyeri itu sendiri dapat ditangani dengan beberapa cara, penatalaksanaan tersebut dapat dibagi menjadi dua, yang pertama adalah melalui farmakologi dan juga nonfarmakologi. Penatalaksanaan farmakologis kerap dilakukan dengan pemberian obat analgesic (obat yang digunakan sebagai pereda nyeri) walaupun penggunaan teknik farmakologis dengan pemberian analgesik memberikan efek yang baik untuk pereda rasa sakit pasien hipertensi namun hal tersebut dapat membuat efek samping yaitu ketika pasien bergantung pada obat tersebut dan akan merasa kurang apabila tidak mengkonsumsinya (Hangat, 2021). Cara yang kedua dengan terapi non farmakologi dimana pemberian kompres hangat dilakukan dia bekerja dengan meningkatkan pemasukan nutrisi dan juga oksigen ke dalam otak dengan meregangkan dan juga ga melebar kan otot pembuluh darah sehingga ga karena adanya peningkatan rasa nyaman saat pemberian kompres hangat, Penerapan kompres hangat ini nilai dapat menurunkan skala nyeri (4 – 6) sedang dan membantu terjadinya pengurangan rasa nyeri kepala pasien hipertensi (Salvataris et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukakan oleh (Setiawan, 2017) menunjukkan bahwa jika pemberian kompres hangat yang dilakukan pada sekelompok orang dengan dilakukan pemberian kompres hangat menunjukkan hasil adanya penurunan kepada kelompok yang diberikan kompres hangat namun bagi kelompok yang tidak diberikan kompres hangat tidak terjadi penurunan pada kepala pasien hipertensi. Tujuan studi kasus adalah menerapkan kompres hangat pada nyeri kepala pasien hipertensi. Manfaat studi kasus adalah menambah pengetahuan perawatan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

METODE PENELITIAN

Metode studi kasus adalah deskriptif di mana tujuannya agar dapat mendefinisikan sifat serta karakteristik pada saat kejadian mengenai gejala, peristiwa, dan juga cara penanganannya. Subjek studi kasus ini adalah 2 orang yang mengalami hipertensi atau tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg, yang mengalami nyeri pada kepala (4 – 6) sedang, dan tidak menolak menjadi pasien. Instrumen yang diambil pada penelitian kali ini menggunakan lembar observasi untuk mengumpulkan data serta standar operasional prosedur (SOP) terhadap pemberian kompres hangat sesuai dengan standar asuhan keperawatan. yang dimulai dari pengkajian dan berupa pengukuran intensitas nyeri pada kepala pasien yang mengacu dengan menggunakan skala nyeri numerik/ NRS (0-10) dan intensitas nyeri deskriptif

Metode pengumpulan data yaitu peneliti mencari pasien hipertensi dengan kriteria inklusi; pasien yang dapat berkomunikasi secara verbal dan non verbal, pasien dengan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg, pasien yang mengalami nyeri pada kepala (4 – 6) sedang, pasien bersedia menjadi responden, selanjutnya meminta persetujuan, kemudian kontrak waktu pelaksanaan intervensi kompres hangat dan evaluasi tindakan yang telah dilakukan. Penerapan kompres hangat dilakukan sesudah minum obat hipertensi selama 15-20 menit.

Studi kasus ini dilakukan di Wahyu Utomo Semarang pada Tanggal 24 Juni 2022 hingga 29 Juni 2022. Analisa data dilakukan

dalam bentuk narasi dan tabel yang sesuai dengan data responden meliputi: jenis kelamin, umur, pendidikan, lama menderita hipertensi, riwayat hipertensi. Untuk menyajikan data dalam bentuk narasi adalah data pengkajian yang dilakukan pada responden yang dilakukan sebelum atau sesudah pemberian intervensi berupa kompres hangat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat di leher pasien Hipertensi

Subjek	Hari ke 1		Hari ke 2		Hari ke 3	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
I	6	5	5	4	3	2
II	5	4	4	3	3	2

Penulis melakukan proses asuhan keperawatan kepada Tn. S usia 67 tahun dan Ny. S usia 60 tahun dengan hipertensi dan nyeri kepala.

Pengkajian pada Tn. S tanggal 24 Juni 2022 jam 07.50 WIB pasien mengatakan menderita hipertensi sejak 8 tahun. Selama menderita hipertensi pasien sering merasakan nyeri dikepalanya. Pasien tidak rutin mengkonsumsi obat anti hipertensi. pasien mengatakan sudah 2 hari nyeri nya tidak mereda dan sudah minum obat tekanan darah terakhir 210/100. Dari hasil pengkajian didapatkan tekanan darah pasien 180/110 mmHg, Nadi 90x/menit, Respirasi 20x/menit, dan suhu badan 36°C.

Pengkajian pada Ny. S pada tanggal 27 Juni 2022 jam 07.50 WIB pasien mengatakan menderita hipertensi sejak 6 tahun. Semenjak menderita hipertensi pasien seing merasakan nyeri dikepalanya. Pasien tidak rutin mengkonsumsi obat anti hipertensi. pasien mengatakan sering nyeri kepala tetapi tidak mereda dan sudah minum obat tekanan darah terakhir 170/110. Dari hasil pengkajian didapatkan tekanan darah pasien 160/100 mmHg, Nadi 90x/menit, Respirasi 22x/menit, dan suhu badan 36,2°C.

Diagnosa keperawatan yang diperoleh oleh kedua pasien tersebut adalah Nyeri Akut (D.0077) berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (PPNI, 2017).

Intervensi keperawatan yang dilakukan pada Tn. S untuk dapat mengatasi nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis dengan tujuan dan kriteria hasil: Setelah dilakukan tindakan keperawatan 3x6 jam diharapkan nyeri pasien berkurang dengan menunjukkan pasien tidak mengalami nyeri lagi, skala nyeri rentan 1 – 3 (nyeri ringan), pasien tidak mendesis dan pasien tenang (PPNI, 2018).

Intervensi keperawatan yang dilakukan pada Ny. S untuk dapat mengatasi nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis dengan tujuan dan kriteria hasil: Setelah dilakukan tindakan keperawatan 3x6 jam diharapkan nyeri pasien berkurang dengan menunjukkan pasien tidak mengalami nyeri lagi, skala nyeri rentan 1 – 3 (nyeri ringan), pasien tidak mendesis dan pasien tenang.

Tabel 2. Hasil pernyataan subjek

Subjek	Hari		
	I	II	III
I	Pasien mengatakan sering merasakan nyeri pada kepalanya, sudah 2 hari nyeri nya tidak mereda.	Pasien mengatakan masih nyeri dan pusing.	Pasien mengatakan sudah sedikit hilang rasa nyeri, pusing yang dirasakan, skala nyeri sudah menurun menjadi 2 dengan nyeri ringan.
II	Pasien mengatakan semenjak menderita hipertensi klien sering merasakan nyeri pada kepalanya, pasien mengatakan sering nyeri kepala tetapi tidak mereda.	Pasien mengatakan masih nyeri dan pusing.	Pasien mengatakan sudah sedikit hilang rasa nyeri, pusing yang dirasakan, skala nyeri sudah menurun menjadi 2 dengan nyeri ringan.

Tabel 3. Tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi

Subjek	Hari ke 1		Hari ke 2		Hari ke 3	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
I	180/110	160/100	160/100	150/90	140/90	130/90
II	160/100	150/100	150/100	149/90	149/90	130/90

Pembahasan hasil yang didapatkan dari studi kasus masalah keperawatan pada pasien Tn. S dan pasien Ny. S dengan diagnosa nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisiologis yang disebabkan karena tekanan darah meningkat yang timbul adanya nyeri karena penurunan suplai oksigen ke otak serta peregangan spasme otot sehingga nyeri kepala dirasakan. Nyeri pada kepala pasien dirasakan karena adanya penurunan suplai darah ke dalam otak serta peningkatan spasme dari pembuluh darah (Salvataris et al., 2021).

Penelitian ini menggunakan tindakan kompres hangat. Kompres hangat yang berguna mengisitrahatkan otot di pembuluh darah manusia. Penelitian (Setiawan, 2017) mengungkapkan bahwa kompres hangat yang dilakukan berhasil menurunkan tingkat nyeri pada pasien hipertensi. Penelitian (Rohimah, 2015) mengungkapkan jika adanya pengaruh yang signifikan terhadap tingkat nyeri pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan kompres (Hangat, 2021).

Terapi dari pemberian kompres hangat ini bisa menurunkan nyeri dari rasa hangat yang diberikan membuat rasa nyaman, membebaskan nyeri pada kepala atau daerah yang di kompres, dapat mengurangi bahkan mencegah terjadinya spasme otot. karena pemberian kompres hangat ini memberikan dilatasi dari pembuluh darah hingga suplai oksigen yang nantinya akan semakin lancar karena rasa hangat tersebut yang pada akhirnya dapat membantu meregangkan ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasa pasien setelah diberi kompres akan semakin menurun (Rahmadhayanti et al., 2017).

Secara anatomis kompres hangat ini memiliki sifat konduksi dimana pemberian energi panas tersebut menyebabkan terjadinya pelebaran pembuluh darah dan juga relaksasi otot dapat meningkat karena rangsangan tersebut dan pasokan oksigen ke dalam otak semakin bertambah dan juga jaringan tersebut mendapatkan nutrisi yang cukup sehingga

dapat mengurangi nyeri (Salvataris et al., 2021).

Berdasarkan pengkajian yang penulis lakukan pada kedua subyek yang mengalami keluhan yang sama, maka penulis menekankan untuk memberikan terapi kompres hangat. Penelitian (Gumiwang et al., 2021) mengungkapkan jika adanya pengaruh yang signifikan mengenai penurunan skala nyeri mulai dari sebelum maupun sesudah diberikan kompres.

Pada pasien I Tn. S umur 67 tahun pada hari pertama sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat selama 15 menit, skala nyeri yang awal 6 menjadi 5 dan mengalami penurunan 1, hari kedua sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat selama 15 menit, skala nyeri yang awal 5 turun menjadi 4 mengalami penurunan 1, pada hari ketiga sebelum dan sesudah dilakukan terapi kompres hangat selama 15 menit, skala awal 3 turun menjadi 2 mengalami penurunan 1. Sedangkan evaluasi pada pasien II Ny. S umur 60 tahun pada hari pertama sebelum dan sesudah dilakukan terapi kompres hagat selama 15 menit, skala nyeri yang awal 5 turun menjadi 4 mengalami penurunan 1, pada hari kedua sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat selama 15 menit, skala nyeri awal 4 menjadi 3 mengalami penurunan 1, pada hari ketiga sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres hangat selama 15 menit, skala nyeri awal 3 menjadi 2 mengalami penurunan 1. Sehingga dari data yang sudah ada disimpulkan bahwa penurunan skala nyeri hari pertama pada Tn. S dan Ny. S dapat menurunkan skala nyeri pada penderita Hipertensi, dimana skala nyeri pada Tn. S yang awalnya 6 (nyeri sedang) menjadi 2 (nyeri ringan), pasien sudah sedikit tampak rileks, nyaman, sedikit tampak menahan rasa nyeri dan sudah tidak tampak mendesis. Pada Ny. S skala nyeri yang awalnya 5 (nyeri sedang) menjadi 2(nyeri ringan), pasien sudah sedikit tampak rileks dan nyaman.

SIMPULAN DAN SARAN

Perawatan nyeri kepala pada pasien hipertensi secara farmakologis dapat dilakukan dengan memberikan analgesik (obat yang digunakan sebagai pereda nyeri),

tindakan non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap dalam pemberian analgesic yaitu dilakukan dengan terapi kompres hangat, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat manfaat terapi kompres hangat terhadap pencegahan terjadinya nyeri kepala pada pasien hipertensi di Wahyu Utomo, Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Fadlilah, S. (2019). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Leher Pada Penderita Hipertensi Esensial Di Wilayah Puskesmas Depok I, Sleman Yogyakarta. *Caring : Jurnal Keperawatan*, 8(1), 23–31. <https://doi.org/10.29238/Caring.V8i1.364>
- Gumiwang, E. K. A., Purwono, J., Ayubbana, S., Kurnia, E., Gumiwang, A., Purwono, J., Ayubbana, S., Dharmas, A., & Metro, W. (2021). Penerapan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(1), 41–45. <http://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/jwc/article/viewfile/179/90>
- Hangat, P. K. (2021). *The Implementation Of Warm Compress To The Neck Of Hypertension Patients With Pain Nursing Problems Pendahuluan Hipertensi Merupakan Masalah Kesehatan Publik Utama Di Seluruh Dunia Dan Merupakan Faktor Risiko Penyakit Kardiovaskular , Serta Belum Terkontr.*
- Hidayat, A. Alimul. (2013). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia : Aplikasi Konsep Proses Keperawatan*. Jakarta Salemba Medika. <http://katalogar.pusklaten.perpusnas.go.id/detail-opac?id=7935>
- Jabani, A. S., Kusnan, A., & B, I. M. C. (2021). Prevalensi Dan Faktor Risiko Hipertensi Derajat 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-Issn : 2085-5931 E-Issn : 2623-2871*, 12(4), 31–42.
- <https://stikes-nhm.e-journal.id/nu/article/view/494>
- Ppni, T. P. S. D. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (Sdki)*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Ppni, T. P. S. D. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Rahmadhayanti, E., Afriyani, R., & Wulandari, A. (2017). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Sma Karya Ibu Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 369. <https://doi.org/10.26630/Jk.V8i3.621>
- Rohimah, S. (2015). Pengaruh Kompres Hangat Pada Pasien Hipertensi Esensial Di Wilayah Kerja Puskes Kahurpian Kota Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 13(1), 213–227. <https://doi.org/10.36465/Jkbth.V13i1.37>
- Salvataris, S., Ludiana, L., & Ayubbana, S. (2021). Penerapan Kompres Hangat Leher Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kec. Metro Pusat Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(4), 521–528.
- Setiawan, K. M. & D. (2017). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Rsd Tugurejo Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (Jikk)*, 2(1), 1–11.
- Suwaroyo, P. Agina Widyaswara, & Melly, E. S. U. (2018). Studi Kasus: Efektifitas Kompres Hangat Dalam Penurunan Skala Nyeri Pasien Hipertensi. *Jurnal Ners Widya Husada*, 5(2), 67–74.