

Penerapan Teknik Kompres Hangat Dalam Upaya Menurunkan Tingkat Intensitas Nyeri Kepala Pada Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler Hipertensi

Oleh

,Dindi Paizer¹ Ria Dila Syahfitri²

^{1,2}Dosen DIII Keperawatan Akper Kesdam II / Sriwijaya

Email : dindipaizer12@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi merupakan suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Penderita hipertensi pada umumnya merasakan nyeri pada kepala, Nyeri tersebut akan merangsang saraf simpatis sehingga menyebabkan tekanan pembuluh darah naik, peningkatan tersebut akan merangsang kelenjar adrenal dan aliran darah ke ginjal menurun. **Tujuan Penelitian :** untuk mendapatkan gambaran pelaksanaan implementasi keperawatan pemberian terapi kompres hangat untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi. **Metode :** Jenis penelitian ini adalah naratif dalam bentuk studi literature menggunakan reset libraby . Kriteria artikel / hasil penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini terdiri dari 5 artikel / hasil penelitian yang di publikasikan secara online dari rentang tahun 2015-2020. Artikel atau hasil penelitian tersebut tersedia secara full teks untuk di gunakan peneliti sebagai data untuk di analisis. **Hasil dan Pembahasan :** Berdasarkan 5 jurnal yang telah di review hasil yang didapat setelah melakukan identifikasi dan analisis pemberian kompres air hangat menunjukkan hasil lebih efektif untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi. **Kesimpulan dan Saran :** Dengan pemberian terapi kompres air hangat dapat menurunkan nyeri kepala pada klien dengan hipertensi. Diharapkan studi literatur ini dapat menambah wawasan pengetahuan bagi perawat dan keluarga bahwa dengan terapi kompres air hangat dapat menurunkan nyeri kepala pada klien dengan hipertensi.

Kata Kunci : Kompres hangat, nyeri kepala, Hipertensi

ABSTRACT

Background: hypertension is a condition when blood pressure in the blood vessels increases chronically. Patients with hypertension in general feel pain in the head, the pain will stimulate the sympathetic nerves causing blood vessel pressure to rise, the increase will degrade the adrenal glands and the blood flow of the kidneys decreases. **Research objectives:** To get an overview of the implementation of nursing implementation of treatment of warm compresses to reduce head pain in hypertensive patients. **Method:** This type of research is narrative in the form of a literature study using a reset Libraby. The article criteria/research results used in this research consist of 5 articles/research results that are published online from the range of 2015-2020 years. The articles or results of the study are available in full text to be used by researchers as data for analysis. **Results and discussion:** Based on 5 journals that have been reviewed by the results after conducting the identification and analysis of hot water compresses shows more effective results to reduce head pain in hypertensive patients. **Conclusion and suggestion:** With the introduction of therapy warm water compresses can decrease head pain in the client with hypertension. It is hoped that this literature study can add knowledge insight to nurses and families that with warm water compressing therapies can decrease head pain in clients with hypertension.

Keywords: warm compress, head pain, hypertension

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Jika dibiarkan, penyakit ini dapat mengganggu fungsi organ-organ lain, terutama organ-organ vital seperti jantung dan ginjal. Orang yang mengalami hipertensi tidak hanya beresiko tinggi menderita penyakit jantung tetapi juga menderita penyakit lain seperti penyakit saraf dan pembuluh darah dimana makin tinggi perilaku pengendalian hipertensi, makin tinggi risikonya (Nurarif & Kusuma, 2015).

Menurut World Health Organization (WHO, 2017) menunjukkan diseluruh dunia, sekitar 1 milyar orang menderita hipertensi. Pada tahun 2017 prevalensi hipertensi diperkirakan akan terus meningkat sebanyak 29% orang dewasa diseluruh dunia terkena penyakit hipertensi.

Di Indonesia, prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi secara nasional sebesar 30,9%. Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (32,9%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (28,7%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (31,7%) dibandingkan dengan perdesaan (30,2%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur (Kemenkes RI, 2017). Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus penerapan terapi kompres hangat untuk mengurangi rasa nyeri kepala atau leher dengan menggunakan kompres hangat tujuannya dimana panas tersebut dapat menyebabkan vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah) meningkatkan relaksasi otot sehingga meningkatkan sirkulasi dan menambah pemasukan, oksigen, serta nutrisi ke jaringan.

Berdasarkan data Dinas provinsi Kesehatan Kota Palembang jumlah penderita Hipertensi pada tahun 2014 didapatkan 70.426 jiwa, tahun 2015 didapatkan 79.192 jiwa dan pada tahun 2016 didapatkan 75.059 jiwa (Dinas provinsi Kesehatan Kota Palembang, 2017).

Berdasarkan data dari dinas kesehatan Kota Palembang tahun 2014 dari bulan Januari sampai Desember didapatkan bahwa penderita Hipertensi pada laki-laki sebanyak 1.855 orang dan pada wanita 2.667 orang, pada tahun 2015 dari bulan Januari sampai Desember didapatkan jumlah penderita Hipertensi pada laki-laki menjadi 2.600 orang dan pada wanita 4.292 orang, sedangkan pada tahun 2016 dari bulan Januari sampai Desember didapatkan jumlah penderita pada laki-laki menjadi 5.259 orang dan pada wanita 8.271 (Dinas Kesehatan Kota Palembang, 2017).

Penderita hipertensi pada umumnya merasakan nyeri pada kepala, Nyeri tersebut akan merangsang saraf simpatis sehingga menyebabkan tekanan pembuluh darah naik, peningkatan tersebut akan merangsang kelenjar adrenal dan aliran darah ke ginjal menurun. Perubahan tersebut mempengaruhi sistem angiotensin 1 dan 2 yang akan menstimulasi korteks adrenal sehingga produksi aldosteron, volume cairan extraceluler dan beban kerja jantung akan meningkat kontraksi ventrikel menyebabkan meningkatnya cardiac output sehingga mempengaruhi jaringan dan metabolisme yang menyebabkan menurunnya oksigen dan meningkatnya karbondioksida dan akan

menstimulus peka nyeri kapiler di otak sehingga menyebabkan nyeri kepala (Nurarif & Kusuma, 2015).

Hipertensi dapat mengakibatkan beberapa komplikasi seperti penyakit jantung coroner, gagal jantung, stroke, gagal ginjal kronik dan retinopati. Penyebab terjadinya hipertensi sampai sekarang belum diketahui secara pasti, hipertensi sendiri merupakan penyebab kematian dan kesakitan yang biasa disebut The Silent Killer utama di Indonesia (Nuraini, 2015, Irmawan Andri Nugroho, dkk, 2019).

Nyeri kepala pada hipertensi terjadi karena adanya penyumbatan dalam system peredaran darah baik dari jantung maupun dari serangkaian pembuluh darah arteri dan vena yang mengangkut darah. Hal ini membuat aliran darah disirkulasi terganggu dan menyebabkan tekanan meningkat. Jaringan yang sudah terganggu akan terjadi penurunan oksigen dan terjadinya peningkatan karbondioksida, sehingga akan terjadi metabolisme anaerob di dalam tubuh yang akan meningkatkan asam laktat dan menstimulus peka terhadap nyeri kepala di otak (Setyawan, 2014, Irmawan Andri Nugroho, dkk, 2019).

Nyeri kepala pada hipertensi juga disebabkan oleh pergeseran jaringan intracranial yang peka terhadap rasa nyeri. Nyeri kepala merupakan cara tubuh untuk memberikan alarm bahwa ada sesuatu yang tidak beres sedang terjadi dengan kesehatan kita. Mengalami nyeri kepala hipertensi yang sangat hebat secara tiba-tiba bias menjadi salah satu tanda adanya penyakit serius (Astuti, 2014, Irmawan Andri Nugroho, dkk, 2019).

Manajemen nyeri kepala pada hipertensi ada dua yaitu manajemen nyeri secara farmakologi dan non farmakologis. Penanganan secara farmakologi dapat dilakukan dengan mengkonsumsi obat penurun hipertensi dan analgesic. Sedangkan penanganan nyeri secara non farmakologis dapat berupa: masase, relaksasi dan imajinasi, penggunaan kompres hangat dan dingin, sentuhan terapeutik, meditasi, hipnotis dan akupesur (Aisyah, 2017).

Salah satu intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri dalam menurunkan skala nyeri kepala hipertensi pada lansia yaitu dengan melakukan kompres hangat serai, teknik relaksasi, dan distraksi ada penderita untuk menurunkan skala nyeri kepala hipertensi pada lansia. Kompres hangat serai merupakan salah satu penatalaksanaan nyeri dengan memberikan energi panas melalui konduksi, dimana panas tersebut dapat menyebabkan vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah) meningkatkan relaksasi otot sehingga meningkatkan sirkulasi dan menambah pemasukan, oksigen, serta nutrisi ke jaringan. (Agung Bangkalan, 2017).

Menurut Padila, dkk 2019 dilakukan penelitian Terapi story telling dan menonton animasi kartun terhadap ansietas dengan hasil penelitian bahwa dapat mengurangi intensitas nyeri pada saat melakukan tindakan pemasangan infus. Oleh karena itu, terapi tersebut dapat dilakukan dan efektif dalam mengurangi nyeri pada saat pemasangan infus.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan studi literatur pemberian terapi kompres hangat serai untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi.

1.2. Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Memperoleh gambaran pemberian terapi kompres hangat serai untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi.

1.2.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi penelitian atau artikel pemberian terapi kompres hangatserai untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi.
- b. Menganalisis hasil penelitian pemberian terapi kompres hangat serai untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi.
- c. Dirumuskan nya rekomendasi hasil penelitian pemberian terapi kompres

2. METODE PENELITIAN

Studi literatur ini dilakukan dengan membuat ringkasan dan analisis dari artikel terkait dengan pertanyaan dan tujuan penelitian. Penelitian ini menggunakan sumber literatur yang berbentuk buku, jurnal, artikel ilmiah khususnya yang terpublikasi dari tahun 2014-2019 yang merupakan hasil penelitian atau karya tulis ilmiah sebelumnya. Penelitian ini merupakan penelitian naratif studi literatur yang menggambarkan hasil pengaruh pemberian kompres hangat untuk mengurangi nyeri kepala pada hipertensi. Metode pencarian dilakukan dengan menggunakan beberapa database elektronik, yaitu : google scholar dengan kata kunci olive oil, diare, dan perawatan kulit pada anak. Selanjutnya dari 20 artikel penelitian tersebut melakukan penelaahan dan terpilih 10 artikel prioritas yang memiliki relevansi yang baik dengan topik / masalah riset penelitian. Dari 10 artikel prioritas tersebut selanjutnya peneliti menetapkan 5 artikel yang digunakan sebagai artikel yang dianalisis untuk menjawab tujuan penelitian yang dikembangkan peneliti. 5 artikel tersebut meliputi artikel yang dipublikasi dari Kriteria artikel / hasil penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 5 artikel / hasil penelitian yang dipublikasikan secara online antara tahun 2014-2019. Artikel atau hasil penelitian tersebut tersedia secara full teks untuk digunakan peneliti sebagai data untuk dianalisis. Dari penelusuran ditemukan sebanyak 20 artikel yang digunakan. Analisa data penelitian ini dilakukan peneliti dengan menyajikan 5 artikel penelitian yang memiliki relevansi dengan topik atau masalah penelitian, selanjutnya peneliti dari 5 artikel dalam table review.

hangat serai untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1 Bagi Rumah Sakit

hasil penelitian ini sebagai dasar pengembangan standar atau pedoman pengembangan kemampuan mobilisasi pada pasien hipertensi dengan pemberian terapi kompres hangat serai untuk mengurangi rasa nyeri kepala

1.3.2 Bagi perawat

Dalam melaksanakan implementasi pemberian terapi kompres hangat serai untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Artikel 1 : siti fatimah Et al,(2019) : Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah dalam arteri.tanda dan gejala yang muncul dari penyakit hipertensi ini adalah pusing,sakit kepala tengkuk pegal (nyeri leher),mudah marah,sulit bernafas.

Artikel 2 : Syidatul B ,(2017) : Nyeri kepala hipertensi merupakan salah satu kondisi yang paling umum dijumpai pada lansia (lanjut usia),Dimana pada usia tersebut kondisi dan kemampuan fungsi tubuh mengalami penurunan. Penanganan nyeri kepala hipertensi merupakan hal yang perlu mendapatkan perhatian karena penanganan nyeri jika benar dan tepat nyeri kepala hipertensi dapat terkontrol,terhindar dari komplikasi.

Artikel 3 : Muhammad furqan nur,S.kep.,M.kes ,(2017) : Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan keluhan nyeri pada kepala yang dirasakan seperti tertusuk tusuk dengan skala nyeri ,nyeri hilang timbul,setelah dilakukan pemeriksaan tekanan darah,setelah dilakukan pengkajian maka dilakukan skoring untuk menentukan masalah utama,dan didapatkan bahwa masalah utamanya adalah gangguan rasa nyaman nyeri.intervensi ditentukan berdasarkan masalah kemudian melakukan tindakan keperawatan berdasarkan rencana yang telah ditetapkan. Implementasi dilaksanakan selama tiga hari dan didapatkan hasil pada akhir bahwa klien masih merasakan nyeri namun sudah berkurang dengan skala nyeri ringan.

Artikel 4 Siti Rohimah, dkk (2015) manfaat kompres hangat ini dapat memberikan rasa nyaman mengurangi atau membebaskan nyeri , mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat. Karena jika diberikan kompres hangat, rasa panas atau hangat akan mendilatasi pembuluh darah sehingga aliran darah

dan suplai oksigen akan lancar, sehingga meredakan ketegangan otot akibatnya nyeri dapat berkurang di daerah yang diberi kompres

Artikel 5: Doddy Setiawan, dkk (2015)
Pada nyeri kepala yang diderita oleh pasien hipertensi disebabkan karena suplai darah ke otak mengalami penurunan dan peningkatan spasme

pembuluh darah. 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.

Tabel 3.1

Tabel review literatur penerapan tehnik kompres hangat dalam upaya menurunkan intensitas nyeri kepala pada klien dengan gangguan sistem kardiovaskuler hipertensi

Sumber artikel	Penelitian dan judul penelitian	Tujuan penelitian	Design	Sampling	Hasil penelitian	simpulan dan saran
1 google scholar	Dody Setyawan Muslim, et al dengan judul Pengaruh pemberian kompres hangat pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi di RSUD Tugerejo semarang	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hanagt pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi	Jenis penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah quasiexperiment design dengan rancangan non equivalent control group design	Dengan jumlah sample adalah 36 responden, 18 responden perlakuan dalam 18 responden kontrol.	hasil penelitian dengan menggunakan uji Wilcoxon signtest didapatkan nilai p value 0,000 ($p>0,05$) dan uji mann Whitney dengan p value 0.000 ($p>0,05$), sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian kompres hangat pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi	Kesimpulan: Rata-rata rentang nyeri kepala pada leher sebesar 6,17 dan sesudah diberikan kompres hangat pada leher turun menjadi 3,72. Saran : Penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian untuk menurunkan intensitas nyeri kepala, tidak hanya nyeri kepala pada pasien hipertensi tetapi pada nyeri yang diindikasikan karena penurunan perfusi oksigen dan peningkatan spasme.
2 google scholar	Siti Rohimah, et al dengan judul Pengaruh	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengalami pengaruh kompres hanagt terhadap	Desain pre test dan post test with control	Besaran sample sebanyak 40 responden, 20	Hasil penelitian sebagian besar responden sebelum perlakuan (pre test) mengalami nyeri	Kesimpulan : bahwa kompres hangat dapat menurunkan

	kompres hangat pada pasien hipertensi esensial di wilayah kerja puskes kaharupian kota tasikmalaya	nyeri leher pada eksperimen	group.	responden kelompok intervensi dan 20 responden kelompok control	sedang sebanyak 12 responden (60%) dan setelah perlakuan (post test) mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 17 responden (75%)	skala nyeri leher pada penderita hipertensi esensial. Saran : diharapkan kepada penelitian selanjutnya untuk menjadikan penelitian ini sebagai data awal dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi intensitas nyeri dengan responden yang bervariasi seperti dari segi usia, jenis kelamin dan budaya
3 gogle scholar	Syddatul B Dengan judul Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Karang Werdha Rambutan Bangkalan.	Penelitian ini bertujuan untuk menentukan efek dari kompres hangat jahe pada tekanan darah tinggi ke Posyandu lansia dari desa karang Werdha Rambutan Burneh Bangkalan.	Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Eksperiment Design dengan menggunakan rancangan (desain) Pre and Post Test Without Control Design	jumlah lansia penderita nyeri kepala hipertensi 40 lansia. Dengan menggunakan simple random sampling maka besar sampel yang diambil sebanyak 36 lansia.	Penelitian menunjukkan bahwa skala nyerikepala hipertensipada lansia mengalami nyeri sedang sebanyak 20 orang (55,6%), 9 orang nyeri ringan(25%), dan 7 orang nyeri berat terkontrol (19,4%) sebelum dilakukankompres hangat jahe. Setelah dilakukan terapi menunjukkan bahwa skala nyerikepala hipertensipada lansia mengalami nyeri ringan sebanyak 29 orang (75%), 9 orang nyeri sedang(25%), dan tidak ada orang yang mengalami nyeri berat terkontrol setelah dilakukankompres hangat jahe. Ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan skala nyeri setelah	Ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri kepala hipertensi pada lansia. Pemberian terapi kompres hangat jahe bisa dijadikan terapi alternatif bagi lansia yang mengalami nyeri kepala karena hipertensi.

					diberikan kompres hangat jahe. Hasil uji statistik Uji Wilcoxon diperoleh nilai p value 0,000($p < \alpha$ 0,05) berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan ada perubahan pemberian kompres hangat jahe terhadap skala nyeri kepala hipertensi lansia di Posyandu Lansia Karang Werdha Rambutan Desa Burneh Bangkalan.	
4 Google scholar	Siti Fadlilah dengan judul Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial di wilayah Puskesmas Depok I, Sleman Yogyakarta	Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial.	Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan desain pre test post test with control group.	Dengan besar sampel sebanyak 40 responden yang terbagi dalam 2 kelompok yaitu 20 responden kelompok intervensi dan 20 responden kelompok kontrol	diketahui bahwa saat pre test pada kelompok intervensi sebanyak 8 responden (40%) mengalami nyeri ringan dan saat post test tetap mengalami ringan. Pada saat pre test sebanyak 12 responden (60%) mengalami nyeri sedang dan saat post test mayoritas responden mengalami nyeri ringan yaitu 9 responden (45%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji wilcoxon menunjukkan bahwa nilai P value = 0,003 dengan taraf signifikansi 5% (0,05), dapat ditarik kesimpulan bahwa H_a diterima dimana nilai P value = 0,003 < 0,05 hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial di Wilayah Puskesmas Depok I, Sleman, Yogyakarta.	Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan signifikan antara skala nyeri kelompok kontrol dan intervensi. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kompres hangat efektif menurunkan skala nyeri leher pada penderita hipertensi esensial di wilayah Puskesmas Depok I Sleman Yogyakarta. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan penderita hipertensi dapat menerapkan teknik nofarmakologi untuk menjaga mengatasi nyeri leher yang diakibatkan oleh hipertensi.

5	<p>Putra angina et al dengan judul</p> <p>EFEKTIFITAS KOMPRES HANGAT DALAM PENURUNAN SKALA NYERI PASIEN HIPERTENSIS</p>	<p>Tujuan dari penulisan ini adalah menggambarkan bagaimana asuhan keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi dengan pemberian tindakan kompres hangat.</p>	<p>menggunakan metode analisis-deskriptif. Data diperoleh dari hasil observasi wawancara, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi.</p>	<p>Subyek terdiri dari 2 pasien dengan diagnosis medis hipertensi dan mengalami masalah keperawatan nyeri akut dengan kriteria pasien dengan diagnosis medis hipertensi,</p>	<p>Berdasarkan hasil pengkajian 2 kasus juga ditemukan tanda dan gejala yang sama yaitu gangguan pola tidur atau insomnia, nyeri di tengkuk maupun kepala disertai mual. Seseorang yang menderita insomnia mempunyai kadar hormon kortisol yang lebih tinggi.</p> <p>Untuk mengatasi diagnosa nyeri akut telah dilakukan tindakan yaitu memberikan kompres hangat. Indikasi kompres hangat yaitu pasien yang kedinginan, pasien dengan perut kembung, pasien yang mempunyai dan mengalami penyakit peradangan seperti radang persendian, spasme otot, adanya abses, hematoma dan pasien yang mengalami nyeri. Kompres hangat memiliki tujuan untuk membuat otot tubuh menjadi rileks lagi, menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri, Hasil pengkajian nyeri didapatkan hasil kompres hangat efektif Mengurangi Nyeri Pada hipertensi, pasien I mengalami penurunan skala nyeri 7 sedangkan pasien II mengalami penurunan skala nyeri 7.</p>	<p>Berdasarkan hasil pengkajian 2 kasus ditemukan tanda dan gejala yang sama yaitu , nyeri di tengkuk maupun kepala disertai mual dan gangguan pola tidur/ insomnia. Prioritas diagnosa keperawatan pada pasien 1 dan 2 adalah nyeri akut berhubungan dengan agen cedera biologis, gangguan pola tidur yang berhubungan dengan gangguan (nyeri akut), dan resiko ketidakefektifan perfusi jaringan cerebral berhubungan dengan suplay O2 tidak adekuat. Penyusunan rencana tindakan diagnosa keperawatan nyeri akut dengan menggunakan manajemen nyeri yaitu lakukan pengkajian nyeri secara komprehensif, kendalikan faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi respon</p>
---	---	--	---	--	---	--

						pasien terhadap perasaan yang membuat ketidaknyamanan, kurangi faktor-faktor yang dapat mencetuskan atau meningkatkan nyeri, dukung istirahat untuk pasien membantu penurunan rasa nyeri, ajarkan penggunaan teknik nonfarmakologi (kompres hangat),
--	--	--	--	--	--	--

3.2 Pembahasan

Menurut *Doddy Setiawan, dkk (2015)* ,Nyeri kepala pada pasien hipertensi disebabkan karena kerusakan vaskuler pada seluruh pembuluh perifer. Perubahan struktur dalam arteri-arteri kecil dan arteriola menyebabkan penyumbatan pembuluh darah. Bila pembuluh darah menyempit maka aliran arteri akan terganggu. Pada jaringan yang terganggu akan terjadi penurunan O₂ (oksigen) dan peningkatan CO₂ (karbondioksida) kemudian terjadi metabolisme anaerob dalam tubuh yang meningkatkan asam laktat dan menstimulasi peka nyeri kapiler pada otak.

Menurut *Siti Rohimah, dkk (2015)*, Mayoritas responden pada kelompok intervensi mengalami nyeri sedang ketika dilakukan pre tests sebelum diberikan kompres hangat yaitu sebanyak 12 responden (60%). Hal ini berarti mayoritas penderita hipertensi esensial di wilayah kerja puskesmas Kahuripan mengalami nyeri sedang dengan skala 4 samapai 6. Hal ini mendukung penelitian yang dilakukan, tentang pengaruh stimulasi cutaneus kompres hangat basah terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dimana diperoleh skala nyeri pre test mayoritas responden mengalami sedang yaitu 16 repondedn (53,3%), tentang pengaruh kompres hangat terhadap nyeri sendi diperoleh skala nyeri pre test mayoritas respondedn mengalami nyeri berat sebanyak 20 responden (74%).

Menurut *Syidatul B ,(2017)*, Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.5 menunjukkan bahwa skala nyerikepala hipertensipada lansia mengalami nyeri sedang sebanyak 20 orang (55,6%), 9 orang nyeri ringan(25%), dan 7 orang nyeri berat terkontrol (19,4%) sebelum dilakukankompres hangat .

nyeri kepala disebabkan karena kerusakan vaskuler akibat dari hipertensi tamapak jelas pada seluruh pembuluh perifer. Perubahan struktur dalam arteri – arteri kecil dan arteriola menyebabkan penyumbatan pembuluh darah. Bila pembuluh darah menyempit maka aliran arteri akan terganggu. Pada jaringan yang terganggu akan terjadi penurunan oksigen dan peningkatan karbondioksida kemudian terjadi metabolisme anaerob dalam tubuh yang meningkatkan asam laktak dan menstimulasi peka nyeri kapiler pada otak.

Menurut *siti fadilah Et al,(2019)*,Nyeri leher yang dirasakan oleh responden, merupakan salah satu tanda dan gejala dari hipertensi. Seorang penderita hipertensi esensial akan mengalami peningkatan tekanan darah, salah satunya peningkatan tekanan dinding pembuluh darah di daerah leher sehingga terjadi peningkatan tekanan vaskuler ke otak yang mengakibatkan terjadinya penekanan pada serabut saraf otot leher sehingga penderita merasakan nyeri. Menurut peneliti ada beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri yang

dirasakan oleh responden seperti usia, jenis kelamin, pekerjaan.

Menurut Putra *angina et al* (2018), Berdasarkan hasil pengkajian 2 kasus jugaditemukantanda dan gejala yang sama yaitu gangguan pola tidur atau insomnia, nyeri di tengkuk maupun kepala disertai mual. Seseorang yang menderita insomnia mempunyai kadar hormon kortisol yang lebih tinggi. Peningkatan kadar kortisol akan meningkatkan respon jantung dan

pembuluh darah terhadap efek katekolamin. Peningkatan aktivitas katekolamin akan mengakibatkan terjadinya peningkatan curah jantung dan vasokonstriksi pembuluh darah yang memicu peningkatan resistensi perifer. Kedua proses tersebut akan bekerja secara sinergis dalam meningkatkan tekanan darah meningkat sehingga menyebabkan pasien mengalami hipertensi.

4. SIMPULAN DAN SARAN

4.1. Simpulan

- 4.1.1 Terdapat 5 (Lima) artikel yang memiliki relevansi dengan pemberian terapi kompres hangat serai untuk mengurangi nyeri kepala.
- 4.1.2 Pemberian terapi kompres hangat serai dapat menurunkan atau mengurangi kualitas nyeri kepala
- 4.1.3 Implementasi atau penerapan terapi kompres hangat yang diimplemntasikan dalam artikel memiliki variasi dalam pelaksanaan , sehingga dibutuhkan kajian tentang metode penerapan terapi kompres hangat serai untuk mengurangi nyeri kepala pada hipertensi .

4.2. Saran

- 4.2.1 Bagi Fasilitas Pelayanan Kesehatan
Perlu adanya informasi dari tenaga kesehatan untuk melakukan pemberian terapi kompres hangat serai untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi.
- 4.2.2 Bagi Pengembangan Keilmuan
Menambah keluasan ilmu dan teknologi pemberian di bidang keperawatan dalam mengurangi nyeri kepala pada hipertensi
- 4.2.3 Bagi Penelitian Lanjutan Menambah pengetahuan informasi bagi penelitian lanjutan tentang pemberian terapi kompres hangat serai untuk mengurangi rasa nyeri kepala pada pasien hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akademi Keperawatan Kesdam II/SWJ.(2019/2020).Panduan penyun karya tulis ilmiah palembang
- Ariani, Putri Ayu. 2016. Demam Berdarah Dengue. Nuha Medika ; Yogyakarta
- Asriani, N.K dkk. 2017. *Pengaruh Kompres Hangat Dingin Terhadap Tingkay Nyeri Anak*

Usia Sekolah Saat Pemasangan Infus Di Poliklinik Persiapan Rawat Inap RSUD Penambahan Senopati Bantul. Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta.

Irmayani,2018. Pengaruh teknik distraksi terhadap skla nyeri pada tindakan pemasangan infus diruang perawatan anak RSUD SYEKH GOWA.Makasaar.

Colin, Vellyza,dkk.2020.Pengaruh teknik distraksi menonton kartun animasi terhadap penurunan skala nyeri saat injeksi pada anak usia prasekolah.Bengkulu

Maharezi, S., (2014). *Pengaruh Teknik Distraksi (Boneka Tangan) terhadap Perubahan Skala Nyeri saat Imunisasi Campak Pada Bayi di Wilayah Kerja Pustu Bulakan Balai Kandi, Koto Nan IV, Payakumbh Barat.* Fakultas Kesehatan & MIPA Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat. Sumatera Barat.

Nurrarif,Amin huda dan Hardi, Kusuma.2015.Aplikasi asuhan keperawatan NANDA NIC-NOC MEDIATION PUBLISING; Yogyakarta

Suryani, Eko & Badi'ah. 2017. Asuhan Keperawatan Anak Sehat & Berkebutuhan Khusus. Pustaka Baru Pres ; Yogyakarta

Sutanto, Fitriana. 2017. *kebutuhan Dasar Manusia Teori dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Keperawatan Profesional.* Pustaka Baru Press: Yogyakarta

Tamsuri A, 2017, Konsep Dan penatalaksanaan nyeri, Jakarta : EGC

Windura. (2008). Pengaruh Teknik Distraksi Menonton Kartun Animasi terhadap Anisietas Anak Usia Sekolah selama Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Unand Wong, Donna L.(2009). Buku Keperawatan Pediatrik.*Jakarta:EGC

- Wulandari, Dewi & Erawati. 2016. Buku Ajar Keperawatan Anak, Pustaka Pelajar ; Yogyakarta
- Zannah M, Agustina R, Marlinda E. 2015, Peran Orang Tua Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Pada saat Pemasangan Infus Diintalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Banjarbaru