

PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI PADA PENDERITA HIPERTENSI

Tantri Puspita^{1*}, Sri Yekti Widadi², Rudy Alfiansyah³, Eldessa Vava Rilla⁴, Wahyudin⁵,
Dian Octavia⁶, Selvi Estria⁷

^{1-5, 7}Prodi Profesi Ners, STIKes Karsa Husada Garut, Jawa Barat, Indonesia

⁶Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Harapan Ibu Jambi

Article History

Received : 25-01-2023

Revised : 08-02-2023

Accepted : 08-02-2023

Published : 09-02-2023

Corresponding author:

tanpus1987@gmail.com

No. Contact:

Cite This Article:

Puspita, T. et al., (2023).
PENGARUH KOMPRES
HANGAT TERHADAP
NYERI PADA PENDERITA
HIPERTENSI. *Jurnal
Kesehatan Dan
Kedokteran*, 2(1), 8–11.

DOI:

<https://doi.org/10.56127/jukeke.v2i1.514>

Abstract: Hypertension is commonly a problem because of the blood pressure are above the normal. Signs of symptoms felt by patients with hypertension are headache, dizziness, weakness, fatigue, shortness of breath, nausea and vomiting, pain in the neck. A warm compress on the neck is one of the non-pharmacological ways to reduce or eliminate neck pain. Patients with hypertension will feel a warm or hot sensation in the nape area after applying warm compresses. This study was to determine whether warm compresses influence reducing blood pressure in hypertensive patients. This research was conducted in Kp Kostarea 2 RT 02 RW 03 Mekarluhyu Village, Sukawening District, Garut, West Java. This study used a pre-experimental design with the type of one-group pretest-posttest design (one group pretest-posttest). A total of 15 respondents were involved in the study which were taken by purposive sampling. The result showed that most of the respondents were female amount 11 (73.3%). Overall respondents experienced a decrease in pain scale and systolic and or diastolic blood pressure. The results of the Wilcoxon test showed that there was an effect of using warm compresses on reducing the pain scale of patients with hypertension $Asymp.Sig. (2-tailed) = 0.000 < 0.05$. Warm compresses can be used as independent therapy for nurses in patients with neck pain with hypertension.

Keywords: Pain, Hypertension, Warm Compress.

Abstrak: Hipertensi menjadi masalah pada akibat tekanan darah di atas normal. Tanda gejala yang dirasakan pasien hipertensi sakit kepala, pusing, lemas, kelelahan sesak nafas, gelisah mual muntah, nyeri pada tengkuk. Kompres hangat pada tengkuk merupakan salah satu cara non farmakologis untuk mengurangi atau menghilangkan nyeri pada tengkuk. Pasien dengan hipertensi akan merasakan sensasi hangat atau panas di daerah tengkuk setelah menerapkan kompres hangat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi. penelitian ini dilakukan di Kp kostarea 2 RT 02 RW 03 Desa Mekarluhyu Kec Sukawening Garut Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan pre-eksperimental desain dengan jenis one – group pretest-postes design (satu kelompok pretes-postest). Sebanyak 15 orang responden terlibat dalam penelitian yang diambil secara purposive sampling. Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 11 orang (73,3%). Keseluruhan responden mengalami penurunan skala nyeri dan tekanan darah sistol dan atau diastol. Hasil Uji Wilcoxon menunjukkan ada pengaruh penggunaan kompres hangat pada penurunan skala nyeri penderita hipertensi dengan $Asymp.Sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05$. Dengan demikian, kompres hangat dapat dijadikan terapi mandiri perawat pada penderita nyeri tengkuk penderita hipertensi.

Kata Kunci: Nyeri, Hipertensi, Kompres Hangat.

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah kondisi ketika terjadi adanya peningkatan tekanan darah di arteri. Selain itu, hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah dimana nilai tekanan darah di atas tingkat normal [1]. Hipertensi dapat meningkatkan risiko penyakit pada organ tubuh manusia, bisa ke organ hati, otak, ginjal, maupun jantung. Ketika tekanan darah lebih tinggi dari dinding arteri dan pembuluh darah itu

sendiri, hipertensi dapat terjadi [2] Seseorang yang menderita hipertensi memiliki resiko yang besar untuk menderita penyakit lainnya terutama penyakit kardiovaskular lainnya.

Hipertensi termasuk penyakit tidak menular dan bisa mendafi kronis pada penderitanya. Hal ini dikarenakan kemunculannya diakibatkan oleh gaya hidup masing-masing individu yang kurang mengutamakan kesehatan [3]Kejadian hipertensi menyebar di berbagai negara. Di Asia Tenggara sendiri, hipertensi masih menjadi masalah yang perlu perhatian khusus. Dapat dipastikan, tidak kurang dari sepertempat penduduk Asia Tenggara menderita hipertensi [2].

Secara umum, kejadian penduduk yang menderita hipertensi usia dewasa hampir mencapai 35% secara nasional [3]. Berdasarkan data Riskesdas, hampir 10% penderita, mendapatkan diagnosa hipertensi oleh tenaga Kesehatan. Di sisi lain, penderita yang minum obat hipertensi lebih banyak dari yang terdiagnosis, yaitu sebesar 9,5%. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa ada penderita yang tidak terdiagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan tetapi minum obat hipertensi. Jawa Barat menjadi provinsi kedua dengan penderita hipertensi terbesar setelah Kalimantan Selatan [3].

Garut sebagai salah satu kabupaten di Provinsi Jabar yang termasuk sepuluh besar pada tahun 2017 sebagai wilayah yang memiliki penderita sebanyak 76.663 atau sebesar 10.56% pada kriteria penyakit tidak menular dan penyakit degeneratif. Berbeda dengan tahun sebelumnya, tahun 2017, jumlah kunjungan pasien yang datang ke puskesmas dengan hipertensi (esensial) mengalami peningkatan dari 71.776 menjadi 76.663 [4].

Banyak faktor yang berpengaruh pada pada tekanan darah. Faktor tersebut berupa keturunan, usia, garam, kolesterol, obesitas/kelebihan berat badan, merokok, stres, dan kurangnya berolahraga [1]. Adapun penderita hipertensi memiliki tanda dan gejala berupa sakit kepala, mual, muntah, pusing, kelemahan, kelelahan, sesak napas, gelisah, dan ketidak nyamanan pada tengkuk [5].

Kondisi nyeri dan ketidaknyamanan pada tengkuk terjadi pada penderita hipertensi diakibatkan karena adanya peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di sekitar leher yang mengakibatkan leher terasa tegang atau nyeri. Peningkatan tekanan pembuluh darah ke otak ini menempatkan penekanan pada serabut saraf otot leher, sehingga penderita mengalami nyeri atau rasa tidak nyaman pada leher. Penderita hipertensi akan mengalami nyeri dan mengganggu aktivitas penderita. Nyeri ini memerlukan penanganan baik terapi farmakologis maupun non farmakologis. Kompres hangat merupakan salah satu intervensi terapi nonfarmakologis yang telah banyak digunakan untuk membantu menurunkan rasa tidaknyaman atau sensasi nyeri pada pasien. Terapi ini telah digunakan untuk menurunkan nyeri pada penderita dismenore [6], ibu melahirkan [7] bayi yang diberikan imunisasi [8] serta lansia penderita rheumatoid arthritis [9]–[11]

METODOLOGI PENELITIAN

Tahapan yang dilalui dalam penelitian, pembangunan konsep, atau penyelesaian kasus, dituliskan pada Penelitian ini menggunakan Jenis pre-eksperimental desain dengan jenis one–group pretest-postes design (satu kelompok pretest-postest). Pada penelitian ini dilakukan pengukuran skala nyeri sebelum di berikan tindakan kompres hangat maupun sesudah diberikan kompres hangat. Sampel pada penelitian ini adalah penderita hipertensi yang mengeluh nyeri dan mau untuk menjadi responden. Jumlah responden adalah 15 orang yang diambil secara *purposive sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang duperoleh dianalisa lebih lanjut dengan menggunakan Analisa non parametrik dengan Wilcoxon signed rank test. Sebelum dilakukan uji tersebut, hasil Analisa shapiro wilk menunjukkan bahwa data terdistribusi tidak normal (Sig. < 0,05). Selanjutnya, hasil uji Wilcoxon menunjukkan *negative ranks* antara sebelum dan setelah dilakukan kompres pada skala nyeri adalah 15. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada penurunan skala nyeri setelah dilakukan tindakan kompres hangat pada semua responden. Selain itu, nilai Ties menunjukkan angka 0, yang mana dapat disimpulkan bahwa tidak ada skala nilai yang sama sebelum dan setelah dilakukan Tindakan kompres hangat. Berdasarkan output nilai diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,000 (< 0,05). Hal tersebut menunjukkan bahwa “ada pengaruh penggunaan kompres hangat pada penurunan skala nyeri penderita hipertensi.

Hipertensi merupakan suatu keadaan medis yang serius yang dapat meningkatkan resiko penyakit lainnya. Hipertensi dapat terjadi apabila tekanan darah lebih besar dari dinding arteri dan pembuluh darah itu sendiri [2] Hipertensi menunjukkan kondisi peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah yang dapat memunculkan sensasi nyeri di daerah tengkuk.

Berikut gambaran karakteristik responden, dilihat dari jenis kelamin dan usia.

Tabel 1. Gambaran karakteristik responden

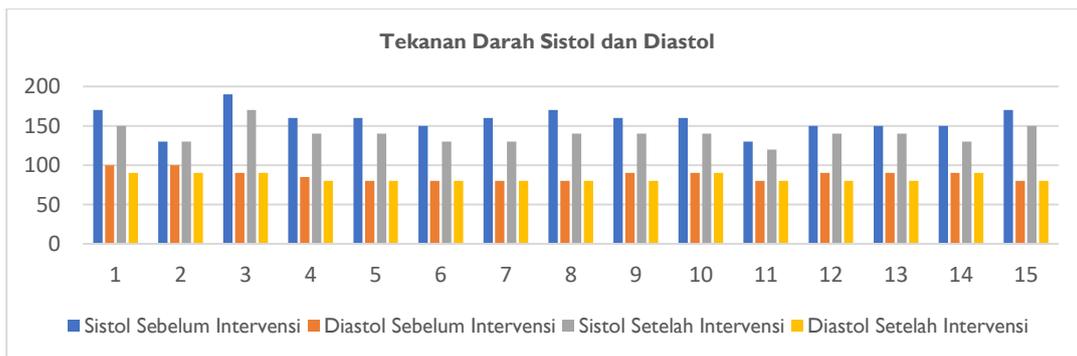
Karakteristik		Frekuensi (n=15)	Persentasi (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	4	26.7
	Perempuan	11	73.3
	Total	15	100.0
Usia (tahun)	47	1	6.7
	50	2	13.3
	55	2	13.3
	60	2	13.3
	62	2	13.3
	65	1	6.7
	68	1	6.7
	70	1	6.7
	76	1	6.7
	80	2	13.3
	Total		15

Dari Tabel 1. dapat diketahui bahwa Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 11 orang (73,3%) dengan usia berada pada rentang 47 sampai 80 tahun.

Tabel 2. Gambaran Skala Nyeri Pasien Sebelum dan Setelah Pemberian Kompres

Sebelum Kompres			Setelah Kompres		
Skala Nyeri	Frekuensi	Persentasi (%)	Skala Nyeri	Frekuensi	Persentasi (%)
3	9	60.0	2	9	60.0
4	6	40.0	3	6	40.0
Total	15	100.0	Total	15	100.0

Tabel 2. di atas menunjukkan bahwa responden merasakan nyeri ringan dan sedang dengan nilai 3 dan 4 (rentang 0-10) sebelum diberikan kompres hangat dan mengalami penurunan pada skala 2 dan 3 (nyeri ringan) setelah dilakukan kompres hangat. Secara menyeluruh, semua responden mengalami penurunan skala nyeri.



Gambar 1. Diagram gambaran Perubahan Tekanan Darah Responden Sebelum dan Setelah Tindakan

Gambar 1. di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan tekanan darah baik sistol maupun diastol. Sejumlah 14 responden mengalami penurunan tekanan sistol (93%) dan 9 responden (60%) mengalami penurunan tekanan pada diastole setelah diberikan kompres hangat.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, sebelum diberikan kompres hangat mayoritas responden mengalami nyeri dengan kategori sedang (rentang nyeri 0-10). Setelah diberikan intervensi kompres hangat di tengkuk, skala nyeri menjadi menurun menjadi nyeri ringan. Penelitian ini didukung oleh penelitian Fadhillah (2019) yang menunjukkan bahwa kelompok intervensi dari kompres hangat yang diberikan pada penderita hipertensi berada pada kategori sedang dan ringan. Rasa nyeri yang dirasakan oleh responden ini kemudian mengalami mengalami penurunan. Dari 60% responden yang merasakan nyeri skala sedang,

setelah diberikan kompres hangat, sejumlah 45% responden mengalami penurunan skala nyeri menjadi skala ringan.

Hasil uji bivariate menunjukkan adanya perubahan setelah diberikan kompres hangat. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Fadhilah[12], dimana rata-rata rasa nyeri yang dirasakan oleh responden setelah diberikan kompres hangat menjadi lebih kecil yaitu 14,50 dibandingkan rata-rata nyeri yang dirasakan oleh kelompok control pada penelitiannya yaitu 26,50 (p value 0,000). Hal ini sejalan dengan [12]–[14] bahwa kompres hangat mengurangi sensai nyeri pada leher yang dirasakan oleh penderita hipertensi. Kompres hangat ini berfungsi sebagai dasar untuk perawatan pada ketidaknyamanan yang dirasakan klien [9] Pemberian kompres hangat selama 15 menit pada tengkuk merupakan salah satu cara non farmakologis untuk mengurangi rasa tidak nyaman pada tengkuk/leher atau menurunkan tekanan darah. Kompres hangat menyebabkan adanya perpindahan panas secara konduksi, dimana hantaran panas yang dihasilkan mampu memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah, pengiriman oksigen dan nutrisi ke jaringan akan lancar. Selain itu, kompres hangat ini menurunkan ketegangan otot pada pasien sehingga menyebabkan berkurangnya rasa sakit, yang dapat dirasakan [13], [15]

KESIMPULAN

Pemberian kompres hangat pada penderita nyeri leher/tengkuk penderita hipertensi terbukti dapat menurunkan persepsi nyeri yang dirasakan olehnya.

Ucapan Terima Kasih

Penelitian ini didukung oleh banyak pihak. Kami sampaikan terima kasih kepada STIKes Karsa Kusada Garut yang telah mendanai penelitian ini serta responden yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] T. Djafar, “Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi,” 2021.
- [2] W. H. Organization, “Hypertension,” 2019. [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.
- [3] K. Kesehatan, “Hipertensi Penyakit paling Banyak diidap Masyarakat,” 2019. <http://kemkes.go.id>.
- [4] G. Dinkes, “Profil Kesehatan Kabupaten Garut 2017,” 2017. <https://diskes.jabarprov.go.id/assets/unduh/5>. Profil Garut 2017.pdf.
- [5] A. H. Nurarif, “Aplikasi Asuhan Keperawatan NANDA NIC NOC Jilid 2,” *Yogyakarta: MediAction*, 2015.
- [6] W. Widiyanti *et al.*, “The Effect of Warm Compress on Lowering Dysmenorrhea Pain,” *Genius J.*, vol. 2, no. 2, pp. 54–60, 2021.
- [7] D. Handayani, I. N. Saputri, D. E. Anuhgera, R. Sitorus, R. Octavariny, and W. W. Siregar, “An Application of Warm Compress in Reducing Pain Level at First Stage of Active Phase,” 2020.
- [8] Y. Arianto, “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Respon Nyeri Bayi Saat Imunisasi Dpt-Hb Di Wilayah Kerja Puskesmas Semarang,” Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA, 2016.
- [9] H. Hariati, “Decreasing Of Pain Scale Through Warm Compress Among Elderly With Rheumatoid Arthritis,” *J. Penelit. Keperawatan Med.*, vol. 3, no. 2, pp. 1–6, 2021.
- [10] A. F. Sofyana, “Analisis Intervensi Kompres Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Osteoarthritis (Studi Kasus pada Ny. K dengan Osteoarthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Gribig Malang Tahun 2013),” University of Muhammadiyah Malang, 2014.
- [11] M. Hannan, E. Suprayitno, and H. Yuliyana, “Pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Pandian Sumenep,” *Wiraraja Med. J. Kesehat.*, vol. 9, no. 1, pp. 1–10, 2019.
- [12] S. Fadlilah, “Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial di wilayah Puskesmas Depok I, Sleman Yogyakarta,” *Caring J. Keperawatan*, vol. 8, no. 1, pp. 23–31, 2019.
- [13] D. Sribekti, “Manajemen Nyeri Kepala dengan Kompres Hangat pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Polokarto,” Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016.
- [14] A. M. Syara, T. Siringoringo, A. Halawa, and K. Sitorus, “Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Untuk Mengurangi Nyeri Di Kepala Pada Pasien Hipertensi,” *J. Pengmas Kestra*, vol. 1, no. 1, pp. 153–156, 2021.
- [15] E. M. Moegni and D. Ocviyanti, “Buku saku pelayanan kesehatan ibu di fasilitas kesehatan dasar dan rujukan,” 2013.