

**PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI PADA PASIEN  
HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT PKU MUHAMMADIYAH SUKOHARJO**

**Wahyuning Tyas<sup>1)</sup>, Diyanah Syolihan Rinjani Putri, S.Kep., Ns., M.Kep<sup>2)</sup>**

<sup>1)</sup>Mahasiswa Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup>Dosen Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta  
[tyaswahyuning660@gmail.com](mailto:tyaswahyuning660@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana pembuluh darah mengalami peningkatan tekanan secara terus-menerus. Salah satu efek akibat tekanan darah terlalu tinggi yaitu berupa sakit kepala, mual, muntah, pusing, kelemahan, kelelahan, sesak napas, gelisah, dan nyer pada tengkuk. Nyeri jika tidak segera ditangani akan terjadi perubahan struktur dalam arteri kecil dan arteriola sehingga menyebabkan penyumbatan pada pembuluh darah, yang mana akan mempengaruhi sistem pada kardiovaskuler, saraf, dan ginjal. Maka dari itu diperlukan upaya untuk mengatasi nyeri yaitu dengan pemberian kompres hangat pada tengkuk leher.

**Skenario kasus :** Didapatkan subjek bernama Tn.W berusia 74 tahun, dengan keluhan kepala berputar, pusing cekot-cekot, mual jika duduk muntah 1 kali, leher belakang cengeng dan tengkuk terasa berat secara terus menerus, pasien mengatakan sulit untuk BAK 2 hari lalu dilakukan pemeriksaan fisik TD : 196/101mmHg, suhu : 36,7°C Nadi : 63 x/menit, RR : 22x/menit, SPO2 : 97 %.

**Strategi Pengumpulan Bukti :** Penelusuran karya ilmiah ners dilakukan dengan menelusuri beberapa jurnal *evidence based practive* dalam *google scholar* dan *pubmed* didapatkan 4 jurnal pendukung

**Hasil :** Hasil pemberian terapi kompres hangat pre dan post dalam waktu kurang lebih 15-20 menit selama 3 hari diberikan 1 kali sehari, terdapat perubahan yang signifikan yang mana pada hari pertama dengan skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 4, dihari ke dua dengan skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 3, pada hari ketiga dengan skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 3.

**Kesimpulan :** Terdapat pengaruh bahwa terapi kompres hangat efektif untuk mengatasi nyeri tengkuk pada pasien hipertensi

**Kata Kunci :** Hipertensi, Kompres hangat, Nyeri tengkuk.

**Daftar Pustaka :** 21 (2016-2022)

## PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah mengalami peningkatan tekanan secara terus-menerus dimana darah dibawa dari jantung ke seluruh bagian tubuh dalam pembuluh dan setiap kali jantung berdetak, jantung memompa darah ke dalam pembuluh. Hipertensi termasuk penyakit tidak menular dan bisa menjadi kronis pada penderitanya. Hal ini dikarenakan kemunculannya diakibatkan oleh gaya hidup masing-masing individu yang kurang mengutamakan kesehatan (WHO, 2023). Menurut (Mauliddia dkk, 2022) menyatakan bahwa dikatakan sebagai hipertensi yaitu, setelah dua kali pengukuran tekanan darah dengan selang waktu lima menit dalam keadaan individu cukup istirahat tenang, individu mengalami peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah distolik lebih dari sama dengan 90 mmHg.

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 diperkirakan sekitar 972 juta orang (26,4%) yang terkena penyakit hipertensi kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025. Berdasarkan Kemenkes tahun 2021 menyatakan bahwa di Indonesia prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk yang mengalami peningkatan yaitu 25,8% ditahun 2018 menjadi 34,1% pada tahun 2021 dan hipertensi tertinggi yaitu di Kalimantan Selatan (44,1%) dan hipertensi terendah yaitu di Papua (22,2%). Berdasarkan Dinkes Sukoharjo (2022) laporan dari hasil pengukuran tekanan darah kepada penduduk kuang lebih 15 tahun sebanyak 580,262 (91,6%) terdapat hipertensi sebanyak 139.114 (52,7%) dari data yang sudah tekumpul bahwa jumlah pelayanan penderita hipertensi tertinggi di Kecamatan Grogol dengan jumlah pelayanan hipertensi sebanyak 28.246 dan yang paling sedikit di Kecamatan Weru

dengan jumlah pelayanan hipertensi sebanyak 4.952.

Gejala atau masalah hipertensi banyak faktor yang berpengaruh pada tekanan darah, faktor tersebut berupa keturunan, usia, garam, kolesterol, obesitas atau kelebihan berat badan, merokok, stres, dan kurangnya berolahraga, adapun penderita hipertensi memiliki tanda dan gejala berupa sakit kepala, mual, muntah, pusing, kelemahan, kelelahan, sesak napas, gelisah, dan ketidak nyamanan pada tengkuk (Mubarak, 2020). Tengkuk terasa tegang atau nyeri leher diakibatkan karena terjadi peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher, tempat pembuluh darah itu membawa darah ke otak, yang menekan serabut saraf otot leher sehingga pasien merasakan nyeri atau tidak nyaman di leher dan akan mengganggu aktivitas sehari-hari (Fadlilah, 2019).

Nyeri itu sendiri dapat ditangani dengan beberapa cara, penatalaksanaan tersebut dapat dibagi menjadi dua, yang pertama adalah melalui farmakologi dan juga nonfarmakologi (Aspiani, 2016). Penatalaksanaan farmakologis kerap dilakukan dengan pemberian obat *analgesic* (obat yang digunakan sebagai pereda nyeri) 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 melebarkan otot pembuluh darah, kompres hangat merupakan metode pemeliharaan suhu tubuh dengan menggunakan cairan atau alat yang dapat menimbulkan hangat atau dingin pada bagian tubuh yang memperlancar sirkulasi darah, dan mengurangi rasa sakit atau nyeri (Hangat, 2021).

Salah satu tindakan nonfarmakologi yaitu kompres hangat. Pemberian kompres hangat dapat memengaruhi proses persepsi otak, Kompres hangat merupakan salah satu metode non- farmakologis yang efektif menurunkan skala nyeri

kepala pada pasien hipertensi yang mudah dilakukan dan dapat dilakukan sendiri tanpa bantuan orang lain (Setyawan, 2020). Kompres hangat dilakukan di leher karena pada leher terdapat arteri-arteri besar yang mempengaruhi otak. Pemberian kompres hangat mempengaruhi proses persepsi otak, ketika leher dikompres hangat maka reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus terangsang untuk mengaktifkan sistem efektor (Rahmanti, 2022).

Hal ini telah dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadlilah (2019) dengan judul "*Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial di wilayah Puskesmas Depok I, Sleman Yogyakarta*" didapatkan hasil pemberian kompres hangat selama tiga hari dengan durasi pemberian 15-20 menit dapat menurunkan skala nyeri pada pasien hipertensi. Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri pada pasien hipertensi dengan cara menggunakan terapi nonfarmakologi kompres hangat (Kusyati, 2016). Kompres hangat pada sekitar daerah nyeri efek hangat ini dapat menurunkan ketegangan otot pada daerah nyeri yang diakibatkan oleh tekanan darah yang tinggi (Rahmanti, 2022).

Dari hasil review jurnal didapatkan bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti 5 tahun terakhir terdapat pengaruh kompres hangat terhadap nyeri pada pasien hipertensi. Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan penerapan terapi kompres hangat terhadap nyeri pada pasien hipertensi di RS PKU Muhammadiyah Sukoharjo.

## **METODE KASUS**

Metode yang digunakan dalam penyusunan karya ilmiah ini menggunakan diskriptif dengan bentuk studi kasus di ruang rawat inap RS PKU Muhammadiyah Sukoharjo. Studi kasus menurut Kriyantono (2020) digunakan untuk menjelaskan wawasan yang diteliti yang berkaitan dengan aspek-aspek seseorang, organisasi, atau suatu situasi kemasyarakatan untuk ditelaah sedalam mungkin.

Klien memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dan eksklusi atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai kriteria inklusi dan eksklusi (Kristina, 2022). Kriteria inklusi dalam studi kasus ini adalah : pasien yang bersedia menjadi responden, pasien yang berusia 18-75 tahun, pasien dengan hipertensi ringan-sedang, pasien yang tidak mengalami kelainan pada leher dan punggung. Kriteria eksklusi pada studi kasus ini adalah : pasien dengan usia kurang dari 18, pasien yang tidak bersedia menjadi responden, pasien yang mengkonsumsi obat anti-hipertensi.

Fokus studi kasus ini adalah kajian utama yang dijadikan acuan. Fokus studi kasus ini yaitu pemberian asuhan keperawatan pada pasien hipertensi meliputi pengkajian, penetapan diagnosa keperawatan, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Tempat pengambilan data studi kasus ini dilakukan di Rumah sakit PKU Muhammadiyah Sukoharjo yang berlangsung dari tanggal 4-11 Jun 2024.

Pengumpulan data dilakukan selama 3 hari berturut-turut, diberikan latihan sebanyak 1 kali dalam sehari dan selama 15-20 menit pada setiap pemberian. Pada studi kasus ini menggunakan instrument SOP terapi kompres hangat dan lembar observasi menggunakan skala Penilaian Numerik/Numeric Rating Scale (NRS).

## HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan implementasi didapatkan hasil sebagai berikut :

**Tabel 1.** Hasil Observasi

No	Tgl/Jam	Hasil Observasi	
		Pre test	Post Test
1	7 Juni 2024 10.00	Skala nyeri 6	Skala nyeri 4
2	8 Juni 2024 10.00	Skala nyeri 5	Skala nyeri 3
3	9 Juni 2024. 10.00	Skala nyeri 5	Skala nyeri 3

Berdasarkan tabel diatas yang dimana didapatkan hasil observasi selama 3 hari dan hasil pada pre-post pemberian terapi kompres hangat didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan skala nyeri pada pasien hipertensi. Dari hasil pertama hingga hari terakhir pemberian terapi kompres hangat, setelah diberikan intervensi terdapat perbedaan pada tingkat skala nyeri pasien dari awal pemberian skala nyeri pasien berapa pada skala nyeri 6 yang mana nyeri sedang ketika sudah diberikan satu kali terapi nyeri menurun menjadi skala nyeri 4. Pasien tampak lebih nyaman dan rileks setelah diberikan terapi kompres hangat pada tengkuk leher secara berulang-ulang dan perlahan, menunjukkan adanya perubahan pada tingkat nyeri yang awalnya sedang menjadi ringan setelah diberikannya kompres hangat selama 15-20 menit dengan 3 kali pengulangan.

Nyeri ini memerlukan penanganan baik terapi farmakologis maupun non farmakologis (Salvataris dkk., 2021). Upaya yang dilakukan untuk mengatasi nyeri kepala pada pasien hipertensi menggunakan kompres hangat pada sekitar daerah nyeri efek hangat ini dapat menurunkan ketegangan otot pada daerah nyeri yang di akibatkan oleh tekanan darah yang tinggi (Rahmanti, 2022). Kompres hangat ini menurunkan ketegangan otot pada pasien sehingga

menyebabkan berkurangnya rasa sakit, yang dapat dirasakan (Tantri, 2023).

Menurut Tantri (2023) dari 15 responden, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 11 orang (73,3%). Keseluruhan responden mengalami penurunan skala nyeri. Dari hasil Uji Wilcoxon menunjukkan ada pengaruh penggunaan kompres hangat pada penurunan skala nyeri penderita hipertensi dengan Asymp.Sig. (2- tailed) = 0,000 < 0,05.

Menurut Fadlilah (2019) terkait dengan pengaruh kompres hangat terhadap nyeri pada penderita hipertensi esensial yaitu terdapat pengaruh yang signifikan skala nyeri leher sebelum dan sesudah diberikannya kompres hangat (P value = 0,003), sebanyak 12 responden mengalami nyeri sedang setelah dilakukan kompres hangat mengalami penurunan menjadi skala ringan sebanyak 9 responden. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri leher pada penderita hipertensi esensial.

Menurut Aprilia (2022) terkait dengan pengaruh kompres hangat dan minyak kayu putih pada leher terhadap penurunan nyeri kepala pasien hipertensi terdapat 34 responden (17 kelompok intervensi, 17 kelompok control) yang mana nyeri kepala untuk kelompok kontrol sebelum tanpa diberikan kompres campuran air hangat dan minyak kayu putih di leher, tingkat nyeri tertinggi adalah nyeri sedang sebanyak 12 orang dan terendah adalah nyeri berat sebanyak 5 orang. Sedangkan sesudah tanpa diberikan kompres campuran air hangat dan minyak kayu putih di leher, tingkat nyeri tertinggi adalah nyeri sedang sebanyak 10 orang dan terendah adalah nyeri ringan sebanyak 2 orang.

Menurut Ni wayan (2021) terhadap pasien dengan nyeri leher menggunakan kompres air hangat dan jahe merah. Hasil studi menunjukkan adanya perubahan pada tingkat nyeri yang awalnya sedang menjadi ringan setelah diberikannya

kompres hangat selama 20 menit dengan 10 kali pengulangan. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi nyeri kepala pada pasien hipertensi salah satunya yaitu menggunakan.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil intervensi keperawatan yang diberikan kepada pasien hipertensi dengan tanda dan gejala nyeri akut pada tengkuk leher pasien hipertensi, penerapan terapi kompres hangat untuk menurunkan nyeri memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri setelah diberikan terapi.

### SARAN

1. Bagi Institusi pelayanan  
Diharapkan pihak rumah sakit dapat memberikan pelayanan kesehatan dan mempertahankan hubungan kerja yang baik Antara tim dan pasien. Sehingga dapat meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan yang optimal pada umumnya, khususnya pada pasien dengan hipertensi yang mengalami nyeri di bagian kepala. Perawat diharapkan mampu menerapkan pemberian kompres hangat kepada pasien hipertensi yang mengalami nyeri.
2. Bagi institusi pendidikan  
Studi kasus ini diharapkan dapat membantu dan menambah referensi dalam mengembangkan terapi non farmakologis terutama tindakan keperawatan mandiri yaitu terapi kompres hangat.
3. Bagi pasien  
Hasil studi kasus ini dapat dijadikan informasi tambahan baha pemberian kompres hangat dapat menurunkan nyeri pada pasien hipertensi dan dapat dijadikan bahan referensi untuk diterapkan secara mandiri.
4. Bagi peneliti selanjutnya  
Penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan serta menjadi referensi pada penelitian lebih lanjut

untuk menyempurnakan pembahasan serta mampu memberikan terapi non farmakologi lainnya yang dapat diterapkan pada pasien hipertensi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia G, A., Yusra, S., Sukarmin, & Anggraeni, F. F. (2022). *Pengaruh Kompres Air Hangat Dan Minyak Kayu Putih Pada Leher Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Pasien Hipertensi*. Indonesia Jurnal Perawat, 7(2), 120–128.
- Aspiani, R. yuli. (2023). *Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskular*. Jakarta
- Dinkes Sukoharjo (2022). *Profil kesehatan masyarakat Sukoharjo tahun 2022*.
- Fadlilah, S. (2019). *Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial di wilayah Puskesmas Depok I, Sleman Yogyakarta, "The effect of warm compresses on neck pain in patients with essential hypertension in the area of Puskesmas Depok"*. Jakarta 8(1), 23–31.
- Hangat, P. K. (2021). *The Implementation Of Warm Compress To The Neck Of Hypertension Patients With Pain Nursing Problems*. Jurnal medika
- Kemenkes RI (2021). *Pusdatin Hipertensi*. Infodatin : Bandung.
- Kristina. (2022). *The Effect of Giving Warm Compress on Neck Pain in Hypertension Elderly at Simundol Puskesmas Regency Northern Padang Lawas Year 2022*. *Science Midwifery*, 10 (5), 3759–3766. <https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i5.924>
- Kriyantono. (2020). *Hipertensi Esensial : Diagnosa Dan Tatalaksana Terbaru Pada Dewasa*, 46 (3), 172–178.
- Kusyati, E., Yunani., Syaafudin, A., Wahyuningsih, R..D., Mustaida, dkk. (2016). *Keterampilan dan Prosedur :*

- Laboratorium Keperawatan Dasar.  
Edisi 2. Jakarta : EGC.
- Maulidia A, Janu Purwono, Sapti Ayubbana (2021). *Penerapan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro The Application Of Warm Compress On Pain In Hypertension Patients In Metro City*. Jurnal Cendikia Muda Volume 1, Nomor 1, Maret 2021 ISSN : 2807-3469
- Mubarak, W I., Indrawati, L & Susanto, J. (2020). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar Buku 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ni Wayan S., Sabir, M., Russeng, S., Munir, A., Setyawati, T., Fauzan, & Devi, R. (2021). *Effect of Red Ginger Warm Compress on Blood Pressure Reduction in Patients' Hypertension*. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 17(6), 6–11.
- Puspita, T., Widadi, S. Y., Alfiansyah, R., Rilla, E. V., Wahyudin, W., Octavia, D., & Estria, S. (2023). *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Pada Penderita Hipertensi*. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1), 8–11. <https://doi.org/10.56127/jukeke.v2i1.514>
- Rahmanti. (2022). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Jilid 2*. Yogyakarta: Mediaction.
- 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.
- Setyawan, A., & Santi, E. (2020). *Terapi Kompres Panas Terhadap Penurunan Tingkat*. *DK Vol.01*, 73-80.
- Standar Diagnosa Keperawatan (SDKI) Edisi 1, Tim Pokja SDKI DPP PPNI 2016
- Standar Intervensi Keperawatan (SIKI) Edisi 1, Cetakan 2, Tim Pokja SDKI DPP PPNI 2018
- Standar Luaran Keperawatan (SLKI) Edisi 1, Caetajan 2, Tim Pokja SDKI DPP PPNI 2018.
- Word Health Organization ( WHO ). Hypertension. Geneva: WHO. 2020
- Word Health Organization ( WHO ). Hypertension. Geneva: WHO. 2023