

PENERAPAN PEMBERIAN KOMPRES HANGAT JAHE PADA LEHER TERHADAP NYERI KEPALA PASIEN LANSIA DENGAN HIPERTENSI

APPLICATION OF GINGER WARM COMPRESS ON THE NECK TO HEAD PAIN IN ELDERLY PATIENTS WITH HYPERTENSION

Rima Wachidah¹ Emilia Puspitasari Sugiyanto²

Universitas Widya Husada Semarang

Email : rimawachidah2904@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu kondisi atau keadaan dimana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah di atas batas normal yang akan menyebabkan kesakitan bahkan kematian. Seseorang akan dikatakan hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi batas normal, yaitu lebih dari 140/90 mmHg. Metode penelitian yang digunakan adalah kompres hangat jahe. dari data yang sudah ada disimpulkan bahwa penurunan skala nyeri hari pertama pada Tn. H dan Ny. K setelah pemberian kompres hangat jahe sehari 2 kali selama 15 menit per siklus dapat menurunkan skala nyeri pada penderita Hipertensi, dimana skala nyeri pada Tn. S yang awalnya 4 (nyeri sedang) menjadi 1 (nyeri ringan), pasien sudah tampak rileks, nyaman, tidak tampak meringis menahan rasa nyeri. Pada Ny. K skala nyeri yang awalnya 4 (nyeri sedang) menjadi 1 (nyeri ringan), pasien sudah tampak rileks dan nyaman. Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini adalah penerapan pemberian kompres hangat jahe pada leher dapat mengurangi nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, Keperawatan, Kompres Hangat Jahe.

ABSTRACT

Hypertension is a condition or condition in which a person experiences an increase in blood pressure above normal limits which will cause morbidity and even death. A person will be said to be hypertensive if his blood pressure exceeds the normal limit, which is more than 140/90 mmHg. The research method used is ginger warm compresses. from the existing data it was concluded that the decrease in the first day pain scale on Mr. H and Mrs. K after giving ginger warm compresses 2 times a day for 15 minutes per cycle can reduce the pain scale in hypertension sufferers, where the pain scale in Mr. S, which was originally 4 (moderate pain) to 1 (mild pain), the patient already looked relaxed, comfortable, did not seem to wince in pain. At Mrs. K pain scale from 4 (moderate pain) to 1 (mild pain), the patient looks relaxed and comfortable. The conclusion obtained from this study is that applying ginger warm compresses to the neck can reduce headaches in the elderly with hypertension.

Keywords: Hypertension, Nursing, Ginger Warm Compress.

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu kondisi atau keadaan dimana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah di atas batas normal yang akan menyebabkan kesakitan bahkan kematian. Seseorang akan dikatakan hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi batas normal, yaitu lebih dari 140/90 mmHg. Tekanan darah naik apabila terjadinya peningkatan sistole, yang tingginya tergantung dari

masing- masing individu yang terkena, dimana tekanan darah berfluaksi dalam batas-batas tertentu, tergantung posisi tubuh, umur, dan tingkat stress yang dialami. Keadaan hipertensi yang berkelanjutan dan tidak terkontrol dapat mengganggu aliran darah di ginjal, jantung dan otak, hingga berdampak pada komplikasi gagal ginjal, penyakit jantung koroner, stroke.

Prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 menunjukkan jumlah yang meningkat seiring pertambahan umur dari 25,8% (2013) menjadi 34,1% (2018), didominasi oleh perempuan (36,85%) dari pada laki-laki (31,34%), lebih tinggi di kota (34,43%) dibandingkan di pedesaan (33,72%).

Penderita hipertensi akan muncul tanda dan gejala yaitu salah satu tengkuk terasa nyeri. Tengkuk terasa nyeri atau kekakuan pada otot tengkuk diakibatkan karena terjadi peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher sehingga aliran darah menjadi tidak lancar, salah satu terapi nonfarmakologis yang digunakan untuk meredakan nyeri salah satunya dengan kompres hangat dengan penerapan kompres hangat pada leher adalah untuk membantu menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi dengan skala nyeri (4 - 6) sedang.

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan, berkaitan dengan kerusakan jaringan yang nyata atau berpotensi menimbulkan kerusakan jaringan. Penyebab nyeri dapat disebabkan oleh trauma (mekanik, thermis, khemis, dan elektrik), neoplasma (jinak atau ganas), inflamasi, gangguan sirkulasi darah dan kelainan pembuluh darah, trauma psikologis. Keluhan nyeri kepala merupakan salah satu gejala yang paling sering timbul dalam bidang neurologi. Prevalensinya mencapai hampir 90% dan penyebab utama pasien datang ke dokter umum maupun neurologis. Dan keseluruhan kasus, 40% kasus merupakan nyeri kepala berat dan 5% kasus serius yang disebabkan oleh adanya kelainan neurologis.

Nyeri kepala pada pasien hipertensi disebabkan karena adanya peningkatan tekanan darah tinggi, hal ini terjadi karena adanya penyumbatan pada sistem peredaran darah baik dari jantung dan serangkaian pembuluh darah arteri dan vena yang mengangkut darah. Hal ini yang menyebabkan aliran darah sirkulasi terganggu dan menyebabkan tekanan darah meningkat. jaringan yang terganggu tersebut akan mengalami penurunan oksigen dan terjadi peningkatan karbondioksida. Lalu terjadi metabolisme anaerob dalam tubuh yang meningkatkan asam laktat dan menstimulasi terhadap nyeri kepala pada otak. (Setyawan, 2018)

Kompres jahe merupakan campuran air hangat dan juga parutan jahe yang sudah diparut sehingga akan ada efek panas dan pedas. Efek panas dan pedas dari jahe tersebut dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamine dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri. Panas akan merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dapat dihambat. (Mutiara, 2017).

Kompres hangat akan menimbulkan rasa panas, maka respon tubuh secara fisiologis antara lain dapat menstabilkan darah yang kental, otot menjadi rileks, keseimbangan metabolisme jaringan, meningkatkan permeabilitas jaringan, menumbuhkan rasa kenyamanan dan mengurangi kecemasan (Syamsu, 2017). Bahan alami yang cocok untuk menimbulkan sensasi hangat salah satunya adalah jahe merah. Dimana mengandung beberapa komponen seperti, pati (52,0%), minyak

astiri (3,9%), serta saripati yang tercampur di dalam alcohol (9,93%) lebih banyak dari jahe gajah serta jahe emprit. Jahe merah bersifat pahit, pedas serta aromatik yang berasal dari olerasin yaitu gingerol, zingeron dan shogaol. Jahe merah memiliki efek antiradang sehingga dapat digunakan untuk mengatasi peradangan dan mengurangi rasa nyeri akibat asam urat. Efek anti radang ini disebabkan komponen aktif jahe merah yang terdiri dari gingerol, gingerdione dan zingeron yang berfungsi menghambat leukotriene dan prostaglandin yang merupakan mediator radang (Izza, 2017)

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dody Setiawan (2014), menunjukkan bahwa Hasil penelitan dengan menggunakan uji Wilcoxon sign test 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 jahe pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi, dimana kelompok yang diberikan kompres hangat pada leher lebih efektif dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan kompres hangat pada leher. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yaitu terdapat jumlah menderita hipertensi pada tahun 2019 di puskesmas Padangmatinggi sebanyak 442 orang dan peneliti melakukan wawancara kepada 10 responden, hasil yang didapat dari semua responden tidak mengetahui manfaat kompres hangat jahe.

Penelitian yang dilakukan oleh Syiddatul pada tahun 2017 yang berjudul "Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Karang Werdha Rambutun Desa Burneh Bangkalan" menyatakan bahwa hasil penelitian tingkat nyeri sebelum pemberian kompres hangat jahe adalah tingkat nyeri sedang 20 lansia (55,6%) dan tingkat nyeri sesudah pemberian kompres hangat jahe adalah tingkat nyeri ringan 27 lansia (75%).

Melihat banyaknya kasus yang terjadi mengenai hipertensi, penulis tertarik untuk melakukan penelitian di wilayah kelurahan krapyak RT 03 RW 04 semarang barat dengan hasil pasien yang mengalami hipertensi adalah 10 lansia dan mengeluhkan nyeri kepala ada kurang lebih 5 lansia. Pada saat nyeri kepala dirasakan lansia hanya minum obat saja, dan belum ada upaya mengompres leher dengan rebusan air hangat jahe, Maka upaya yang akan peneliti lakukan adalah dengan penerapan pemberian kompres hangat jahe terhadap nyeri kepala pasien lansia dengan hipertensi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui manfaat tindakan penerapan pemberian kompres hangat jahe pada pasien dengan hipertensi.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini dalam menyusun karya tulis ilmiah ini menggunakan metode deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan sifat atau karakteristik dari suatu gejala, peristiwa dan kejadian saat ini. Jenis studi kasus ini menggunakan pendekatan asuhan keperawatan terhadap pasien hipertensi yang diberikan penerapan kompres hangat pada leher untuk mengurangi nyeri dikepala yang dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus dengan menggunakan dalam bentuk rancangan "pretest - posttes!" yang berarti kegiatan yang memberikan tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan kemudian melakukan tes akhir (posttest).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 *penurunan tingkat skala nyeri sebelum dan sesudah kompres hangat jahe*

RESPONDEN 1				RESPONDEN 2			
Tanggal	jam	skala nyeri		tanggal	jam	skala nyeri	
		Sebelum	sesudah			sebelum	sesudah
20/6/23	09.05	4	4	20/6/23	09.05	4	4
	16.05	4	3		18.05	4	3
21/6/23	09.05	3	3		09.05	3	3
	16.05	3	2		18.05	3	2
22/6/23	09.05	2	2		09.05	2	2
	16.05	2	1		18.05	2	1

Pengkajian pada pasien I dilakukan pada tanggal 20 Juni 2023 di lingkungan RT 03 RW 04 kelurahan krapyak semarang barat didapatkan data dengan teknik wawancara dengan pasien, observasi secara langsung, dan didapatkan data identitas umum Tn. H adalah seorang berusia 60 tahun, berjenis kelamin laki - laki, beragama islam, suku bangsa Indonesia. Pada tanggal 20 Juni 2023 pasien mengatakan menderita hipertensi sejak 3 tahun yang lalu. Selama menderita hipertensi pasien sering merasakan nyeri dikepalanya. Pasien tidak rutin mengkonsumsi obat anti hipertensi. Tanggal 20-22 Juni 2023 Tn. H akan dilakukan terapi kompres hangat jahe selama 3 hari dengan terapi sehari 2 kali selama 15 menit. pasien mengatakan sudah 2 hari nyeri nya tidak mereda dan sudah minum obat, tekanan darah terakhir 180/98mmHg. Dari hasil pengkajian didapatkan tekanan darah pasien 170/90 mmHg, Nadi 90x/menit, Respirasi 20x/menit, dan suhu badan 36,5°C. Data Subyektif pasien I: Pasien mengatakan selama menderita hipertensi pasien sering merasakan nyeri pada kepalanya, sudah 2 hari nyeri nya tidak mereda. Data Obyektif pasien I: pasien tampak meringis kerana menahan rasa nyeri. Berdasarkan data subyektid dan obyektif yang penulis dapatkan dari Tn.H tersebut, maka penulis menegakkan masalah keperawatan Nyeri Akut (D.0077) berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Intervensi keperawatan yang dilakukan 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 1 (nyeri ringan), pasien tidak meringis menahan nyeri dan pasien tenang. Tindakan keperawatan yang akan diberikan pada Tn.H selama 3 hari (sehari 2 kali) adalah pemberian terapi kompres hangat jahe untuk mengurangi skala nyeri kepala. Setelah diberikan tindakan terapi kompres hangat jahe pada Tn.H selama 15 menit hasil observasi hari pertama menjelaskan bahwa skala nyeri berkurang, sebelum diberikan terapi kompres

hangat jahe tekanan darah pasien 170/90mmHg dan skala nyeri 4, setelah diberikan terapi kompres hangat jahe 2 kali selama 15 menit per siklus dalam sehari skala nyeri berkurang menjadi 3 dan tekanan darah turun menjadi 155/85mmHg. Pada hari yang kedua menjelaskan bahwa skala nyeri berkurang. Sebelum di berikan terapi kompres hangat jahe tekanan darah 155/90 mmHg dan skala nyeri 3, dan setelah diberikan terapi kompres hangat jahe 2 kali sehari selama 15 menit per siklus tekanan darah turun menjadi 145/90 mmHg dan skala nyeri menjadi 2. Pada hari ketiga menjelaskan bahwa skala nyeri berkurang. Dengan tekanan darah awal 145/98 mmHg dan skala nyeri awal 2, setelah diberikan terapi kompres hangat jahe 2 kali sehari selama 15 menit per siklus tekanan darah menjadi 135/89 mmHg dan skala nyeri menjadi 1.

Pengkajian pada pasien II dilakukan pada tanggal 20 Juni 2023 RT 03 RW 04 kelurahan krapyak semarang barat didapatkan data dengan teknik wawancara dengan pasien, observasi secara langsung, dan didapatkan data identitas umum Ny.K adalah seorang berusia 61 tahun, berjenis kelamin perempuan, beragama islam, suku bangsa Indonesia. Pada tanggal 20 Juni 2023 pasien mengatakan menderita hipertensi sejak 6 tahun yang lalu. Semenjak menderita hipertensi pasien sering merasakan nyeri dikepalanya. Pasien tidak rutin mengkonsumsi obat anti hipertensi. Tanggal 20-22 Juni 2023 Ny. K akan dilakukan kompres hangat jahe selama 3 hari dengan terapi kompres hangat jahe sehari 2 kali selama 15 menit per siklus. pasien mengatakan sering nyeri kepala tetapi tidak mereda dan sudah minum obat tekanan darah terakhir 170/89mmHg. Dari hasil pengkajian didapatkan tekanan darah pasien 166/95 mmHg, Nadi 90x/menit, Respirasi 20x/menit, dan suhu badan 36,5°C. Berdasarkan data subyektif dan data objektif yang penulis dapatkan dari pasien II Ny. K, maka penulis menegakkan masalah keperawatan pada kedua klien tersebut dengan Nyeri Akut (D.0077) berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Data Subyektif II: Pasien mengatakan semenjak menderita hipertensi klien sering merasakan nyeri pada kepalanya, pasien mengatakan sering nyeri kepala tetapi tidak mereda. Data objektif pasien II: pasien tampak menringis menahan heri dan memengang leher yang nyeri. Pada Analisa data tersebut terdapat diagnosa nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Intervensi keperawatan yang dilakukan untuk dapat dilakukan untuk 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 1 (nyeri ringan) pasien tidak meringis menahan nyeri dan pasien tenang.

Setelah dilakukan tindakan terapi kompres hangat jahe pada Ny.K selama 15 menit, hasil observasi hari pertama sebelum diberikan terapi kompres hangat jahe tekanan darah awal 166/95 mmHg dan skala nyeri 4, setelah dilakukan terapi kompres hangat jahe 2 kali sehari selama 15 menit per siklus tekanan darah menjadi 160/90 mmHg dan skala nyeri berkurang menjadi 3. Pada hari kedua menjelaskan sebelum diberikan terapi kompres hangat jahe tekanan darah awal 155/90 mmHg dan skala nyeri 3, setelah dilakukan terapi kompres hangat jahe 2 kali sehari tselama 15 menit per siklus tekanan darah menjadi 140/90 mmHg dan skala nyeri turun menjadi 2. Pada hari ketiga sebelum diberikan terapi kompres hangat jahe tekanan darah awal 145/85 mmHg dan skala nyeri 2, setelah diberikan terapi kompres hangat jahe 2 kali sehari tekanan darah menjadi 135/85 mmHg dan skala nyeri menurun menjadi 1. Tindakan selanjutnya memberikan posisi yang nyaman

pada klien. Pada kedua klien mengatakan saat diberikan terapi kompres hangat jahe klien tampak nyaman.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan studi kasus penelitian dari dua subyek bahwa setiap individu mempunyai pola hidup yang berbeda - beda. Hasil diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang menyebabkan subyek cedera fisiologis adalah pentingnya pencegahan terjadinya nyeri secara 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 jahe.

Perbandingan antara evaluasi yang muncul pada pasien terhadap kriteria hasil dan tujuan yang ditetapkan penulis, maka penulis merumuskan masalah kesehatan nyeri akut agen cedera fisiologis mengenai penyakit hipertensi dan cara penatalaksanaan pada Tn. H dan Ny. K evaluasi selama 3 hari dapat teratasi sebagian dan sehingga lanjutkan intervensi secara mandiri.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada Tn. H dan Ny. K selama tanggal 20 Juni 2023 - 22 Juni 2023 dapat disimpulkan bahwa terdapat manfaat terapi kompres hangat jahe terhadap pencegahan terjadinya nyeri kepala pada pasien hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 82–89. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i2.2558>
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Ar-Ruzz.
- Arisandy, W., Suherwin, & Nopianti. (2023). Penerapan Kompres Hangat Dengan Jahe Merah Pada Rheumatoid Arthritis Terhadap Nyeri Kronis. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 8(1), 230–239.
- Fauziah Fitri Tambunan, dan Nurmayani, dan Putri Rapiq Rahayu, dan Pidia Sari, dan S. I. S. (2021). *Hipertensi (Si Pembunuh Senyap)*. CV. Pusdikra Mitra Jaya.
- Izza. (2017). Pengaruh pemberian kompres hangat rebusan jahe terhadap nyeri pada penderita osteoarthritis lutut di panti wredha dharmabakti surakarta. *Jurnal Kesehatan*.
- Julianty Pradono, dkk. (2020). *Hipertensi : Pembunuh Terselubung di Indonesia*. lembaga penerbit badan penelitian dan pengembangan kesehatan (LPB).
- Mathematics, A. (2016). 濟無 No Title No Title No Title. 1–23.
- Moshinsky, M. (1959). No Title. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Mutiara. (2017). Pengaruh jahe terhadap nyeri saat menstruasi. *Jurnal Kesehatan*.
- perdossi. (2013). *Diagnostik dan Penatalaksanaan Nyeri Kepala*. Airlangga University Press.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskuler. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Krdiovaskuler*.
- Phebe hendra, dan D. maria virginia dan christianus heru setiawan. (2021). *Teori dan Kasus Manajemen Terapi Hipertensi*. Sanata Dhrama University Press.
- Riskesdas. (2018). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia*.

- saiful nurhidayat. (2015). *Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan pendekatan riset*. Perpustakaan nasional : katalog dalam terbitan (KDT).
- Setyawan. (2018). *Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Puskesmas Srandol Semarang*.
- Susanto. (2017). *Asuhan dan keperawatan pada anak*. Sagung seto.
- Syamsu. (2017). Perbandingan kompres jahe merah dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia. *Jurnal Keperawatan*.
- Tambayong, J. (2017). *Patofisiologi Untuk Keperawatan*. EGC.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesian Definisi Dan Indikator Diagnostik*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi dan Tindakan Keperawatan*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Wiarso. (2017). *Nyeri tulang dan sendi*. Gosyen publishing.