

## HUBUNGAN PEMBERIAN KOMPRES HANGAT PADA LEHER UNTUK MENGURANGI TEKANAN DARAH DAN NYERI DI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

Niken Wahyu Prihatini<sup>1</sup>, Yora Nopriani<sup>2</sup>  
STIKES Mitra Adiguna Palembang<sup>1,2</sup>  
[Wyniken@gmail.com](mailto:Wyniken@gmail.com)<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat nyeri leher sebelum dan sesudah dilakukan pemberian kompres hangat pada leher untuk mengurangi tekanan darah dan nyeri di kepala pada penderita hipertensi terhadap kelompok kontrol dan intervensi di PT SMB Palembang. Metode penelitian ini menggunakan *quasy experimental* dengan rancangan *one group pre-test and post-test*. Instrument dalam penelitian ini menggunakan skala *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil penelitian diketahui setelah kompres hangat tidak ada yang mengalami nyeri berat. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai *P-value* = 0,000 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 di PT SMB Palembang. Sedangkan untu hasil uji statistik *mann whitney* menunjukkan bahwa nilai *p-value* = 0,000 yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri kelompok intervensi dan skala nyeri kelompok kontrol. Simpulan terdapat ada pengaruh kompres hangat pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri leher pada pasien hipertensi di PT SMB Palembang.

Kata Kunci: Hipertensi, Kompres Hangat, Nyeri Leher, Penurunan Intensitas.

### ABSTRACT

*The purpose of this study was to determine the level of neck pain before and after giving warm compresses to the neck to reduce blood pressure and headache in hypertensive patients in the control and intervention groups at PT SMB Palembang. This research method uses Quasy experimental design with one group pre-test and post-test. The instrument in this study used a numeric rating scale/NRS. The results showed that after warm compresses, no one experienced severe pain. The results of statistical tests using the Wilcoxon test show that the P-value = 0.000 with a significance level of 5% (0.05), it can be concluded that  $H_a$  is accepted where the P-value = 0.003 < 0.05 this shows that there is an effect of giving warm compresses for neck pain in hypertension sufferers at PT SMB Palembang. Meanwhile, the results of the Mann Whitney statistical test showed that the P-value = 0.000, which means that there was a significant difference between the intervention group's pain scale and the control group's pain scale. The conclusion is that there is an effect of warm compresses on the neck on reducing the intensity of neck pain in hypertensive patients at PT SMB Palembang.*

*Keywords: Decreased Intensity, Hypertension, Neck Pain, Warm Compress.*

## PENDAHULUAN

Kardiovaskuler berasal dari kata *cardio* dan *vaskuler*. *Cardio* artinya jantung dan *vaskuler* artinya pembuluh darah. Sistem kardiovaskuler adalah suatu sistem organ yang berfungsi untuk memindahkan zat ke dan dari sel. Sistem kardiovaskuler terdiri dari jantung, darah, dan pembuluh darah. Jika terjadi gangguan pada sistem kardiovaskuler yang merupakan bagian vital dari tubuh kita, maka akan sangat membahayakan kesehatan. Gangguan kardiovaskuler sangat banyak ditemukan dan banyak diderita oleh hampir semua masyarakat di dunia. Penyakit kardiovaskuler ini pun bermacam-macam seperti: jantung koroner, jantung bawaan, stroke, hipertensi, *aneurisme*, dan lain-lain. Salah satu jenis penyakit kardiovaskuler yang banyak diderita oleh masyarakat atau penyakit yang mendunia yaitu hipertensi (Underwood, 2019).

Hipertensi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri atau merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran selang waktu lima menit dalam keadaan cukup tenang. Hipertensi sering kali disebut *silent killer* karena termasuk penyakit yang mematikan tanpa disertai dengan gejala-gejalanya terlebih dahulu sebagai peringatan bagi korbannya (Koes, 2018). Hipertensi sekarang jadi masalah utama kita semua, tidak hanya di Indonesia tapi di dunia, karena hipertensi merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes dan stroke (Kemenkes RI, 2019).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 di seluruh dunia sekitar 972 juta atau 26,4% terdiagnosis hipertensi. Di Indonesia estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31- 44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Riskesmas Kementerian Kesehatan RI, 2018). *World Health Organization* (WHO) memperkirakan 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2018).

Di Indonesia belum ada data yang akurat mengenai hipertensi, tetapi sudah ada penelitian metodologis yang dilakukan secara berbeda-beda. Dari hasil penelitian dapat diperkirakan bahwa pengidap tekanan darah tinggi pada penduduk berusia diatas 20 tahun adalah 1,8 -8,6%. Sebagian besar hasil penelitian menyatakan 8,6 - 10%. Dari data itu jelas bahwa Indonesia juga memiliki prevalensi tekanan darah tinggi yang menjadi masalah kesehatan Nasional. Jumlah penderita hipertensi di Indonesia sudah cukup mengkhawatirkan (Sheps, 2018).

Hasil Survei Indikator Kesehatan Nasional (SIRKESNAS) tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan sistem informasi penyakit tidak menular (PTM) berbasis web, jumlah kunjungan di fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP) mencapai 283.695 kunjungan. Dari jumlah tersebut, yang didiagnosis Hipertensi di fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP) sebanyak 166.511 dan terbesar pada perempuan yaitu 114.546 sedangkan pada laki-laki yaitu 51.695 (SIRKESNAS, 2018).

Berdasarkan data yang dapat diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, penderita hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 35.820 orang, dengan prevalensi sebesar (53,36%) dan proporsi (36,66%). Sedangkan pada tahun 2010 sebanyak 35.716 orang, dengan prevalensi sebesar (53,22%) dan proporsi (35,24%). Dan pada tahun 2011 kembali terjadi peningkatan sebesar 36.429 orang dengan prevalensi sebesar (54,3%) (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2019).

Berdasarkan data yang dapat diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Palembang, angka penderita hipertensi pada tiga tahun terakhir mengalami peningkatan. Penderita hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 40.966 orang. Sedangkan pada tahun 2020 mengalami peningkatan sebesar 79.287 orang. Dan pada tahun 2021 penderita hipertensi meningkat sebanyak 79.699 orang (Dinas Kesehatan Kota Palembang, 2021).

Perjalanan penyakit hipertensi sangat perlahan dan tidak menunjukkan gejala selama bertahun-tahun. Gejala umum yang dialami penderita hipertensi pada umumnya yang sering kali memiliki keluhan pusing, mudah lelah, jantung berdebar-debar, sulit bernafas setelah bekerja keras, mudah lelah, mudah marah, tengkuk terasa tegang/nyeri leher, sukar tidur, dan sebagainya (Sheps, 2018). Adanya kelemahan atau keterbatasan kemampuan dan keluhan lain akibat hipertensi tersebut, penderita akan mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhannya baik kebutuhan fisiologis dan kebutuhan rasa nyamannya yang menyebabkan penderita hipertensi tidak dapat menjalankan rutinitas pekerjaan (Sheps, 2018).

Seseorang yang telah didiagnosis menderita hipertensi atau mengalami peningkatan tekanan darah yang persisten harus segera mencari pengobatan untuk mengontrol tekanan darah, mencegah terjadinya komplikasi, dan mengurangi atau mengatasi tanda dan gejala yang muncul seperti pusing, sakit kepala, tengkuk terasa pegal, mudah marah, sulit bernapas, pandangan kabur, dan lain-lain. Pada umumnya ketika seseorang yang menderita hipertensi akan terjadi peningkatan tekanan darah yang lebih dari normal dan biasanya akan muncul tanda dan gejala yaitu salah satu tengkuk terasa pegal. Tengkuk terasa pegal atau kekakuan pada otot tengkuk diakibatkan karena terjadi peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher sehingga aliran darah menjadi tidak lancar, dan hasil akhir dari metabolisme di daerah leher akibat kekurangan O<sub>2</sub> dan nutrisi tertimbun dan menimbulkan peradangan pada daerah pelekatan otot dan tulang sehingga muncul rasa nyeri (Sheps, 2018).

Nyeri yang dirasakan disebabkan karena kerusakan vaskuler akibat dari hipertensi tampak 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 O<sub>2</sub> (oksigen) dan peningkatan CO<sub>2</sub> (karbondioksida) kemudian terjadi metabolisme anaerob dalam tubuh yang meningkatkan asam laktat dan menstimulasi peka nyeri kapiler pada otak (Sari, 2021).

Penatalaksanaan nyeri terbagi menjadi dua, yaitu dengan pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Pendekatan secara farmakologis dapat dilakukan dengan memberikan analgesik. Walaupun analgesik sangat efektif untuk mengatasi nyeri, namun hal tersebut akan berdampak kecanduan obat dan akan memberikan efek samping obat yang berbahaya bagi pasien. Secara non farmakologis penatalaksanaannya antara lain dengan menggunakan teknik relaksasi, distraksi dan kompres hangat (Sari, 2021).

Kompres hangat adalah memberikan rasa hangat pada daerah tertentu dengan menggunakan kantung yang berisi air hangat sehingga menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Kompres hangat yang digunakan dengan suhu 45-50,5<sup>0</sup>C (Asmadi, 2018). Jadi kompres hangat adalah pemberian rasahangat/ panas di daerah tertentu (Asmadi, 2018).

Terapi kompres hangat ini dapat bermanfaat karena 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 (Asmadi, 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Setyawan & Kusuma (2018), menunjukkan ada pengaruh pemberian kompres hangat pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi. Hasilnya adalah kelompok yang diberikan kompres hangat pada leher lebih efektif dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan kompres hangat pada leher.

Penelitian Fadlilah (2019), juga menunjukkan ada pengaruh yang signifikan skala nyeri leher sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri leher, sehingga dapat meningkatkan rasa nyaman pada penderita hipertensi. Berdasarkan latar belakang dan fenomena diatas penulis tertarik melakukan *literatur review* dengan judul “Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Rasa Nyaman Pada Penderita Hipertensi”.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada PT SMB Palembang didapatkan jumlah penderita hipertensi primer berjumlah sekitar 50 orang. Laki-laki berjumlah 30 orang sedangkan wanita berjumlah 20 orang. Dari hasil wawancara dengan 7 responden yang menderita hipertensi, 5 mengatakan sering mengalami nyeri leher. Mereka menggunakan balsem atau digosok dengan minyak untuk mengatasi nyeri leher tersebut, 2 orang mengatakan membiarkan saja bila mengalami nyeri leher. Berdasarkan paparan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh pemberian kompres pada leher untuk mengurangi tekanan darah dan nyeri di kepala pada penderita hipertensi di PT SMB Palembang”. Hal ini sejalan dengan penelitian Siti Fadillah (2019) bahwa kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri leher pada penderita hipertensi essensial.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasy experimental* dengan rancangan *one group pre-test and post-test* untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap penurunan tekanan darah. Pada penelitian ini menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dengan tanpa terapi kompres hangat pada leher dan kelompok perlakuan dengan terapi kompres hangat pada leher.

<b>Pretest</b>	<b>Perlakuan</b>	<b>Posttest</b>
O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
.....		
O <sub>3</sub>	X	O <sub>4</sub>

### Keterangan:

- O<sub>1</sub> = Pre - Test Kelas Eksperimen
- O<sub>2</sub> = Post - Test Kelas Eksperimen
- O<sub>3</sub> = Pre - Test Kelas Kontrol
- O<sub>4</sub> = Post - Test Kelas Kontrol
- X = Penggunaan media video pada Kelas Eksperimen
- X = Tidak menggunakan media video pada Kelas Kontrol.
- = Garis ini dimaksudkan kelompok tidak dilakukan secara acak namun menggunakan kelas yang sudah ada.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1  
Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri Leher Penderita Hipertensi pada Kelompok Kontrol.

Skala Nyeri	Pre-test		Post Test		P-Value
	f	%	f	%	
Tidak nyeri	0	0	0	0	0.022
Ringan	0	0	2	8	
Sedang	9	36	14	56	
Berat	16	64	9	36	
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	

(Sumber: Data Primer 2023.)

Diketahui bahwa sebanyak 16 responden (64%) saat *pre-test* pada kelompok kontrol mengalami nyeri berat dan saat *post test* menjadi 9 responden (36%). Sedangkan 9 responden (36%) saat *pre-test* mengalami nyeri sedang dan saat *post test* tetap mengalami nyeri sedang sebanyak 14 responden (56%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai *P-value* = 0,022 dengan taraf signifikansi 5% (0,05) sehingga dapat ditarik kesimpulan  $H_0$  diterima dimana nilai  $P\text{-value}=0,022 > 0,05$  ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh skala nyeri *pre test* dan skala nyeri *post test* yang tidak diberikan perlakuan pada kelompok kontrol

Tabel 4.2  
Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Leher Penderita Hipertensi Pada Kelompok Kontrol.

Skala Nyeri	Pre-test		Post Test		P-Value
	f	%	f	%	
Tidak nyeri	0	0	0	0	0.022
Ringan	0	0	2	8	
Sedang	9	36	14	56	
Berat	16	64	9	36	
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	

(Sumber: Data Primer 2023.)

Diketahui bahwa sebanyak 16 responden (64%) saat *pre-test* pada kelompok kontrol mengalami nyeri berat dan saat *post test* menjadi 9 responden (36%). Sedangkan 9 responden (36%) saat *pre-test* mengalami nyeri sedang dan saat *post test* tetap mengalami nyeri sedang sebanyak 14 responden (56%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai *P-value* = 0,022 dengan taraf signifikansi 5% (0,05) sehingga dapat ditarik kesimpulan  $H_0$  diterima dimana nilai  $P\text{-value}=0,022 > 0,05$  ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh skala nyeri *pre-test* dan skala nyeri *post test* yang tidak diberikan perlakuan pada kelompok kontrol.

Tabel 4.3  
Perbedaan Skala Nyeri *Post Test* Kelompok Intervensi dan Skala Nyeri *Post Test* Kelompok Kontrol.

Skala Nyeri <i>Post Test</i>	f	Mean Rank	p-value
Intervensi	25	4.00	0,000
Kontrol	25	12.68	

Diketahui bahwa *mean rank* kelompok intervensi 4,00 sedangkan kelompok kontrol 12,68. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Mann Whitney menunjukkan bahwa nilai *P value* = 0,000 yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri kelompok intervensi dan skala nyeri kelompok kontrol.

### Analisa Univariat Karakteristik Responden

Tabel 4.1  
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Pada Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Leher Pada Penderita Hipertensi

Karakteristik Responden	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Usia</b>				
31-39 tahun	0	0	5	20
40-49 tahun	10	40	7	28
>50 tahun	15	60	13	52
<b>Jenis kelamin</b>				
Perempuan	9	36	15	60
Laki-laki	16	64	10	40
<b>Pekerjaan</b>				
Swasta	22	88	24	96
Guru	3	12	1	4
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

(Sumber: Data Primer 2023)

Diketahui bahwa responden pada kelompok kontrol sebagian besar berumur >50 tahun yaitu sebanyak 15 responden (60%) dan usia 40-49 berjumlah 10 orang (40%), untuk jenis kelamin mayoritas responden pada kelompok kontrol adalah laki-laki sebanyak 16 orang responden (64%) dan perempuan berjumlah 9 orang (36%). Sedangkan mayoritas pekerjaan pada responden kelompok kontrol adalah swasta 22 orang (88%) dan guru 3 orang (12%). Pada kelompok intervensi mayoritas responden berumur >50 tahun yaitu sebanyak 13 responden (52%) dan usia 40-49 berjumlah 7 responden (28%) dan usia 31-39 berjumlah 5 responden (20%) untuk jenis kelamin mayoritas responden pada kelompok intervensi adalah perempuan sebanyak 15 responden (60%) dan laki-laki berjumlah 10 responden (40%). Sedangkan mayoritas pekerjaan pada responden kelompok intervensi adalah swasta 24 orang (96%) dan 1 responden (4%) sebagai guru.

Tabel 4.2  
Distribusi Frekuensi Skala Nyeri *Pre-Test* - *Post Test* Kelompok Intervensi pada Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri leher Penderita Hipertensi

Skala nyeri	<i>Pre-test</i>		<i>Post Test</i>	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	0	0	4	16
Sedang	10	40	20	80
Berat	15	60	1	4
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

(Sumber: Data Primer 2023)

Diketahui bahwa skala nyeri mayoritas responden mengalami nyeri berat sebelum dilakukan kompres hangat yaitu sebanyak 15 responden (60%) dan 10 (40%) responden lainnya mengalami nyeri ringan. Sedangkan untuk hasil skala nyeri setelah dilakukan kompres hangat (post test), mayoritas responden mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 20 responden (80%), 4 responden (16%) lainnya mengalami nyeri ringan dan 1 responden (4%) mengalami nyeri berat.

Tabel 4.2  
Distribusi Frekuensi Skala Nyeri *Pre Test - Post Test* Kelompok Kontrol pada Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri Leher

Skala Nyeri	<i>Pre-Test</i>		<i>Post Test</i>	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	0	0	2	8
Sedang	9	36	14	56
Berat	16	64	9	36
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

(Sumber: Data Primer 2023)

Diketahui bahwa skala nyeri mayoritas responden mengalami nyeri berat pada kelompok kontrol sebanyak 16 responden (64%) dan 9 responden (36%) mengalami nyeri sedang. Sedangkan untuk hasil skala nyeri setelah (post test), mayoritas responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 14 responden (56%), 9 responden (36%) lainnya mengalami nyeri berat dan 2 responden (8%) mengalami nyeri ringan

Tabel 4.2  
Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri Leher Penderita Hipertensi pada Kelompok Intervensi

Skala Nyeri	<i>Pre-Test</i>		<i>Post Test</i>		P-Value
	f	%	f	%	
Tidak nyeri	0	0	0	0	0.000
Ringan	0	0	11	44	
Sedang	12	48	14	56	
Berat	13	52	0	0	
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	

(Sumber: Data Primer 2023.)

Diketahui bahwa saat *pre-test* pada kelompok intervensi sebanyak 13 responden (52%) mengalami nyeri berat dan saat *post test* tidak ada yang mengalami nyeri berat. Sedangkan pada saat *pre-test* sebanyak 12 responden (48%) dan setelah kompres menjadi 14 responden (56%) mengalami nyeri sedang dan 11 responden (44%) lainnya mengalami nyeri ringan. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji wilcoxon menunjukkan bahwa nilai P value = 0,000 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 di PT SMB Palembang.

Tabel 4.2  
Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Leher Penderita Hipertensi Pada Kelompok Kontrol.

Skala Nyeri	Pre-test		Post Test		P-Value
	f	%	f	%	
Tidak nyeri	0	0	0	0	0.022
Ringan	0	0	2	8	
Sedang	9	36	14	56	
Berat	16	64	9	36	
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	

(Sumber: Data Primer 2023).

Tabel 4.1.5 diketahui bahwa sebanyak 16 responden (64%) saat *pre-test* pada kelompok kontrol mengalami nyeri berat dan saat *Post Test* menjadi 9 responden (36%). Sedangkan 9 responden (36%) saat *pre-test* mengalami nyeri sedang dan saat *post test* tetap mengalami nyeri sedang sebanyak 14 responden (56%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji wilcoxon menunjukkan nilai *P-value* = 0,022 dengan taraf signifikansi 5% (0,05) sehingga dapat ditarik kesimpulan  $H_0$  diterima dimana nilai  $P\text{ value}=0,022 > 0,05$  ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh skala nyeri *pre-test* dan skala nyeri *post test* yang tidak diberikan perlakuan pada kelompok kontrol.

Tabel 4.2  
Perbedaan Skala Nyeri *Post Test* Kelompok Intervensi dan Skala Nyeri *Post Test* Kelompok Kontrol.

Skala Nyeri <i>Post Test</i>	f	Mean Rank	p-value
Intervensi	25	4.00	0,000
Kontrol	25	12.68	

Tabel 4.2 diketahui bahwa *mean rank* kelompok intervensi 4,00 sedangkan kelompok kontrol 12,68. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Mann Whitney* menunjukkan bahwa nilai  $P\text{ value}= 0,000$  yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri kelompok intervensi dan skala nyeri kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

Mayoritas responden pada kelompok intervensi mengalami nyeri berat ketika dilakukan *pre-test* sebelum diberikan kompres hangat yaitu sebanyak 13 responden (52%). Hal ini berarti mayoritas penderita hipertensi di PT SMB Palembang mengalami nyeri berat dengan skala nyeri 7-10. Hal ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Marlingga (2016), tentang pengaruh stimulasi *kutaneus* kompres panas basah terhadap penurunan nyeri pada lansia dimana diperoleh skala nyeri *pre-test* mayoritas responden mengalami nyeri sedang yaitu 16 responden (53,3%).

Namun ada beberapa penelitian yang berbeda yaitu penelitian yang dilakukan oleh Widyastuti (2018), tentang pengaruh kompres hangat terhadap nyeri leher diperoleh skala nyeri *pre-test* mayoritas responden mengalami nyeri berat sebanyak 20 responden (74,1%). Penelitian lain yang dilakukan oleh Fanada (2018), tentang pengaruh kompres hangat dalam menurunkan nyeri pada lansia diperoleh skala nyeri *pre-test*, mayoritas responden mengalami nyeri dengan skala 3. Menurut peneliti hal ini dikarenakan nyeri merupakan sesuatu yang bersifat subyektif dimana individu atau responden itu sendiri yang menjelaskan dan mengevaluasi perasaan yang dirasakan.

Nyeri merupakan sensasi yang rumit, unik, universal, dan bersifat individual. Dikatakan individual karena respon individu terhadap sensasinya beragam dan tidak bisa disamakan satu dengan yang lain (Marlingga, 2017). Pada kelompok intervensi setelah diberikan kompres hangat mayoritas responden mengalami nyeri ringan 11 responden (44%) ketika dilakukan *post test*.

Hal ini berarti mayoritas penderita hipertensi di PT SMB Palembang setelah dilakukan kompres hangat, responden mengalami nyeri ringan dengan skala 1-3. Hal ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Widyastuti (2017), diperoleh skala nyeri *post test* mayoritas responden mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 14 responden (51,9%).

Penelitian yang dilakukan Fanada (2017), skala nyeri *post test*, mayoritas responden mengalami nyeri dengan skala 1. Ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan skala nyeri setelah diberikan kompres hangat. 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.

Pada penelitian ini mayoritas responden yang mengalami nyeri berusia >50 tahun yaitu sebanyak responden (40%). Usia merupakan variabel yang sangat penting yang mempengaruhi nyeri, khususnya pada lansia dimana terjadi perbedaan dalam beraksi terhadap nyeri. Pada lansia nyeri yang mereka rasakan sangat kompleks, karena mereka umumnya memiliki banyak penyakit dengan gejala yang sama dan pada bagian tubuh yang lain (Widyastuti, 2017; Fanada, 2017). Usia >50 tahun merupakan usia dewasa dimana pada umumnya orang dewasa menganggap nyeri sebagai suatu kelemahan, kegagalan dan kehilangan kontrol. Orang dewasa melaporkan nyeri ketika sudah patologis atau terjadi kerusakan fungsi (Asmadi, 2018).

Mayoritas responden dalam kelompok intervensi berjenis kelamin perempuan sebanyak 15 responden (60%) dan laki-laki berjumlah 10 responden (40%). Perempuan mudah merasakan nyeri dibandingkan laki-laki hal ini didukung oleh beberapa kebudayaan yang mempengaruhi jenis kelamin misalnya menganggap seorang anak laki-laki harus berani dan tidak boleh menangis sedangkan anak perempuan boleh menangis dalam situasi yang sama. Perempuan memiliki tingkat ambang batas nyeri dan tingkat toleransi nyeri lebih rendah dibandingkan dengan lakilaki (Judha, 2018).

Bekerja sebagai swasta dituntut harus mengerjakan semua urusan pekerjaan belum lagi urusan rumah tangga dengan jam kerja yang tidak terbatas seperti membersihkan rumah, memasak, mencuci, mengurus anak dan suami. Pekerjaan dapat mempengaruhi nyeri yang dirasakan hal ini dikarenakan pekerjaan yang dilakukan merupakan pekerjaan fisik dengan jam kerja yang tidak terbatas mudah untuk mengalami stres (Potter, 2019). Ketika seseorang mengalami stres fungsi hipotalamusnya terganggu yang mengakibatkan saraf simpatis terangsang dampaknya adalah denyut jantung meningkat sehingga tekanan darah juga mengalami peningkatan. Seseorang yang memiliki riwayat hipertensi atau menderita hipertensi ketika mengalami stres akan berdampak pada tekanan darahnya yaitu tekanan darahnya menjadi tinggi dan dapat mengalami nyeri leher (Farida, 2018).

Salah satu tindakan non farmakologis untuk menghilangkan nyeri atau mengurangi nyeri adalah kompres hangat. Kompres hangat dapat memberikan rasa hangat pada daerah tertentu, karena panas yang dihasilkan mampu mendilatasi pembuluh darah sehingga aliran darah dan suplai oksigen akan lancar, sehingga meredakan ketegangan otot akibatnya nyeri dapat berkurang (Casale, 2021).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan hasil terjadi penurunan skala nyeri leher setelah diberikan kompres hangat dibuktikan dengan nilai *p value* = 0,000 yang berarti bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial. Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Widyastuti (2017), tentang pengaruh kompres hangat terhadap nyeri sendi diperoleh skala nyeri *pre-test* mayoritas responden mengalami nyeri berat sebanyak 20 responden (74,1%). Setelah diberikan kompres hangat (post test) sebagian besar responden mengalami nyeri ringan yaitu 14 responden (56%).

Peneliti lain tentang kompres hangat oleh Fanada (2019), dimana ketika dilakukan *pre-test* diperoleh mayoritas responden mengalami nyeri dengan skala 3 dan *post test* sebagian besar responden mengalami nyeri dengan skala 1.

Penelitian yang dilakukan Marlingga (2018), dimana ketika dilakukan pengukuran skala nyeri *pre-test* diperoleh mayoritas responden mengalami nyeri sedang yaitu 16 responden (53,3%) dan setelah diberikan stimulus kutaneus: kompres panas basah sebagian besar responden tidak merasakan nyeri yaitu 21 responden (70%). Dari penelitian yang telah dilakukan oleh Widyastuti (2017), Fanada (2017) dan Marlingga (2017), diperoleh nilai *P value* 0,000 yang artinya ada pengaruh yang signifikan terhadap penurunan skala nyeri. Pada kelompok kontrol tidak ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial hal ini dibuktikan dengan nilai *P value* 1,000.

Hal ini sejalan juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Siti Fadillah (2019) terdapat pengaruh yang signifikan skala nyeri leher sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat (*P value* = 0,0003). Terdapat pengaruh yang signifikan skala nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol (*P value* = 0,0000).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Valerian (2021) menunjukkan setelah pemberian kompres hangat pada leher selama satu hari intensitas nyeri kepala sebelum penerapan berada pada leher akan efektif menurunkan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi. Pada penelitian Gumiwang (2021) menunjukkan bahwa skala nyeri pasien hipertensi sesudah dilakukan terapi kompres hangat, dikatakan sedang 12 orang responden (85,7%), berat 2 orang responden (14,3%) dengan standar deviasi 0,426. Pasien hipertensi yang mengalami nyeri leher berat mengalami penurunan, sebelum diberikan perlakuan sebanyak 10 orang, setelah diberikan perlakuan sebanyak 2 orang. Penerapan untuk kompres hangat pada pasien hipertensi terus dilakukan untuk terapi non farmakologi yang dapat dilakukan oleh masyarakat di rumah.

Menurut peneliti hal ini dikarenakan pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan atau intervensi sehingga tidak terjadi perubahan nyeri yang dialami responden. Hal ini juga terlihat ketika dilakukan pengukuran skala diketahui bahwa skala nyeri mayoritas responden mengalami nyeri berat pada kelompok kontrol sebanyak 16 responden (64%) dan 9 responden (36%) mengalami nyeri sedang. Sedangkan untuk hasil skala nyeri setelah (post test), mayoritas responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 14 responden (56%), 9 responden (36%) lainnya mengalami nyeri berat dan 2 responden (8%) mengalami nyeri ringan. Dimana pada

responden dalam kelompok ini tidak mengalami penurunan nyeri dikarenakan tidak diberikan intervensi atau perlakuan untuk mengurangi atau menurunkan nyeri yang dirasakan.

Berdasarkan data penelitian responden dalam kelompok kontrol setelah dilakukan *pre-test* dan *post test* terdapat responden yang mengalami penurunan skala nyeri, namun karena peneliti langsung menginterpretasikan maka walaupun responden mengalami penurunan skala nyeri dari skala 6 menjadi 5 tetap peneliti menginterpretasikan nyeri sedang. Penurunan skala nyeri tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kondisi rileks, dimana ketika kita dalam kondisi rileks ketegangan otot-otot kita berkurang.

Pada kelompok intervensi mayoritas responden ketika dilakukan *pre-test* mengalami nyeri berat sebanyak 12 responden (48%) dan setelah kompres menjadi 14 responden (56%) mengalami nyeri sedang dan 11 responden (44%) lainnya mengalami nyeri ringan. Dengan ini pada kelompok intervensi terjadi penurunan skala nyeri setelah diberikan kompres hangat dimana kompres hangat ini dapat mendilatasi pembuluh darah sehingga aliran darah akan lancar ke daerah yang mengalami nyeri. Berdasarkan data penelitian responden dalam kelompok intervensi setelah dilakukan *pre test* dan *post test* terdapat 3 responden yang tidak mengalami penurunan skala nyeri dimana 2 responden mengalami penurunan skala nyeri dari skala nyeri 6 menjadi 5 namun karena peneliti langsung menginterpretasikan skala nyeri sehingga walaupun ada penurunan skala tetap peneliti menginterpretasikan nyeri menjadi nyeri sedang. Sedangkan 1 responden dimana ketika dilakukan *pre-test* dan *post test* responden ini tidak mengalami penurunan nyeri yaitu nyeri sedang dengan skala 4.

Menurut peneliti kemungkinan ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri yang dirasakan oleh responden pada kelompok intervensi yaitu usia, jenis kelamin, makna nyeri, perhatian, ansietas, dan kelelahan. Beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri yang dirasakan oleh responden yang meliputi: usia, jenis kelamin, kebudayaan, makna nyeri, perhatian, ansietas, kelelahan, pengalaman sebelumnya, gaya coping, dan dukungan keluarga (Widyastuti, 2018).

Skala nyeri *post test* pada kelompok intervensi dan skala nyeri *post test* pada kelompok kontrol berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.1.6 dimana *Mean Rank* kelompok intervensi 4,00 sedangkan kelompok kontrol 12,68. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata nyeri yang dirasakan oleh responden setelah diberikan perlakuan berupa kompres hangat lebih kecil yaitu 4,00 dibandingkan rata-rata nyeri yang dirasakan oleh responden tanpa diberikan perlakuan atau intervensi yaitu 12,68. Hal ini juga diperkuat dengan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan hasil nilai p value 0,000 yang berarti bahwa ada perbedaan skala nyeri leher *post* kelompok intervensi dan skala nyeri leher *post* kelompok kontrol atau dapat dikatakan adanya pengaruh kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi di PT SMB Palembang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annies. 2019. *Waspada penyakit Tidak Menular*. Gramedia. Jakarta
- Arikunto, S. 2018. *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik*. Rineka Cipta. Jakarta
- Asmadi, A. (2018). *Teknik Prosudural dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Salemba Medika. Jakarta

- Casale, R., Atzeni, F., Bazzichi, L., Beretta, G., Costantini, E., Sacerdote, P., & Tassorelli, C. (2021). Pain in Women: A Perspective Review on a Relevant Clinical Issue that Deserves Prioritization. *Pain and therapy*, 10(1), 287–314. <https://doi.org/10.1007/s40122-021-00244-1>
- 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>
- Fanada, M. (2018). Pengaruh Kompres Hangat dalam Menurunkan Skala Nyeri pada Lansia yang Mengalami Nyeri Rematik di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang. Badan Diklat Propinsi Sumatra Selatan
- Farida, Y. Salsabila, Z., Amsari, A., Niruri, R., Yugatama, A., Handayani, N., Prihapsara, F. (2021) Analisis Hubungan Pengetahuan terhadap Kepatuhan Terapi pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Pucang Sawit Surakarta. *JPSCT: Journal of Pharmaceutical Science and Clinical Research*. 6(3). <https://doi.org/10.20961/jpscr.v6i3.53112>
- Gumiwang, E. K. A., Purwono, J., Ayubbana, S. (2021). Penerapan Kompres Hangat terhadap Nyeri pada Pasien Hipertensi di Kota Metro. *Jurnal Cendekia Muda*. 1(1). 41-45. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/download/179/90>
- Gunawan, L. 2021. *Hipertensi Penyakit Tekanan Darah Tinggi*. Gramedia. Yogyakarta
- Hastono, S P. 2017. *Basic Data Analisis for Health Research Training*. Universitas Indonesia. Jakarta
- Hidayat, A.A.A. 2017. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Salemba Medika. Jakarta
- Judha, M, (2018). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Kemendes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Jakarta
- Koes, I. (2013). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Alfabeta. Bandung
- Marlingga, I.K.G.A. 2019. *Pengaruh Stimulasi Kutaneus: Kompres Panas Basah Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Sensi Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Kasongan Yogyakarta*. Skripsi Program Studi SI Keperawatan Universitas Respati Yogyakarta.
- Nazir, A B. D.(2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. NuhaMedika. Yogyakarta
- Notoadmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta
- Potter, P. A & Perry, A. G. (2005). *Fundamental Nursing: Concept, Process, and Practice*. 6<sup>th</sup> edition. Mosby Year Book. St. Louis
- Prasetya Wibowo, D., Istianah, U., & Adinugraha, T. S. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kalibawang Kulon Progo. *Media Ilmu Kesehatan*, 4(2), 135-141. Retrieved from <https://ejournal.unjaya.ac.id/index.php/mik/article/view/117>
- Rahmanti, A., Syurrahmi, & Krido Aromanis Setia Pamungkas. (2022). Penerapan Kompres Hangat pada Leher terhadap Penurunan Skala Nyeri Kepala pada Pasien Hipertensi di RUMKIT TK III 04.06.02 Bhakti Wira Tamtama Semarang. *Jurnal Fisioterapi dan Ilmu Kesehatan Sisthana*, 4(2), 36–43. <https://doi.org/10.55606/jufdikes.v4i2.96>
- Sagala, L. (2010). Perawatan Penderita Hipertensi di Rumah oleh Keluarga Suku Batak dan Suku Jawa di Kelurahan Lau Cimba Kabanjahe.

- <https://www.semanticscholar.org/paper/Perawatan-Penderita-Hipertensi-di-Rumah-oleh-Suku-Sagala/3bb8292c36e964af579bddeb0c437a522cd4a879>  
Salemba Medika. Jakarta
- Sari, I. P., Sari, S. A., Fitri, N. L. (2021). Penerapan Kompres Hangat pada Tengkluk Pasien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri. *Jurnal Cendekia Muda*. 1(1).  
<https://www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/182>
- Setyawan, D., Kusuma, M. A. B. (2018). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat pada Leher terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala pada Pasien hipertensi di RSUD Tugurejo Semarang.  
(<http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/download/274/299>)
- Sheps, G. S. (2018). Klinik Pribadi Mayo Clinic on High Blood Pressure = Mayo Clinic tentang Tekanan Darah Tinggi. Inovasi. Jakarta
- Syara, A. M., Siringoringo, T., Halawa, A., Sitorus, K. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat pada Leher untuk Mengurangi Nyeri di Kepala pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 1(1).  
<https://doi.org/10.35451/jpk.v1i1.756>
- Underwood, J. C. E. (2019). *Patologi Umum dan Sistemik* edisi 2 vol.2. EGC . Jakarta
- Valerian, FX. O., Ayunnama, S., Utami, I. T. (2021). Penerapan Pemberian Kompres Hangat pada Leher terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala pada Pasien Hipertensi di Kota Metro. *Jurnal Cendekia Muda*. 1 (2).  
<https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/208>
- Watson, R. (2019). *Anatomi Fisiologi untuk Perawat*. Edisi 10. EGC. Jakarta
- Widyastuti, W. (2018). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Sendi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Propinsi Yogyakarta Unit Abiyoso Pakem. Skripsi Program Studi SI Keperawatan Universitas Respati Yogyakarta.