

**PERBEDAAN TERAPI KOMPRES HANGAT PADA LEHER DAN  
PIJAT KEPALA TERHADAP INTENSITAS NYERI KEPALA PADA  
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI**



**SKRIPSI**

**OLEH:**

**DEWI YUNITA**

**04021181924015**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
BAGIAN KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
INDRALAYA, SEPTEMBER 2023**

**PERBEDAAN TERAPI KOMPRES HANGAT PADA LEHER DAN PIJAT  
KEPALA TERHADAP INTENSITAS NYERI KEPALA PADA LANSIA  
PENDERITA HIPERTENSI**



**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh**

**Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)**

**OLEH:**

**DEWI YUNITA**

**04021181924015**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**BAGIAN KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**INDRALAYA, SEPTEMBER 2023**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dewi Yunita

Nim : 04021181924015

Dengan sebenarnya saya menyatakan bahwa skripsi ini disusun tanpa adanya tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Jika di kemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, 25 September 2023



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI**

**Nama : Dewi Yunita**

**Nim : 04021181924015**

**Judul : Perbedaan Terapi Kompres Hangat Pada Leher Dan Pijat Kepala  
Terhadap Intensitas Nyeri Kepala Pada Lansia Penderita  
Hipertensi.**

**Pembimbing I**

Khoirul Latifin, S.kep., Ns., M.Kep

NIP. 198710172019031010

()

**Pembimbing II**

Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An

NIP.198104182006042003

()

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

**NAMA : DEWI YUNITA**  
**NIM : 04021181924015**  
**JUDUL : PERBEDAAN TERAPI KOMPRES HANGAT PADA  
LEHER DAN PIJAT KEPALA TERHADAP INTENSITAS  
NYERI KEPALA PADA LANSIA PENDERITA  
HIPERTENSI**

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada Tanggal 25 September 2023 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya, 25 September 2023

**PEMBIMBING I**

Khoiril Latifin, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 198710172019031010

  
(.....)

**PEMBIMBING II**

Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An


NIP.198104182006042003

  
(.....)

**PENGUJI I**

Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kep., M.Kes

NIP. 198910202019032021

  
(.....)

**PENGUJI II**

Herliawati, S.Kp., M.Kes

NIP. 197402162001122002

  
(.....)

Mengetahui,-

  
**Bagian Keperawatan**  
  
**Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep**  
**NIP. 1976022002122001**

**Koor. Program Studi Keperawatan**

  
**Eka Yulia Fitri, S.Kep., Ns., M.Kep**  
**NIP. 198407012008122001**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
BAGIAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**Skripsi, September 2023  
Dewi Yunita**

**Perbedaan Terapi Kompres Hangat pada Leher dan Pijat Kepala terhadap  
Intensitas Nyeri Kepala pada Lansia Penderita Hipertensi  
xiv + 71 + 4 tabel + 1 skema + 4 gambar +17 lampiran**

**ABSTRAK**

Penderita hipertensi sering kali ditemukan gejala timbulnya nyeri pada daerah kepala hingga leher. Nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi disebabkan peningkatan tekanan darah tinggi, di mana hal ini bisa terjadi karena adanya penyumbatan pada sistem peredaran darah baik dari jantungnya, dan oleh serangkaian pembuluh darah arteri dan vena yang mengakut darah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi dengan memberikan intervensi kompres hangat pada leher dan pijat kepala. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan terapi kompres hangat pada leher dan pijat kepala terhadap intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif *pre-experimental* rancangan *one group pre-post test design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 709 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 19 orang yang diambil dengan cara *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling* dengan 19 responden kelompok kompres hangat pada leher dan 19 responden kelompok pijat kepala. Analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan uji *marginal homogeneity*, pada kelompok kompres hangat pada leher didapatkan nilai  $p\text{ value} < 0,000$  ( $p \leq 0,05$ ) yang artinya terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres hangat pada leher terhadap intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi sedangkan pada kelompok intervensi pijat kepala didapatkan  $< 0,000$  ( $p \leq 0,05$ ) yang artinya terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat kepala terhadap intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi kompres hangat pada leher dan pijat kepala dapat menurunkan intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi.

**Kata Kunci** : Hipertensi, Lansia, Nyeri Kepala, Pijat Kepala, Kompres Hangat

**Daftar Pustaka** : 51 (2014-2023)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY  
MEDICAL FACULTY  
NURSING DEPARTEMENT  
NURSING STUDY PROGRAM**

*Undergraduate Thesis, September 2023  
Dewi Yunita*

***Difference between Warm Compress Therapy on the Neck and Head Massage on Headache Intensity in Elderly People with Hypertension  
xiv + 71 + 4 tables + 1 schemes + 4 picture +17 attachments***

**ABSTRACT**

*Patients with hypertension often have symptoms of pain in the head to neck area. Headache in elderly people with hypertension is caused by an increase in high blood pressure, where this can occur due to a blockage in the circulatory system both from the heart, and by a series of arteries and veins that carry blood. One of the efforts that can be made to treat headaches in elderly people with hypertension is by providing interventions with warm compresses on the neck and head massage. This study aims to determine the Difference between Warm Compress Therapy on the Neck and Head Massage on Headache Intensity in Elderly People with Hypertension. This type of research is quantitative research pre-experimental planone group pre-post test design. The population in this study amounted to 709 people. The sample in this study amounted to 19 people who were taken by meansnon probability sampling with technique purposive sampling with 19 respondents in the head massage group on the neck and 19 respondents in the head massage group. Statistical analysis in this study used a testmarginal homogeneity, in the warm compress group on the neck value is obtainedp value < 0,000 ( $p \leq 0,05$ ) which means that there is a significant difference between before and after being given a warm compress intervention on the neck on the intensity of headache in elderly people with hypertension while in the head massage intervention group it was found <0.000 ( $p \leq 0.05$ ) which means that there is a significant difference between before and after being given a head massage intervention on headache intensity in elderly people with hypertension. The results showed that warm compresses on the neck and head massage can reduce the intensity of headaches in elderly people with hypertension.*

**Keywords** : Hypertension, Elderly, Headache, Head Massage, Warm Compress

**Bibliography** : 51 (2014-2023)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Bismillahirrahmanirrahim alhamdulillah, puji syukur kepada Allah SWT atas limpahan nikmat, rahmat, dan pertolongan-Nya selalu hadir selama proses panjang dalam penyelesaian skripsi ini. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada Baginda besar Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman kegelapan menuju zaman yang penuh kecanggihan seperti yang kita rasakan saat ini.

### **Skripsi ini saya persembahkan kepada :**

#### **Kedua orang tua saya tercinta,**

Mak Bak, terima kasih banyak atas curahan kasih sayang, doa dan dukungan serta kekuatan yang mak dan bak berikan selama ini. Sungguh anugerah luar biasa yang Allah berikan, mempunyai orang tua seperti mak dan bak. Semoga karya tulis ini dapat menjadi langkah awal Dewi dalam membahagiakan Mak dan Bak.

#### **Ayuk dan kakak saya tersayang.**

Terima kasih juga Dewi ucapkan untuk saudara-saudara tersayangku ayuk Deli Triana, ayuk Devi Andriani, kakak Dedi Candra terima kasih telah memberikan support material, mental maupun doa yang telah diberikan hingga Dewi berada di titik ini.

#### **Keponakan tersayang ku,**

Terima kasih untuk keponakanku yang amat ku sayangi Febri, Ahzam, Fahri, Keysha, Naira, dan Karin. Merupakan karunia yang luar biasa mempunyai keponakan yang dapat menghibur dikala sedih dan putus asa.

### **Terima kasih saya ucapkan kepada :**

1. Kedua pembimbing saya, bapak Khoirul Latifin, S.Kep., NS., M.Kep dan ibu Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. An selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, pikiran dan tenaga dalam membimbing saya menyelesaikan skripsi ini.
2. Kedua penguji saya, ibu Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kep., M.Kes dan Ibu Herliwati, S.Kp., M.Kes yang telah memberikan kritikan, saran serta masukan dalam menyempurnakan skripsi ini.



3. Terima Kasih Dewi ucapkan kepada kakak Defri, kakak Puja dan ayuk Iis atas dukungannya selama ini.
4. Terima Kasih Dewi ucapkan kepada sepupu ku Shinta Fratika Sari, bibik Asmiwati dan ujok Eryadi, serta keluarga besar ku atas dukungannya selama ini.
5. *Teletubbies* ( Haura, Hafida, Nilam, Milta dan Sekar), terima kasih sudah menemani dan banyak membantu selama proses perkuliahan maupun pengerjaan skripsi ini dan telah memberikan support dan merupakan rasa sukur karena telah dipertemukan dengan teman-teman sebaik kalian.
6. Squad six girls (Yolan, Naddya, Licin, Mela, dan Nava), terima kasih sudah menemani dan banyak membantu selama proses perkuliahan maupun pengerjaan skripsi ini dan telah memberikan support dan merupakan rasa sukur karena telah dipertemukan dengan teman-teman sebaik kalian.
7. Squen ( Miranda, jihan, teresia, dan ingka), terima kasih sudah menemani dan banyak membantu selama proses perkuliahan maupun pengerjaan skripsi ini dan telah memberikan support dan merupakan rasa sukur karena telah dipertemukan dengan teman-teman sebaik kalian.
8. Terima kasih juga saya ucapkan kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penyelesaian skripsi ini saya ucapkan terima kasih atas bantuan dan arahan. Semoga kebaikan kalian semua dibalas oleh Allah SWT.
9. Terima Kasih juga untuk (BTS), Kim Namjoon, Kim Soekjin, Min Yoongi, Jung Hoseok, Park jimin, Kim Taehyung, Jeon Jungkook serta ARMY terima kasih sudah menghibur di saat lagi down mengerjakan skripsi dan terima kasih juga untuk kata-kata motivasinya.

*“Kau boleh menangis, kau boleh teriak tapi tidak untuk menyerah”*

*-JUNGKOOK-*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Perbedaan terapi kompres hangat pada leher dan pijat kepala terhadap intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi”. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dan bimbingan dari banyak pihak, maka penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Khoirul Latifin, S.kep., Ns., M.Kep sebagai pembimbing satu yang telah memberikan arahan, masukan bimbingan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An sebagai pembimbing dua yang telah memberikan arahan, bimbingan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kep., M.Kes sebagai penguji 1 yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyempurnaan skripsi ini.
5. Herliawati, S.Kp., M.Kes sebagai penguji 2 yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyempurnaan skripsi ini.
6. Seluruh jajaran dosen dan staf administrasi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
7. Kedua orang tua, ibu, bapak, ayuk, kakak yang telah luar biasa dalam memberikan dukungan baik berupa materi, moril, dan doa selama penyelesaian skripsi ini.

8. Untuk teman-teman terdekatku haura, hafida, nilam, sekar, milta, miranda, nava, yolana, naddy, licin, mela dan untuk sepupu ku shinta terima kasih telah mau mendengarkan semua keluh kesanku.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar penelitian ini bisa bermanfaat dan dikembangkan lebih luas.

Indralaya, September 2023

Hormat saya

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>TABEL SKEMA.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus .....	6
D. Manfaat Praktis .....	6
1. Secara teoritis .....	6
2. Secara Praktis .....	6
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
A. Lansia .....	9
1. Definisi .....	9
2. Klasifikasi Lansia .....	9
3. Batasan Lansia .....	9
4. Perubahan Psikologis Pada Lansia .....	10
B. Hipertensi .....	13
1. Definisi .....	13
2. Klasifikasi .....	13
3. Patofisiologi Hipertensi .....	13
4. Faktor Risiko .....	14
5. Manifestasi Klinis.....	16
6. Komplikasi Hipertensi .....	17
7. Penatalaksanaan Hipertensi .....	18
C. Intensitas Nyeri .....	20
1. Definisi .....	20
2. Klasifikasi Nyeri Kepala.....	20
3. Jenis Dan Karakteristik Nyeri.....	21
4. Efek Samping Nyeri .....	22
5. Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri.....	22
6. Pengukuran Skala Nyeri .....	24
7. Penatalaksanaan Nyeri .....	26
D. Kompres Hangat pada leher .....	29
1. Definisi .....	29
2. Tujuan Kompres Hangat.....	29
3. Manfaat Kompres Hangat.....	30
4. Patofisiologi Kompres Hangat.....	30

E. Pijat Kepala .....	30
1. Definisi .....	30
2. Tujuan Pijat Kepala .....	31
3. Manfaat Pijat Kepala .....	31
4. Patofisiologi Pijat Kepala .....	31
5. Teknik Melakukan Pijat Kepala .....	31
F. Penelitian Terkait .....	32
G. Kerangka Teori.....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>36</b>
A. Kerangka Konsep .....	36
B. Desain Penelitian.....	36
C. Hipotesis.....	37
D. Definisi Operasional.....	37
E. Populasi Dan Sempel .....	38
1. Populasi .....	38
2. Sampel .....	39
F. Tempat Penelitian.....	40
G. Waktu Penelitian .....	40
H. Etika Penelitian .....	41
I. Alat Pengumpulan Data .....	43
1. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data .....	43
2. Intrumen Penelitian.....	43
3. Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	44
J. Prosedur Pengumpulan Data .....	44
1. Tahap Persiapan.....	44
2. Tahap Pelaksanaan .....	45
K. Rencana Analisis.....	48
1. Pengolahan Data.....	48
2. Analisis Data.....	49
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>51</b>
A. Hasil penelitian.....	51
1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	51
2. Analisis Univariat.....	51
3. Analisis Bivariat.....	53
B. Pembahasan.....	56
1. Analisis Univariat.....	56
2. Analisis Bivariat.....	59
C. Keterbatas Penelitian.....	63
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>65</b>
A. Simpulan .....	65
B. Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	34
Skema 3.1 Kerangka Konsep .....	36

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 intensitas nyeri kepala sebelum dan sesudah kompres hangat .....	52
Tabel 4.2 intensitas nyeri kepala sebelum dan sesudah pijat kepala.....	53
Tabel 4.3 Perbedaan intensitas nyeri kepala sebelum dan sesudah kompres .....	54
Tabel 4.4 Perbedaan intensitas nyeri kepala sebelum dan sesudah pijat Kepala.....	55

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Nyeri Deskriptif Sederhana .....	24
Gambar 2.2 Skala Nyeri <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS) .....	25
Gambar 2.3 Skala Nyeri <i>Visual Analog Scale</i> (VAS) .....	25
Gambar 2.4 Skala Nyeri <i>Fases Rating Scale</i> (FRS) .....	26



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Lembar Penjelasan
- Lampiran 3: Lembar Persetujuan
- Lampiran 3: Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)
- Lampiran 3: Lembar Kuesioner
- Lampiran 4: Lembar Pengukuran Skala Nyeri kepala, *Numeric Rating Scale* (NRS)
- Lampiran 5: SOP Kompres Hangat Pada Leher
- Lampiran 6: SOP Pijat Kepala
- Lampiran 7: Surat Layak Etik
- Lampiran 8: Surat Permohonan Kaji Etik
- Lampiran 9: Surat Pemohonan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 10: Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 11: Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 12: Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 13: Data Tekanan Darah Responden
- Lampiran 14: Data Penelitian
- Lampiran 15: Uji Stastistik
- Lampiran 16: Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 17: Lembar Konsul
- Lampiran 18: Hasil Uji Plagrisme

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### Identitas Diri

Nama : Dewi Yunita  
Tempat tanggal lahir : Seterio, 12 Juni 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Jalan Palembang-Betung, Kel. Seterio  
Orang tua : Ayah (Iskandar) & Ibu (Marjana)  
Saudara : Deli triana, Devi andriani, Dedi Candra  
Email : [dewiyunita941@gmail.com](mailto:dewiyunita941@gmail.com)

### Riwayat Pendidikan

Paud Anggrek  
SD N 6 Seterio  
SMP N 1 Banyuasin III  
SMA N 1 Banyuasin III  
S1 Program Studi Keperawatan FK Universitas Sriwijaya

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar belakang

Seseorang yang dikatakan lansia apabila usiannya lebih dari 60 tahun ke atas. Lansia akan mengalami penambahan umur yang disertai dengan penurunan fungsi fisik yang ditandai dengan penurunan massa otot serta kekuatannya perubahan dalam struktur dan fungsi pada sel, jaringan sistem organ serta penurunan fungsi imun tubuh termasuk kedalam penurunan fungsi jantung yang salah satu penyakitnya yaitu hipertensi (Akbar, *et al.*, 2020).

Hipertensi adalah kondisi di mana seseorang yang mengalami kenaikan tekanan darah di atas normal, yaitu tekanan darah melebihi dari 140/90 mmHg. Hipertensi sering sebut juga sebagai *silent killer* (Sumartini, *et al.*, 2020).

Penderita hipertensi sering kali ditemukan gejala timbulnya nyeri pada daerah oksipital kepala hingga *cranium* (leher) (Rahmanti dan Pamungkas, 2022). Nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi disebabkan peningkatan tekanan darah tinggi yang bisa terjadi karena adanya penyumbatan pada sistem peredaran darah baik dari jantung maupun dari serangkaian pembuluh darah arteri dan vena yang mengakut darah. Hal ini bisa membuat aliran darah pada sirkulasi menjadi terganggu dan dapat menyebabkan tekanan darah meningkat. Jaringan yang terganggu akan terjadi penurunan pada oksigen dan bisa menyebabkan peningkatan pada karbondioksida selanjutnya terjadinya metaboliseme anaerob di dalam tubuh yang bisa meningkatkan asam laktat dan menstimulasi peka terhadap nyeri kepala pada otak (Syiddatul, 2017).

Nyeri kepala dapat menyebabkan seseorang akan tetap terjaga atau dapat mencegah tidur yang akhirnya menyebabkan durasi tidur lebih singkat dan

mengantuk berlebihan sehingga aktivitas dan daya konsentrasi menurun. Nyeri kepala dapat membuat orang terganggu untuk menjalankan aktifitasnya dan mengharuskan seseorang untuk beristirahat, sehingga tugas-tugas wajibnya tertunda (Rahmanti dan Pamungkas, 2022).

Hipertensi merupakan penyakit penyebab kematian urutan pertama di dunia setiap tahun. Penyakit hipertensi ini banyak diderita masyarakat Indonesia. Berdasarkan data dari organisasi kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021 menyatakan bahwa terdapat 1,28 Milyar penduduk dunia menderita hipertensi, jumlah itu mengalami kenaikan menjadi 150 juta orang dibandingkan tahun 2014 sebesar 1,13 Milyar. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran penduduk usia 18 tahun keatas sebesar 34,1%. Prevalensi tersebut mengalami peningkatan sebesar 8,3% dibanding Riskesdas 2013 sebesar 25,8% (Data Riset Kesehatan Dasar, 2018).

Tahun 2019 sejumlah kasus hipertensi terbanyak di Sumatera Selatan, dengan kasus urutan nomor satu dengan jumlah 283.390 jiwa (Badan Pusat Statistik Sumatera Selatan, 2019). Pada tahun 2018, Kabupaten Banyuasin dengan jumlah keseluruhan hipertensi tertinggi dengan urutan ke 2 sesudah Kota Palembang sebesar 45.871 jiwa (Dinkes Banyuasin, 2018).

Hasil dari studi pendahuluan peneliti di Puskesmas Pangkalan Balai Kabupaten Banyuasin, Kelurahan Seterio merupakan salah satu Kelurahan yang berada di dalam wilayah kerja Puskesmas Pangkalan Balai, dengan jumlah penduduk sekitar 5.438 jiwa. Data dari kader hipertensi Kelurahan Seterio dan Puskesmas Pangkalan Balai, Kelurahan Seterio termasuk kategori

tinggi angka lansia penderita hipertensi dengan keluhan nyeri kepala, di dapatkan data bahwa pada tahun 2022 terdapat 709 orang.

Puskesmas Pangkalan Balai, Kabupaten Banyuasin sudah melakukan upaya pelayanan kesehatan berupa penyuluhan tentang pencegahan dan pengendalian hipertensi kepada masyarakat tetapi masih belum terlaksanakan dengan optimal. Adapun Penatalaksanaan untuk mengurangi rasa nyeri dapat dilakukan secara non farmakologi antara lain dengan menggunakan kompres hangat pada leher dan pijat kepala.

Kompres hangat pada leher adalah penatalaksanaan nyeri dengan cara menghantarkan energi panas melalui konduksi, di mana panas dapat menyebabkan pembuluh darah melebar. Penerapan kompres hangat bisa melebarkan pembuluh darah arteriol, sehingga dapat menimbulkan penurunan resistensi dan meningkatkan suplai oksigen, merelaksasi otot pada pembuluh darah sehingga dapat mengurangi rasa nyeri akibat dari kekakuan selain itu dapat memberikan sensasi panas lokal. Panas yang cukup dapat digunakan untuk meredakan iskemia dengan meningkatkan sirkulasi dan mengurangi kontraksi. Kompres hangat bisa melepaskan hormon endorphin pada tubuh sehingga menghalangi transmisi pada nyeri (Sukmawati dan Pakarti, 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nugroho, Ayubbana dan Sari, (2021) didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan kompres hangat mayoritas responden mengalami nyeri berat (71,4%) dan setelah dilakukan kompres hangat mayoritas responden mengalami nyeri sedang (85,7 %). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syara, *et al.*, (2021) didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan kompres hangat mayoritas responden mengalami nyeri berat

(71,4%) dan setelah dilakukan kompres hangat mayoritas responden mengalami nyeri ringan (85,7%).

Pijat kepala dengan cara dipijat dapat melancarkan aliran darah yang pada akhirnya dapat menekan pembuluh kapiler dan kelenjar getah bening, serta meningkatkan peredaran darah dengan produksi lebih banyak sel darah sehingga meningkatkan peredaran darah untuk membawa oksigen segar ke otot serta mampu menghilangkan rasa nyeri pada tubuh secara alami dengan membentuk endorphin (Rispati dan Halid, 2020). Hasil penelitian Rispati dan Halid, (2020) didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan pijat kepala responden mengalami nyeri sedang (59,09%) dan setelah dilakukan pijatan kepala responden mengalami nyeri ringan (59.0%).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan kepada 5 orang lansia penderita hipertensi di Kelurahan Seterio yang mengalami nyeri kepala didapatkan 3/5 mengalami skala 6 (nyeri sedang) dan 2/5 mengalami skala 5 (nyeri sedang). 5 lansia tersebut mengatakan jika nyeri kepala sering timbul pada saat kurang tidur, melakukan aktivitas yang terlalu berat dan banyak memikirkan sesuatu, 3 lansia mengatakan untuk mengatasi rasa nyeri kepala dengan melakukan kerokan pada bagian leher, 2 lansia mengatakan membiarkan nyeri tersebut hilang dengan sendirinya adapun 5 lansia tersebut sering mengkonsumsi obat hipertensi, 3/5 lansia mengatakan bosan karna harus terus menerus mengkonsumsi obat hipertensi. Pasien hipertensi yang sering mengkonsumsi obat hipertensi dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan pasien hipertensi mudah sekali mengalami nyeri kepala secara berulang (Triana dan Maydinar, 2022). Dari uraian latar belakang maka perlu dilakukan penelitian untuk

mengetahui perbedaan terapi kompres hangat pada leher dan pijat kepala terhadap intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi.

## **B. Rumusan Masalah**

Salah satu tanda dan gejala hipertensi adalah nyeri kepala. Nyeri pada kepala adalah peringatan pada tubuh bahwa ada sesuatu yang tidak normal pada kesehatan tubuh. Lansia biasanya melaporkan nyeri kepala ketika setelah terjadinya gangguan fungsi dan menganggap rasa nyeri kepala sebagai suatu kegagalan dan hilangnya kontrol.

Upaya yang bisa dilakukan untuk membantu meredakan rasa nyeri pada kepala lansia penderita hipertensi yaitu salah satu penatalaksanaannya dengan terapi kompres hangat pada leher dan pijat kepala. Kompres hangat dapat merilekskan otot tubuh, meredakan nyeri atau menghilangkan nyeri serta dapat memperlancar peredaran darah. Selain kompres hangat pijat kepala juga bisa memicu pelepasan hormon *endorphin* secara alami di dalam tubuh, yang berfungsi menurunkan kadar hormon stres yang menjadi penyebab nyeri kepala pada penderitanya. Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada perbedaan terapi kompres hangat pada leher dan pijat kepala terhadap intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi?”.

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui perbedaan terapi kompres hangat pada leher terhadap intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi dan untuk

mengetahui perbedaan pijat kepala terhadap intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi.

## 2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi sebelum dan sesudah berikan kompres hangat pada leher.
- b. Untuk mengetahui intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi sebelum dan sesudah berikan pijat kepala.
- c. Untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri kepala sebelum dan sesudah intervensi kompres hangat pada leher pada lansia penderita hipertensi.
- d. Untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri kepala sebelum dan sesudah intervensi pijat kepala pada lansia penderita hipertensi.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan informasi bagi peneliti selanjutnya dan untuk menambah referensi dalam ilmu kesehatan khususnya di bidang keperawatan medikal bedah tentang penanganan nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan sebagai pengembangan ilmu keperawatan dalam menentukan intervensi non farmakologi untuk mengatasi nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi.



b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan ajar dalam pembelajaran mahasiswa mengenai intervensi non farmakologi untuk mengatasi nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya agar dapat dikembangkan lebih luas.

### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini berada di ruangan lingkup keperawatan medikal bedah. Tujuan peneliti ini untuk mengetahui perbedaan terapi kompres hangat dan pijat kepala terhadap intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi. Jenis penelitian ini adalah *pre eksperimen* dengan rancangan *pre-test post-test design*. Populasi penelitian ini adalah lansia penderita hipertensi yang mengalami nyeri kepala bertempat tinggal di Kelurahan Seterio berjumlah 709. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 19 orang untuk masing-masing kelompok intervensi yang diambil menggunakan teknik *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling* yaitu penentuan sampel sesuai dengan kriteria yang dikehendaki peneliti sehingga dapat mewakili populasi yang ada (Notoatmodjo, 2018).

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 22 Juni 2023-2 Juli 2023. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar pengukuran skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS). Variabel independen dalam penelitian ini yaitu kompres hangat pada leher dan pijat kepala. Variabel dependen dalam

penelitian ini yaitu intensitas nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji *marginal homogeneity*.

## DAFTAR PUSTAKA

- AHA (*Americal Herart Association*). (2017). *Hypertension: The silent killer*. Diakses dari <https://doi.org/0178-0000-15-104-H01-P>
- Akbar, F., Nur, H., & Humaerah, U. I. (2020). Karakteristik hipertensi pada lanjut usia di desa buku (*Characteristics of Hypertension in the Elderly*). *Wawasan Kesehatan*, 5(2), 35-42.
- Astuti, E. (2014). fisioterapi kepala (kepala) terhadap penurunan nyeri kepala pada klien hipertensi di rumah sakit William Booth Surabaya. *Jurnal keperawatan*, 3(2), 7.
- Badan Pusat Statistik Sumatera Selatan. (2019). *Jumlah Kasus 10 Penyakit Terbanyak di Provinsi Sumatera Selatan 2015-2019*. Retrieved Juni 06, 2021, From <https://sumsel.bps.go.id>
- Cristanto, M., Saptiningsih, M., & Indriani, M. Y. (2021). Hubungan aktivitas fisik dengan pencegahan hipertensi pada usia dewasa muda: literature review, *Jurnal sahabat keperawatan*, 3 (01), 53-65.
- Dahlan, M. S. (2014). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan* Seri 1 Edisi 6. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyuasin. (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Banyuasin Tahun 2018*. Diakses dari <https://dinkes.banyuasinkab.go.id> pada 27 September 2022.
- Fitri, Y., Rusmikawati, R., Zulfah, S & Nurbaiti, N. (2018). Asupan natrium dan kalium sebagai faktor penyebab hipertensi pada usia lanjut. *Action: Aceh nutrition journal*, 3(2), 158-163.
- Hamid, Achir Yani S. 2008. *Buku Ajar Riset Keperawatan, Konsep Etika Dan Intrrumentasi*. Jakarta: EGC.
- Haris, A., & Nurwahidah, N. (2019). Efektivitas Massage Mulai Dari Bahu Sampai Kepala Terhadap Tingkat Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Medikal Biosains (JAMBS)*, 4(1), 1-5.
- Kurnia, A. (2019). *Self-Management Hipertensi*. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing.

- Manuntung, A. (2018). *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*. Malang: Wineka Media.
- Marhabatsar, N. S. (2021, November). Penyakit hipertensi pada sistem kardiovaskuler. *In Prosiding Seminar Nasional Biologi* (Vol. 7, No. 1, pp. 72-78).
- Melinia, N. (2022). *Pengaruh kombinasi teknik relaksasi benson dan natural sound terhadap intensitas nyeri pasien post operasi laparatomi di RSUD Dr. Abdul Moeloek Provinsi Lampung tahun 2022* (Doctoral dissertation, poltekkes tanjung karang)
- Ningsih, R., Setyowati, S., & Rahmah, H. (2011). Efektivitas Paket Pereda Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenore. *Jurnal Keperawatan Indonesia*.
- Notoadmojo. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan..* Jakarta: Rineka cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novitasari, D., & Wirakhmi, I. N. (2018) Penurunan Nyeri Kepala Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Relaksasi Autogenik Di Kelurahan Mersi Purwokwrto. *Media Ilmu Kesehatan*, 7(2), 104-113.
- Nugroho, R. A., Ayubbana, S., & Sari, S. A. (2021). Penerapan Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Skala Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro. *Jurnal Cendika Muda*, 2(4), 514-520.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 4. Jakarta: salemba medika.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 4. Jakarta: salemba medika.
- Nursalam. (2019). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 4. Jakarta: salemba medika.
- Pusdatin Kemenkes RI. (2019). *Faktor Hipertensi*. Diakses dari <https://www.pusdatin..go.id> pada 27 September 2022.
- Pusdatin Kemenkes RI. (2019). *Hipertensi*. Diakses dari <https://www.pusdatin.kemkes.go.id> pada 27 September 2022.
- Pusdatin Kemenkes RI. (2022). *Hipertensi*. Diakses dari <https://www.pusdatin.kemkes.go.id> pada 27 September 2022.
- Pusdatin Kemenkes RI. (2019). *Klasifikasi Hipertensi*. Diakses dari <https://www.pusdatin.kemkes.go.id> pada 27 September 2022.

- Putri, D. E. (2021). Hubungan Fungsi kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(4), 1147-1152.
- Rahmanti, A., & Pamungkas, K. A. S. (2022). Penerapan Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Penurunan Skala Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Rumkit Tk III 04. 06. 02 Bhakti Wiratamtama Semarang. *Jurnal fisioterapi dan ilmu kesehatan sisthana*, 4(2), 36-43.
- Rispawati, B. H., & Halid, S. (2020). Pemberian *Massage* Dalam Penurunan Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi Di Desa Desan Tereng Wilayah Kerja Puskesmas Narmada. *Jurnal Iimiah STIKES Yarsi Mataram*, 10(2), 36-44.
- Rohimah, S. (2015). kompres hangat pada pasien hipertensi eneensial di wilayah kerja puskes kahurpian kota tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husanda:Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 13(1).
- Safitri, O. R., Sangadji, F., & Mizan, D. M. (2018). Efektifitas Head Massage Dan Murrotal Alqur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Nyeri Kepala Pada Santri Ma'had Syaikh Jamilurrahman As-Salafy Yogyakarta. *Jurnal kesehatan madani medika*, 9(2), 1-9.
- Saputri, R., Ayubanna, S., & Sari, S. A. (2021). Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Ruang Jantung Rsud Jend. Ahmad Yani Kota Metro. *Jurnal Cendekia Muda*, 2(4), 506-513.
- Sari, I. P., Sari, S. A., & Fitra, N. L. (2021). Penerapan Kompres Hangat Pada Tenguk Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(1).
- Sukmawati, S., Dewi, N., R., & Pakarti, A. T. (2023). Penerapan pemberian kompres hangat pada leher terhadap skala nyeri kepala pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD PUSKESMAS BANJARSARI METRO UTARA. *Jurnal cendikia muda*, 3(2), 307-313.
- Sastroasmoro, S dan Ismael, S. (2011). *Dasar- dasar metodologi penelitian klinis. Binarupa Aksara: Jakarta.*
- Sastroasmoro, S dan Ismael, S. (2014). *Dasar- dasar metodologi penelitian klinis. Binarupa Aksara: Jakarta.*
- Setia, A., & Nusadewiarti, A. (2022). The management of hypertension: penatalaksanaan hipertensi dan gout arthritis. *Medical Profession Journal of Lampung*, 12(1), 1-8.

- Setyawan, D & Kusuma, M A B. (2014). Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi di RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang*.
- Sumartini, N. P., Purnamaewati, D., & Sumiati, N. K. (2020). Pengetahuan pasien yang menggunakan terapi komplementer obat tradisional tentang perawatan hipertensi di Puskesmas Pejeruk tahun 2019. *Bima Nursing Journal*, 1(2), 103-112.
- Suriya, M., Ners, M. K., Zuriati, S. K., & Ners, M. K. (2019). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Pada Sistem Muskuloskeletal Aplikasi NANDA NIC & NOC*. Pustaka Galeri Madiri.
- Swastini, N. (2021). Efektivitas daun sirsak (*Annona Muricata* Linn) terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sendi Husada*, 10(2), 413-415.
- Syara, A. M., Siringoringo, T., Halawa, A., & Sitorus, K. (2021). pemberian kompres hangat pada leher untuk mengurangi nyeri di kepala pada pasien hipertensi. *Jurnal pengmas kestra (Jpk)*. 1(1), 153-156.
- Syiddatul, B. (2017). Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Karang Werdha Rambutan Desa Burneh Bangkalan. *Jurnal kesehatan*, 5(1), 1-7.
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Sainatika*, 3(1), 119.
- Triana, N., Juksen, L., Lina, L., & Marydinar, D. D. (2022). Kajian terapi massage dalam menurunkan intensitas nyeri pda pasien caphalgia. *Jurnal Kesehatan Medikal Sainatika*, 13(2), 124-136.
- Valerian, F. O., Ayubbana, S., & Utami, I. T. (2021). Penerapan Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(2), 249-255.
- Vitriya, L., Aziz, A., & Khodriyati, N. S. (2022). Implementasi pemberian kompres hangat pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi di RSUD DR. SARDJITO YOGYAKARTA. *SBY proceedings*, 1(1), 629-639.
- Wahyuni, A., Juwita, L., Rahmiwati, R., & Oktorina, R. (2021). *Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Dan Terapi Komplementer*. *Jurnal of Community Health Development*, 2(2), 27-31.

- World Health Organization. (2019). *Hypertension*. Diakses dari <https://www.who.int> pada pada 28 September 2022.
- World Health Organization. (2021). *Hypertension*. Diakses dari <https://www.who.int> pada pada 28 September 2022.
- Yoganita, N. E., Sarifah, S., & Widyastuti, Y.(2019). Manfaat Massage Tengkok Dengan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pasien Hipertensi. *Profesi (Profesional islam):Media publikasi penelitian*, 16(2), 34-39.