

ANALISA PENERAPAN TERAPI KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI NYERI TENGGUK DAN SAKIT KEPALA PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI RS X KOTA BEKASI

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi atau darah tinggi merupakan gangguan terhadap pembuluh darah yang dimana suplai oksigen dan nutrisi menjadi terhambat ke jaringan seluruh tubuh. Hipertensi sering disebut sebagai *Silent Killer* atau pembunuh gelap dikarenakan penyakit tersebut menyerang secara tiba-tiba tanpa disertai tanda dan gejala. Kompres hangat merupakan sebuah metode dalam penggunaan suhu hangat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. **Tujuan:** dilakukan studi kasus ini untuk menganalisa tentang penerapan terapi kompres hangat untuk mengurangi nyeri tengkuk dan sakit kepala pada pasien hipertensi di RS X Kota Bekasi. **Metode:** karya ilmiah ini dengan pendekatan metode desain studi kasus. **Hasil:** Berdasarkan hasil studi kasus pada ketiga pasien kelolaan yang diobservasi dan dinilai selama 3 hari dengan masalah keperawatan yaitu nyeri akut dilakukan penerapan inovasi tindakan keperawatan mandiri dengan teknik kompres hangat didapatkan bahwa dapat mengurangi nyeri tengkuk dan sakit kepala pada pasien hipertensi yang dilihat dari penurunan skala nyeri dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan. **Kesimpulan:** didapatkan bahwa adanya pengaruh kompres hangat untuk mengurangi nyeri tengkuk dan sakit kepala pada pasien dengan hipertensi.

Kata Kunci: Kompres Hangat, Nyeri Tengkuk, Sakit Kepala, Hipertensi.

**ANALYSIS OF THE APPLICATION OF WARM COMPRESS THERAPY TO
REDUCE NECK PAIN AND HEADACHES IN PATIENTS WITH
HYPERTENSION AT RS X BEKASI CITY**

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is a disorder of the blood vessels in which the supply of oxygen and nutrients is hampered to tissues throughout the body. Hypertension is often referred to as silent killer or dark killers because the disease attacks suddenly without signs and symptoms. Warm compresses are a method of using warm temperatures that can cause several physiological effects. This case study was carried out to analyze the application of warm compress therapy to reduce neck pain and headaches in hypertensive patients at RS X Kota Bekasi. This scientific work with a case study design method approach. Based on the results of case studies on three managed patients who were observed and assessed for 3 days with nursing problems, namely acute pain, the application of independent nursing action innovations with warm compress techniques found that it reduced nape pain and headaches in hypertensive patients as seen from a decrease in pain scale from moderate pain scale to mild pain scale. It was found that there was an effect of warm compresses to reduce neck pain and headaches in patients with hypertension.

Keywords: Warm Compresses, Neck Pain, Headaches, Hypertension.