

# **PENERAPAN KOMPRES HANGAT PADA TENGGUK PADA KLIEN PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH NYERI KRONIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DINOYO KOTA MALANG**

Dewi Fatimah Septarini (1) Imam Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom (2).

(1) (2) Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Malang

## **ABSTRAK**

Hipertensi adalah kondisi dimana tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg. Salah satu gejala yang sering dialami pasien adalah sakit kepala dan nyeri pada tengkuk. Tindakan untuk mengurangi keluhan nyeri di kepala tengkuk salah satunya adalah kompres hangat, karena dapat melancarkan sirkulasi darah pada daerah kepala, menurunkan ketegangan otot sehingga rasa nyeri dapat berkurang. Tujuan studi kasus adalah menerapkan kompres hangat pada tengkuk pada klien penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dinoyo Kota Malang pada tanggal 11-15 Nopember 2024. Desain yang digunakan adalah metode studi kasus berupa asuhan keperawatan dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan pada 1 subyek. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, pemeriksaan fisik Ny. S. Hasil studi kasus didapatkan diagnosis keperawatan Nyeri Kronis berhubungan dengan penekanan saraf dibuktikan dengan pasien mengeluh nyeri, tampak meringis, tampak gelisah, tekanan darah 170/99 mmHg. Intervensi yang dilakukan yaitu manajemen nyeri dengan fokus pada pemberian kompres hangat pada tengkuk. Terapi ini dilakukan dengan waktu sekitar 20 menit, selama 3 kali kunjungan dalam 1 minggu. Hasil evaluasi didapatkan masalah dapat teratasi sebagian dibuktikan dengan gelisah menurun, meringis menurun, frekuensi nandi membaik, dan hasil pengukuran Numeric Rating Scale (NRS) menurun dari skala 6 menurun menjadi skala nyeri 2. Penerapan kompres hangat cukup efektif dalam menurunkan intensitas nyeri tengkuk. Diharapkan studi kasus ini dapat menjadi masukan dalam praktik asuhan keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri kronis pada daerah kepala tengkuk.

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