

Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban

Abstract

Utami, Nisa. 2020. Effect of Ginger Warm Compress Giving on Hypertension Head Pain Scale in the Elderly in Tangar Hamlet, Kedungharjo Village, Widang District, Tuban Regency. Thesis. University of Muhammadiyah Lamongan. Supervisor (1) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep, (2) Abdul Majid, SE., M.M

Hypertension is a state of increased systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic ≥ 90 mmHg, according to the World Health Organization (WHO) worldwide, 26.4% of the earth's inhabitants suffer from hypertension, hypertension headache in the elderly there is an increase in high blood pressure, caused blockages in the circulatory system both from the heart, a series of arteries and veins that carry blood. This study aims to determine the effect of Ginger Warm Compress Giving on the Hypertension Head Pain Scale in the Elderly in Tangar Village, Kedungharjo Village, Widang District, Tuban Regency. This study uses a True experimental design with a pre-test post-test control group design with the method of simple random sampling obtained 36 respondents giving intervention 2x for ± 20 minutes by measuring the pain relief bourbanis scale with Wilcoxon test data analysis and man whitney test. Pre-test in the intervention group almost all 83.3% experienced moderate pain and post-test almost all 88.9% experienced mild pain and in the control group almost all 61.1% experienced severe pain and post-test almost entirely 83.3% experiencing moderate pain. By using the SPSS 16.0 for Windows program using the Wilcoxon Singn Rank Test with $\alpha = 0.05$, the p-value of the intervention group = (0,000) and the control group = (0.003) which means that there is an effect of giving warm ginger compresses to the headache scale hypertension in the elderly in Tangar Hamlet, Kedungharjo Village, Widang Tuban. In this study, there were differences in the level of pain before and after giving warm compresses of ginger so that the results of this study can be as a recommendation to reduce the scale of hypertension headache on.

Keywords: Ginger, Hypertension, Pain, Elderly

1. Pendahuluan

Lansia merupakan suatu bagian dari tahap perjalanan hidup manusia, tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang di tandai

dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan. Sebagian masyarakat menganggap lansia sebagai manusia yang tidak mampu, lemah,

dan sakit-sakitan, menyebabkan segala aktivitas sangat dibatasi dan lansia sering mengalami peningkatan dan penurunan tekanan darah (Moniaga, 2013).

Tekanan darah adalah daya yang di perlukan agar darah dapat mengalir di dalam pembuluh darah dan beredar mencapai semua jaringan tubuh manusia. Darah dengan lancar beredar ke seluruh bagian tubuh berfungsi sangat penting sebagai media pengangkut oksigen serta zat-zat lain yang di perlukan bagi kehidupan sel-sel, selain itu darah juga berfungsi sebagai pengangkut sisa hasil metabolisme yang tidak berguna lagi dari jaringan tubuh (Moniaga, 2013).

Hipertensi merupakan suatu keadaan meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan diastolik lebih dari sama dengan 90 mmHg. Hipertensi diklasifikasikan menjadi dua yaitu hipertensi primer atau esensial yang penyebabnya tidak diketahui dan hipertensi sekunder yang dapat disebabkan oleh penyakit ginjal, penyakit endokrin, penyakit jantung, dan gangguan anak ginjal (adrenal) (Yonata et al., 2016).

Seseorang yang mengalami hipertensi biasanya tidak menunjukkan ciri apapun atau hanya mengalami gejala ringan berupa nyeri kepala, penglihatan buram, kelelahan, nyeri dada dan mual. Nyeri kepala hipertensi merupakan salah satu kondisi paling umum dijumpai pada lansia, dimana pada usia tersebut kemampuan fungsi tubuh mengalami penurunan (Syiddatul, 2019).

Menurut data WHO, di seluruh dunia, sekitar 972 juta orang atau 26,4% penghuni bumi mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata et al., 2016).

Menurut *American Heart Association (AHA)*, Penduduk Amerika penderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Diperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terutama terjadi di Negara berkembang pada tahun 2025, jumlah diperkirakan meningkat menjadi 1,15 miliar kasus. Berdasarkan data Departemen Kesehatan Indonesia, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7% . Dan berdasarkan survey di Yogyakarta, pada usia lebih dari 60 tahun kondisi nyeri kepala hipertensi yang paling sering dijumpai adalah nyeri tengkuk. Proporsi terbesar pasien datang dengan intensitas nyeri sedang (VAS 4-6) yaitu 60%, dan juga dijelaskan 29% nyeri tengkuk akibat hipertensi merupakan kondisi medis yang menjadi alasan untuk berobat. Dari hasil wawancara 40 lansia di RS Bangkalan didapatkan data memiliki hipertensi disertai nyeri kepala, diantaranya mengatakan nyeri hebat bisa dikontrol 7 orang (17,5%), nyeri sedang 20 orang (50%), dan nyeri ringan 13 orang (32,5%) (Syiddatul, 2019).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 11 Oktober 2019 di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban, 7 dari 10 lansia mengalami hipertensi disertai nyeri kepala, 3 dari mereka tidak mengalami nyeri kepala. 70% Lansia mengalami nyeri kepala hipertensi. Sehingga dapat disimpulkan masalah yang muncul adalah banyaknya lansia yang mengalami nyeri kepala hipertensi.

Nyeri kepala hipertensi pada lansia terjadi adanya peningkatan tekanan darah tinggi, dimana hal tersebut disebabkan adanya penyumbatan pada sistem peredaran darah baik dari jantung, dan serangkaian pembuluh darah arteri dan vena yang mengangkut darah. Hal tersebut mengakibatkan aliran darah di sirkulasi terganggu dan menyebabkan tekanan

meningkat. Jaringan yang sudah terganggu akan terjadi penurunan oksigen dan terjadinya peningkatan karbondioksida. Terjadi metabolisme anaerob dalam tubuh yang meningkatkan asam laktat dan menstimulasi peka terhadap pada otak. Nyeri kepala hipertensi pada lansia disebabkan oleh meningginya tekanan intrakranial, dimana nyeri kepala merupakan cara tubuh memberi penanda bahwa ada sesuatu yang sedang terjadi dengan kesehatan kita. Dampak dari nyeri kepala hipertensi yang sangat hebat secara tiba-tiba bisa menjadi salah satu tanda adanya penyakit serius (Syiddatul, 2019).

Hipertensi belum diketahui faktor penyebabnya, namun ditemukan beberapa faktor risiko. Banyak faktor yang dapat memperbesar risiko atau kecenderungan seseorang menderita hipertensi, diantaranya umur, jenis kelamin, suku, faktor keturunan serta faktor lingkungan yang meliputi obesitas, stres, konsumsi garam, merokok, konsumsi alkohol, dan sebagainya (Yonata et al., 2016).

Penanganan nyeri kepala hipertensi pada lansia perlu diperhatikan karena jika penanganan benar dan tepat nyeri kepala pada lansia dapat terkontrol, terhindar dari komplikasi yang serius dan dapat bermanfaat membantu lansia dalam mempelajari proses terjadinya nyeri kepala hipertensi. Penanganan nyeri hipertensi pada lansia dapat mengontrol nyeri kepala jika lansia telah mengetahui faktor-faktor yang berpengaruh meningkatkan nyeri kepala hipertensi. Namun, saat ini masih banyak lansia yang belum mengetahui tentang penanganan tersebut. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan pada lansia tentang hal-hal apa saja yang harus diketahui dalam penanganan pada nyeri kepala hipertensi (Syiddatul, 2019).

Manajemen nyeri hipertensi pada lansia bertujuan untuk mengurangi atau menghilangkan rasa sakit dan tidak nyaman.

Secara umum manajemen nyeri hipertensi pada lansia ada dua yaitu manajemen farmakologi (obat-obatan) dan manajemen non farmakologi. Menangani nyeri yang dialami pasien melalui intervensi farmakologi adalah dengan pemberian obat-obatan. Pada intervensi non farmakologi menangani pasien nyeri dengan cara bimbingan antisipasi, distraksi, masase kulit, hipnosis kulit, memberikan kompres air hangat, mandi air hangat atau disebut stimulasi kutaneus. Manajemen non farmakologi merupakan langkah-langkah sederhana dalam upaya menurunkan skala nyeri hipertensi pada lansia dengan berisiko rendah bagi pasien dan tidak membutuhkan biaya terlalu mahal. Salah satu intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri dalam menurunkan skala nyeri kepala hipertensi pada lansia yaitu dengan melakukan kompres hangat jahe pada penderita untuk menurunkan skala nyeri kepala hipertensi pada lansia (Syiddatul, 2019).

Obat farmakologi adalah bentuk pengendalian nyeri yang paling sering digunakan. Namun dalam penelitian ini, peneliti berusaha untuk memberikan terapi non farmakologi karena mengingat bahwa terapi farmakologi itu sendiri memiliki efek samping yang cukup banyak seperti depresi pernafasan, mual dan muntah, dan konstipasi. Selain itu, obat farmakologi juga dapat menimbulkan toleransi dan ketergantungan.

Salah satu terapi non farmakologi yang digunakan untuk meredakan nyeri yaitu kompres hangat. Penggunaan kompres hangat untuk area yang nyeri dapat menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang (Merliana et al., 2019).

Pemberian kompres hangat jahe adalah suatu mekanisme penghambat rangsangan

nyeri pada serabut saraf besar, rangsangan yang diberikan menjadikan perubahan mekanisme dimana dapat merubah sensasi nyeri dan mampu memodifikasi sensasi nyeri yang datang sebelum sampai ke lapisan otak yang bisa menimbulkan perasaan nyeri reseptor otot sehingga nyeri dapat berkurang dan jahe juga memiliki efek farmakologis dengan menimbulkan rasa panas dan pedas, sehingga dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah. Jahe juga bisa mengurangi nyeri karena memiliki kandungan senyawa gingerol dan shogol

2. Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan rancangan *true eksperiment design* dengan pendekatan *pre test-post test control group design*, dalam desain ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara acak, kemudian diberi pretest untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

2.1 Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, data dikumpulkan dari jawaban atas pertanyaan yang disediakan melalui pengisian kuesioner oleh lansia tentang nyeri yang dirasakan. Sebelum dilakukan kompres hangat jahe (pre-test), skala nyeri lansia diukur, kemudian dilakukan kompres hangat jahe oleh peneliti selama ± 20 menit. Setelah itu diukur kembali (post-test) skala nyeri lansia tersebut. Kemudian di bandingkan antara pre-test dengan post-test. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan lansia yang yang menderita nyeri kepala hipertensi pada lansia di Dusun Tangar Desa Kedungharjo

yakni senyawa panas dan pedas, jahe memiliki sifat anti inflamasi non steroid dimana terdapat rasa pedas dan panas dari kompres jahe akan mengurangi peradangan dan meredakan nyeri. Manfaat yang maksimal akan dicapai dalam waktu 20 menit sesudah aplikasi panas. kompres jahe dilakukan sehari 2 kali yaitu pagi dan sore sebanyak 100 gram (Asri et al., 2018).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap skala nyeri kepala hipertensi.

Widang Tuban, jumlah lansia penderita nyeri kepala hipertensi 40 lansia. Dengan menggunakan simple random sampling maka besar sampel yang diambil sebanyak 36 lansia. Dan Peneliti membagi sampel menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

2.2 Metode Analisa Data

Berdasarkan jawaban pertanyaan selanjutnya dibuat tabel distribusi frekuensi untuk mengukur perbandingan skala nyeri pada lansia sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat jahe di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban, mengukur perbandingan skala nyeri pada lansia sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban dan mengukur perbandingan skala nyeri pada lansia sesudah pemberian kompres hangat jahe dan kompres hangat di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban teknik analisa menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Man whitney* dengan tingkat signifikasi (α) = 0,05.

Comment [R1]: Penggunaan mendeley supaya daftar pustaka sesuai. Ni mash blm ada d daftar pustaka. Yg ada d daftar pustka hny yg digunakan pd artikel jurnal ini saja. Bukan semua daftar pustka yg ada pd skripsi.

Comment [R2]: Narasikan to the point. Cukup judul metode saja. Mtode pngumpulan data n Analisa data delete. Jadikan 1 dg metode namun ringkas n to the point. Lihat jurnal kesehatan pd umumnya.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Data Umum

Pada bagian ini akan disajikan data lansia berdasarkan jenis kelamin, umur dan pekerjaan.

1) Karakteristik Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1 Distribusi Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	9	27
Perempuan	27	75
Jumlah	36	100

2) Karakteristik Lansia Berdasarkan Umur

Tabel 2 Distribusi Lansia Berdasarkan Umur Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
50-60	20	55
61-70	14	39
71-80	2	6
Total	36	100

3) Karakteristik Lansia Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 3 Distribusi Lansia Berdasarkan Pekerjaan Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Petani	13	36,2
Wiraswasta	7	19,4

PNS	2	5,5
Swasta	6	16,7
Tidak Bekerja	8	22,2
Total	36	100

Comment [R3]: Penomoran sesuaikan. Lhat jurnal pd umumnya.

3.2 Data Khusus

1) Mengidentifikasi dan Menganalisa Skala Nyeri Kepala Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat Jahe pada Lansia Kelompok Perlakuan Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Kepala Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat Jahe Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban

Tingkat Nyeri	Pre		Post	
	Σ	%	Σ	%
Tidak Nyeri	0	0	1	5,6
Nyeri Ringan	1	5,6	16	88,9
Nyeri Sedang	15	83,3	1	5,6
Nyeri Berat	2	11,1	0	0
Nyeri Sangat Berat	0	0	0	0
Total	18	100	18	100

2) Mengidentifikasi dan Menganalisa Skala Nyeri Kepala Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres

Hangat pada Lansia Kelompok Kontrol Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Kepala Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban.

Tingkat Nyeri	Pre		Post	
	Σ	%	Σ	%
Tidak Nyeri	0	0	0	0
Nyeri Ringan	1	5,6	1	5,6
Nyeri Sedang	6	33,3	15	83,3
Nyeri Berat	11	61,1	2	11,1
Nyeri Sangat Berat	0	0	0	0
Total	18	100	18	100
Z= -3,000 P= 0,003				

- 3) Menganalisa Perbedaan Sesudah Pemberian Kompres Hangat Jahe dan Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi pada Lansia Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban

Tabel 6 Nilai Perbandingan Post Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe dan Kompres Hangat terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi pada Lansia di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Widang Tuban

Tingkat Nyeri	Post Kompres	Post Kompres
---------------	--------------	--------------

	Hangat Jahe		Hangat	
	Σ	%	Σ	%
Tidak Nyeri	1	5,6	0	0
Nyeri Ringan	16	88,9	1	5,6
Nyeri Sedang	1	5,6	15	83,3
Nyeri Berat	0	0	2	11,1
Nyeri Sangat Berat	0	0	0	0
Total	18	100	18	100
Z= -5,123 P= 0,000				

3. Hasil Uji Statistik

Hasil uji statistik Uji Wilcoxon diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap skala nyeri kepala hipertensi lansia di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban. Hasil uji statistik Uji Wilcoxon diperoleh nilai p value 0,003 ($p < 0,05$) berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap skala nyeri kepala hipertensi lansia di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban. Dan Hasil uji statistik Uji Man Whitney diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan ada perbedaan sesudah pemberian kompres hangat jahe dan kompres hangat terhadap skala nyeri kepala hipertensi lansia di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban.

4 Pembahasan

4.1 Mengidentifikasi dan Menganalisa Skala Nyeri Kepala Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat Jahe pada Lansia Kelompok Intervensi Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban

Berdasarkan table 4 menunjukkan bahwa pada saat sebelum diberikan kompres hangat jahe (*pre test*) hampir seluruh atau 83,3% mengalami nyeri sedang dan sebagian kecil atau 11,1% mengalami nyeri berat dan 65,6% mengalami nyeri ringan. Sesudah diberikan kompres hangat jahe (*post test*) hampir seluruh atau 88,9% mengalami nyeri ringan dan sebagian kecil atau 5,6% mengalami nyeri sedang dan tidak nyeri.

Dari hasil analisis dengan *uji wilcoxon* yang menggunakan program *SPSS PC for Windows versi 16.0* diperoleh nilai $Z = -4,146$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dimana H_1 diterima artinya terdapat pengaruh pemberian Kompres Hangat Jahe terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi pada Lansia di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban

Berdasarkan fakta diatas dengan hasil penelitian yang dilakukan di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban, dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian kompres hangat jahe banyak berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri kepala hipertensi pada Lansia. Hal ini dibuktikan setelah pemberian kompres hangat jahe hampir seluruh lansia mengalami penurunan skala nyeri. Hal ini sesuai dengan teori Asri (2018) jahe dapat mengurangi nyeri karena memiliki kandungan senyawa gingerol dan shogaol yakni senyawa panas dan pedas, jahe memiliki sifat anti inflamasi non steroid dimana terdapat rasa pedas dan panas dari kompres jahe akan mengurangi peradangan dan meredakan nyeri. Kompres jahe merah

dapat menurunkan nyeri, mengompres berarti memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh tertentu yang memerlukannya. Komponen utama dari jahe segar adalah senyawa homolog fenolik keton yang dikenal sebagai gingerol. Pada suhu tinggi gingerol akan berubah menjadi shogaol yang memiliki efek panas dan pedas dibanding gingerol. Efek panas dan pedas pada jahe inilah yang dapat meredakan nyeri. Jahe mempunyai efek untuk menurunkan sensasi nyeri juga meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang mengalami kerusakan, penggunaan panas pada jahe selain memberikan reaksi fisiologis, antara lain : meningkatkan respon anti inflamasi (Misrah, 2019). Menurut Syiddatul (2019) pemberian kompres hangat jahe adalah suatu mekanisme penghambat rangsangan nyeri pada serabut saraf besar, rangsangan yang diberikan menjadikan perubahan mekanisme dimana dapat merubah sensasi nyeri dan mampu memodifikasi sensasi nyeri yang datang sebelum sampai ke lapisan otak sehingga nyeri dapat berkurang. Kompres hangat jahe bisa meredakan atau mengurangi ketegangan, sehingga nyeri yang di alami lansia dapat berkurang.

Dari hasil penelitian terjadi penurunan skala nyeri pada lansia setelah diberikan kompres hangat jahe, ini dibuktikan bahwa ada pengaruh dari setelah diberikan kompres hangat jahe dalam menurunkan skala nyeri lansia, dan respon lansia mengatakan mereka merasa rileks ketika diberikan kompres hangat jahe. Metode pengobatan dengan cara memberi kompres air hangat jahe ini dengan meletakkan waslap lembab dan hangat yang diletakkan pada area leher lansia, ini dapat memvasodilatasi pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lancar, mengurangi kaku dan mengurangi nyeri. Kompres hangat jahe menurunkan nyeri melalui tahap

transmisi, dimana pada tahapan ini sensasi hangat pada kompres hangat jahe menghambat mediator inflamasi, sehingga akan meningkatkan ambang rasa nyeri sehingga terjadi penurunan tingkat nyeri pada lansia. Dan pada penelitian ini, semua lansia tidak ada yang mendapat terapi pemberian obat analgesik baik sebelum diberikan kompres hangat jahe maupun saat pemberian kompres hangat jahe, hanya diberikan kompres hangat jahe untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan oleh Lansia, pemberian kompres hangat jahe dapat menjadi salah satu alternative pilihan dalam mengatasi rasa nyeri tersebut karena tidak memiliki efek samping yang membahayakan bagi lansia.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres hangat jahe dapat menurunkan skala nyeri kepala hipertensi dibuktikan dengan pernyataan Lansia yang merasa rileks setelah pemberian kompres hangat jahe. Kondisi rileks tersebut membuat Lansia dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri. Menurut asumsi peneliti, berdasarkan data penelitian yang telah diperoleh, kompres jahe memiliki pengaruh dalam mengurangi intensitas nyeri dimana seluruh responden mengalami penurunan intensitas nyeri setelah perlakuan kompres jahe selama 20 menit, namun penurunan intensitas nyeri yang dialami oleh responden berbeda-beda. Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor resiko antara lain psiko-kultural dan sifat nyeri yang merupakan persepsi dan perbedaan individu dan perasaan subjektif dari setiap perasaan nyeri antara dan senyawa gingerol telah terbukti mempunyai aktivitas sebagai antipiretik, antitusif, anti inflamasi dan analgesik. Jahe mempunyai efek untuk menurunkan sensasi nyeri juga meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang mengalami kerusakan, penggunaan panas pada jahe selain memberikan reaksi

fisiologis, antara lain tidak meningkatkan respon inflamasi.

4.2 Mengidentifikasi dan Menganalisa Skala Nyeri Kepala Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat pada Lansia Kelompok Kontrol Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban

Pada table 5 diatas menunjukkan bahwa pada saat sebelum diberikan kompres hangat (*pre test*) hampir seluruh atau 61,1% mengalami nyeri berat dan sebagian kecil atau 5,6% mengalami nyeri ringan dan 33,3% mengalami nyeri sedang. Sesudah diberikan kompres hangat (*post test*) hampir seluruh atau 83,3% mengalami nyeri sedang dan sebagian kecil atau 5,6% mengalami nyeri ringan dan 11,1% mengalami nyeri berat.

Dari hasil analisis dengan *uji wilcoxon* yang menggunakan program *SPSS PC for Windows versi 16.0* diperoleh nilai $Z = -3,000$ dan $p = 0,003$ ($p < 0,05$) dimana H_1 diterima artinya terdapat pengaruh pemberian Kompres Hangat terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi pada Lansia di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban

Berdasarkan fakta diatas dengan hasil penelitian yang dilakukan di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban, dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri kepala hipertensi pada Lansia. Hal ini dibuktikan setelah pemberian kompres hangat lansia mengungkapkan lebih rileks dari sebelumnya. Hal ini sesuai dengan teori Merliana (2019) Penggunaan kompres hangat untuk area yang nyeri dapat menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah untuk

mendapatkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang.

Pada penelitian ini, semua Lansia tidak ada yang mendapat terapi pemberian obat analgesik baik sebelum diberikan kompres maupun saat pemberian kompres hangat, hanya diberikan kompres hangat untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan oleh Lansia.

4.1.3 Menganalisa Perbedaan Skala Nyeri Kepala Hipertensi pada Lansia Setelah Pemberian Kompres Hangat Jahe dan Kompres Hangat terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi pada Lansia Di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban

Berdasarkan tabel 6 skala nyeri kepala hipertensi pada lansia sesudah pemberian kompres hangat jahe penurunan skala nyeri mencapai kategori tidak nyeri sedangkan pada pemberian kompres hangat mencapai kategori nyeri ringan.

Setelah diberikan intervensi pemberian kompres hangat jahe bahwa seluruhnya atau 100% lansia mengalami penurunan nyeri dan tidak satupun atau 0% mengalami nyeri tetap dan naik. Sedangkan pada kelompok kontrol pemberian kompres hangat bahwa sebagian besar atau 50% mengalami penurunan nyeri dan 50% mengalami nyeri tetap.

Hasil terapi berupa penurunan skala nyeri pada kelompok terapi kompres hangat jahe dan kelompok kompres hangat berbeda banyak jika dianalisis secara statistic dengan menggunakan uji *Man Withney* hasilnya didapatkan perbedaan yang bermakna dimana p value 0,000 dengan taraf signifikan 0,05 maka $0,000 < 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa H_1 diterima, artinya ada perbedaan pemberian kompres hangat jahe dan kompres hangat

terhadap penurunan skala nyeri kepala hipertensi pada Lansia.

Sehingga kompres hangat jahe lebih efektif menurunkan nyeri kepala hipertensi karena jahe mengandung zat *gingerol* yang dapat membantu proses penurunan nyeri daripada dengan kompres hangat yang hanya menggunakan sensasi hangat. Kompres hangat jahe dan kompres hangat menurunkan nyeri kepala hipertensi dengan memberikan rasa hangat pada area tengkuk yang mengalami nyeri. Kompres hangat jahe menggunakan rebusan jahe sebagai media penghangat untuk menurunkan nyeri dan kompres hangat menggunakan rebusan air hangat. Selain itu kompres hangat jahe dan kompres hangat melakukan penyembuhan dengan tahapan yang berbeda meskipun menggunakan media yang sama yaitu hangat. Tetapi pemberian kompres hangat jahe lebih efektif karena pada jahe terdapat kandungan *gingerol* yang mampu memberikan efek farmakologi dan fisiologi sedangkan pada kompres hangat hanya memberikan sensasi hangat saja.

Hal ini sesuai dengan teori Syiddatul (2019) jahe mengandung zat *gingerol*, *shangaol*, *zingerone*, *oleoresin*, dan minyak atsiri. Kandungan dalam jahe seperti *gingerol*, *shongaol* dan *zingerone* memberikan efek farmakologi dan fisiologi seperti antioksidan, anti-inflamasi, analgesik, anti-karsinogenik, non-toksik dan non-mutagenik meskipun pada konsentrasi tinggi. *Gingerol* dan rasa hangat yang ditimbulkan oleh jahe tersebut membuat pembuluh darah terbuka (vasodilatasi) dan memperlancar sirkulasi sehingga suplai makanan dan oksigen menjadi lebih baik sehingga nyeri akan berkurang dan juga menghambat COX (*Cyclo-oxygenase*), dimana COX (*Cyclo-oxygenase*) berperan dalam sintesis mediator nyeri, salah satunya adalah prostaglandin. Mekanisme umum adalah mengeblok pembentukan

prostaglandin dengan jalan menghambat enzim COX (*Cyclo-oxygenase*) pada daerah nyeri dengan demikian mengurangi pembentukan mediator nyeri.

Menurut Devi (2017) Senyawa yang terkandung dalam jahe memiliki sifat anti inflamasi, ekstrak gingerol mempunyai aktivitas penghambat yang kuat terhadap pelepasan histamine dan sintesis prostaglandin E2 sebagai mediator inflamasi dan ekstrak oleoresin dari jahe juga mempunyai efek meredam nyeri yang terjadi.

Perbedaan kompres air biasa hangat dan kompres air rendaman jahe yaitu dimana kompres air biasa hangat hanya efek panas saja yang didapatkan, sedangkan pada kompres air rendaman jahe terdapat efek panas serta rasa pedas sehingga mampu menurunkan skala nyeri yang memang jelas berbeda dengan yang ditimbulkan oleh kompres air biasa hangat. Kompres jahe dapat menurunkan nyeri, kompres jahe merupakan pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri. Kompres jahe memiliki kandungan enzim siklo-oksigenasi yang dapat mengurangi peradangan pada penderita asam urat, selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas (zingerol dan oleoresin tinggi), dimana senyawa ini dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah (Syiddatul, 2019). Durasi pemberian kompres hangat jahe lebih efektif karena menurut respon lansia ada sensasi hangat dan pedas sehingga lebih cepat menyebabkan penurunan skala nyeri kepala hipertensi.

5. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

1. Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban sebelum pemberian kompres hangat jahe hampir seluruh lansia mengalami nyeri sedang dan sesudah pemberian kompres

hangat jahe hampir seluruh lansia mengalami nyeri ringan.

2. Skala nyeri kepala hipertensi pada Lansia di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban sebelum pemberian kompres hangat hampir seluruh lansia mengalami nyeri berat dan sesudah pemberian kompres hangat jahe hampir seluruh lansia mengalami nyeri sedang.

3. Terdapat perbedaan setelah pemberian kompres hangat jahe dan kompres hangat terhadap skala nyeri kepala hipertensi pada Lansia di Dusun Tangar Desa Kedungharjo Kecamatan Widang Kabupaten Tuban.

Saran

1. Bagi Akademis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi ilmu pengetahuan sebagai saran pembanding dalam memperkaya informasi tentang pemberian kompres hangat jahe.

2. Bagi Praktisi

1). Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan bagi perawat dan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dalam mengaplikasikan pemberian kompres hangat jahe untuk mengurangi skala nyeri kepala hipertensi.

2). Bagi Peneliti

Setelah dilakukan penelitian ini hendaknya dapat memberikan wawasan bagi peneliti dalam mengaplikasikan ilmu metodologi penelitian yang terkait dengan pengetahuan ilmu kesehatan, ilmu komunikasi dan biologi.

3). Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini di harapkan dapat sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya terutama penelitian tentang pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri kepala hipertensi untuk menambahkan variable independen atau instrument

lain agar dapat mendapatkan data yang lebih akurat.

Daftar Pustaka

- Anonim. (2017). *Berdamai dengan asam urat*. Jakarta: Bumi Medika.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta
- Arnilawaty, Amalia H, Amirudin R. 2007. *Hipertensi dan Faktor Risikonya dalam Kajian Epidemiologi*. Bagian Epidemiologi FKM UNHAS. [serialonline].http://www.CerminDuniaKedokteran.com/index.php?option=com_content&task=view&id=38&Itemid=12 [12 November 2019].
- Arovah, N. (2016). *Fisioterapi Olahraga*. Jakarta : EGC
- Aveila G et al. (2018). *Kejadian Hipertensi dan Riwayat Keluarga Menderita Hipertensi di Puskesmas Paudi Kota Bitung*. *Junal KESMAS*. 2018:7 (5).
- Budiharto, W. (2015). *Metode Penelitian Ilmu Komputer dengan Komputasi Statistika Berbasis*. Yogyakarta : Deepublish.
- Bustan. (2017). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Devi, S. (2017), *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid*. *Jurnal Kesehatan*, 1-17
- Dwi, Setyaningrum Hesti. (2013). *Jahe*. Jakarta : Penebar Swadaya
- Hidayat, A.A. (2010). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika
- Kusyani, Asri; Nuraminudin, AA; Andriyani, L. (2018). *Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lansia Di PSLU Jombang*. *Kesehatan*, 3, 3.
- Malanga, G.A., Yan, Ning., and Stark, Jill. (2015). *Mekanisms and Efficacy of Heat and Cold Therapies for Musculoskeletal Injury*. USA: Postgraduate Medicine
- Merliana, R., Daeli, N. E., Sitanggang, M., Kesehatan, F. I., Katolik, U., & Charitas, M. (2019). *Perbedaan Kompres Air Hangat Dan Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Gout Lansia*. *Differences Of Warm Water Compresses And Red Ginger Against. Kesehatan*, 169–175.
- Michael et al., 2014. *Tata laksana Terkini pada Hipertensi*, *Jurnal Kedokteran Meditek*, 20 (50):1-6.
- Misrah, 2019. *Rimpang Sejuta Khasiat*. Jakarta: Penerbit Araska
- Moniaga, V. (2013). *Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Bplu Senja Cerah Paniki Bawah*. *Jurnal E-Biomedik*, 1(2), 785–789. <https://doi.org/10.35790/ebm.1.2.2013.3635>
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka.
- Nugroho, Wahyudi, 2010. *Perawatan Lanjut Usia*. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika

- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan (Ed.2)*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Sharma S, et al. 2018. *Hypertension*. [serial online] [http://:www.emedicine.com](http://www.emedicine.com) [15 November 2019].
- Sutanto, (2010). *Cekal Penyakit Modern, Hipertensi, Stroke, Jantung, kolesterol dan Diabetes*. C.V Audi Offset. Yogyakarta.
- Syiddatul, B. (2019). *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Karang Werdha Rambutan Desa Burneh Bangkalan*. *Jurnal Kesehatan*, 5(1), 1–6.
- Yepi. (2017). *Efektivitas Terapi Kompres Hangat Rebusan Serai dengan Kompres Dingin terhadap Tingkat Nyeri Lansia yang Mengalami Osteoarthritis*. *Jurnal Kesehatan*, 12
- Yonata, A., Satria, A., & Pratama, P. (2016). *Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke*. *Majority*, 5(3), 17.

