Studi Kasus Penatalaksanaan Relaksasi *Head Massage* dan Pemberian Parutan Kunyit Mengatasi Masalah Nyeri Akut pada PasieN Hipertensi di Desa Pundungrejo

Dwi Jayanti[1], Novi Indah Aderita[2]
[1,2]Politeknik Kesehatan Bhakti Mulia
E-mail: dwijayanti100298@gmail.com, adheritanovinda@gmail.com

Abstrak

Penderita Hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 berdasarkan hasil pengukuran penduduk dengan umur ≥18 tahun adalah 34,11%. Provinsi Jawa Tengah hipertensi pada tahun 2019 sebesar 37,57%. Masalah yang dialami antara lain: nyeri kepala, kelelahan dan tengkuk pegal, salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut yaitu relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh penatalaksanaan manajemen nyeri dengan masalah keperawatan nyeri akut. Penelitian deskriptif kualitatif ini menggunakan pendekatan studi kasus. Metode pengumpulan data dengan observasi, pengukuran dan dokumentasi. Instrumen studi kasus menggunakan format asuhan keperawatan medikal bedah, *nursing kit* dan lembar pengukuran. Subjek penelitian adalah pasien hipertensi di Desa Pundungrejo sebanyak 3 subjek. Teknik pengambilan subjek adalah *non-probalility sampling* dengan pendekatan *purposive sampling.* Hasil penelitian: pengkajian didapatkan data subjek mengatakan pusing pada kepala bagian belakang sampai leher. Data objektif yang didapatkan yaitu: tampak perilaku melindungi nyeri, ekspresi wajah tampak menahan nyeri, TTV: TD 150/90 mmHg-160/90 mmHg, RR: 22-24 x/menit, N: 88-92 x/menit, S: 36,2°-36,5°C. Masalah keperawatan yaitu nyeri akut. Rencana tindakan keperawatan yang akan dilakukan yaitu relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit sebanyak 15 kali kunjungan. Tindakan keperawatan meliputi mengkaji karakteristik nyeri, mengkaji tanda-tanda vital, melakukan relaksasi *head massage*, pemberian parutan kunyit. Hasil setelah dilakukan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit sebanyak 15 kali kunjungan selama 2 minggu didapatkan hasil nyeri akut teratasi sebagian. Kesimpulan: tindakan *head massage* dan pemberian parutan kunyit efektif untuk menurunkan nyeri akut pada penderita hipertensi.

Kata kunci: relaksasi *head massage,* parutan kunyit, nyeri akut, hipertensi.

Case Study: Management of Relaxation Head Massage and Giving Grated Turmeric Overcoming Acute Pain Problems in Hypertensive Patients in Pundungrejo Village

Abstract

People with hypertension in Indonesia in 2018 based on the results of measurements in the population with the age of ≥18 years is 34.11%. Central Java hypertension in 2019 amounted to 37.57%. Problems experienced including: headache, fatigue and nape aches, one of the actions that can be taken to overcome these problems is a relaxation head massage and giving grated turmeric. The purpose of this study was to know effect the management of pain with the acute pain nursing problems. This descriptive research uses a case studies approach. Methods of data collection by observation, measurement, and documentation. The case study instrument uses the medical surgical nursing care format, nursing kit

and measurement sheet. The study subjects were 3 hypertension respondens in Pundungrejo Village. The subject-taking technique is non-probalility sampling with a purposive sampling approach. Results: the study found that the subject data said dizziness in the back of the head to the neck. The objective data obtained were: appears to protect pain, facial expressions appear to withstand pain, TTV: BP: 150/90 mmHg-160/90 mmHg, RR: 22-24 x/min, N: 88-92 x/min, S: 36.2°-36.5°C. Nursing problem is acute pain. The nursing action plan that will be carried out is the relaxation head massage and the giving grated turmeric for 15 visits. Nursing actions include reviewing the characteristics of pain, reviewing vital signs, relaxation head massage, giving grated turmeric. The results after relaxation head massage and giving grated turmeric for 15 visits for 2 weeks showed that problem of acute pain was partially resolved. Conclution: relaxation head massage and giving grated turmeric is effective for reducing acute pain in people with hypertension.

Keywords: *relaxation head massage, grated turmeric, acute pain, hypertension.*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan tekanan darah yang meningkat pada sistolik lebih dari 140 mmHg sedangkan diastoliknya lebih dari 90 mmHg dan ini dilakukan di dua kali pengukuran dengan rentang waktu lima menit dengan kondisi pasien tidak kelelahan kelelahan (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi merupakan penyakit *the silent killer* (pembunuh diam-diam) karena dapat menyebabkan kematian mendadak yang diakibatkan oleh semakin tingginya tekanan darah sehingga risiko untuk menderita komplikasi semakin besar (Nugraheni, 2013).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 mengemukakan prevelensi penyakit hipertensi di dunia 1,28 miliar, dari semua kematian di seluruh dunia 70% disebabkan oleh penyakit tidak menular dengan 82% kematian terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Selain secara global, hipertensi juga menjadi salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak diderita masyarakat Indonesia (57,6%), penderita hipertensi di Indonesia diperkirakan sebesar 63 juta, namun hanya 4% yang dapat dikendalikan (Wati, 2019).

Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menemukan bahwa prevalensi hipertensi umur ≥18 tahun adalah 34,11%. Provinsi Jawa Tengah menjadi provinsi peringkat ke-4 hipertensi tertinggi sebesar (37,57%), setelah Kalimantan Selatan sebesar (44,13%), Jawa Barat (39,60%) dan Kalimantan Timur (39,30%) (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2019). Persentase penyakit di Kabupaten Sukoharjo yaitu sebesar 32,63% (Dinkes Sukoharjo, 2019). Laporan Puskesmas tahun 2019 ditemukan kasus hipertensi sebanyak 85.418 (3,19%), kasus terbanyak di Puskesmas Mojolaban 27.043 (31,66%) dan paling sedikit di Puskesmas Weru 1.693 (1,98%). Data dari Puskesmas Tawangsari didapatkan sebanyak 1917 dari jumlah penduduk 57.207 (3,35%) kasus penderita hipertensi (Dinkes Sukoharjo, 2019).

Gejala yang paling sering muncul pada pasien hipertensi jika hipertensinya sudah bertahun-tahun dan tidak diobati antara lain seperti nyeri kepala, kelelahan, mual, muntah, sesak nafas, gelisah, pandangan menjadi kabur, mengalami penurunan kesadaran, tengkuk pegal, wajah merah, sukar tidur, suka marah-marah, gelisah dan keringat berlebih (Nurarif & Kusuma, 2015). Nyeri akut adalah pengalaman yang tidak menyenangkan, baik sensori maupun emosional yang berhubungan dengan risiko atau aktualnya kerusakan jaringan tubuh (Judha, 2015).

Upaya untuk mengatasi agar tidak terjadi nyeri yaitu dengan relaksasi *head massage, karena* relaksasi *head massage* mampu memberikan pijatan pada bagian kepala sehingga dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan

diastolik, menurunkan kadar hormon stress kortisol sehingga tekanan darah akan turun dan fungsi tubuh semakin membaik (Triyanto, 2014). Hal ini sesuai dengan penelitian Respawati *et al* (2020) yang berjudul: "Pemberian Masase Kepala dalam Menurunkan Nyeri Kepala pada Penderita Hipertensi di Desa Dasan Tereng Narmada". Tindakan berikutnya adalah pemberian parutan kunyit, kunyit terdapat senyawa kalium sebagai analgesik yang mampu mengeluarkan natrium yang mengandung ion Na+ dan cairan yang berada di dalam tubuh yang mengakibatkan terjadinya vasodilatasi pada pembuluh darah dimana menyebabkan turunnya resistensi perifer dan sentral sehingga menyebabkan tekanan darah menjadi menurun (Muti, 2017). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Muti (2017) yang berjudul: "Pengaruh Parutan Kunyit untuk Penurunan Hipertensi pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Berkoh Kecamatan Purwokerto Selatan Kabupaten Banyumas". Tujuan penelitian secara umum yaitu: peneliti dapat mendeskripsikan penatalaksanaan manajemen nyeri: relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit dengan nyeri akut pasien hipertensi di Desa Pundungrejo.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini telah dilakukan dengan satu kali kunjungan pengkajian dan selama lima belas kali kunjungan yaitu untuk intevensi pada bulan Maret-April 2022 di Desa Pundungrejo. Populasi penelitian ini adalah orang dewasa (51-60 tahun) yang mempunyai penyakit hipertensi di Desa Pundungrejo, sedangkan subjek penelitian ini dengan kriteria inklusi: seseorang yang memiliki tekanan darah ≥140/90-160/100 mmHg, pasien merasakan nyeri kepala dengan skala nyeri sedang (4-6), usia 40-60 tahun, pasien posisi tubuh menahan nyeri, perilaku melindungi perilaku menjaga, berfokus pada diri sendiri, perilaku ekspresif (seperti kegelisahan, merintih, menangis, waspada iritabilitas, menghela napas), tidak sedang dalam pengobatan. Jumlah sampel penelitian yaitu tiga orang penderita hipertensi di Desa Pundungrejo adalah dengan teknik pengambilan sampel *non probably sampling* dengan pendekatan *purposive sampling.*

Metode pengumpulan data dalam studi kasus ini menggunakan metode observasi, pengukuran, dan dokumentasi. Instrument studi kasus ini menggunakan format asuhan keperawatan medikal bedah, *nursing kit,* lembar pengukuran lembar observasi dan alat tulis.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik subjek Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

No	Karakteristik	F	%
1	Jenis kelamin		
	a. Perempuan	2	66,67
	b. Laki-laki	1	33,33
2	Pendidikan		
	a. SD	0	0
	b. SMP	0	100
	c. SMA	3	
3	Pekerjaan		
	a. Ibu Rumah Tangga	2	66,67
	b. Wiraswasta	1	33,33
4	Usia		
	a. 40-50 tahun	1	33,33
	b. 51-60 tahun	2	66,67

Subjek dalam penelitian ini sebanyak tiga subjek. Tiga subjek tersebut peneliti menganggap sudah mewakili populasi yang sudah ada. Tabel.1 menunjukkan karakteristik subjek penelitian, diketahui sebagian besar subjek penelitian berjenis kelamin perempuan sebanyak dua subjek (66,67%), seluruh subjek penelitian berlatar belakang pendidikan SMA yaitu sebesar tiga subjek (100%),

Mayoritas pekerjaan subjek penelitian adalah IRT yaitu sebanyak dua subjek (66,67%), sebagian besar subjek penelitian berada pada rentang usia usia 51-60 yaitu sebanyak dua subjek (66,67%).

2. Pengkajian Keperawatan

Hasil pengkajian yang dilakukan kepada tiga subjek dengan diagnosis medis hipertensi yaitu: Pengkajian pada sujek pertama dilakukan pada hari jumat tanggal 25 Maret 2022 pukul: 08:00 WIB, nama: Ny. W, umur: 52 tahun, jenis kelamin: perempuan, alamat: Desa Pundungrejo, Kecamatan Tawangsari, Kabupaten Sukoharjo. Subjek mengatakan nyeri akibat tekanan vaskuler serebral, nyeri dirasakan pada kepala bagian belakang sampai leher, skala nyeri lima, dengan kualitas seperti ditusuk-tusuk, nyeri hilang timbul selama tiga menit, subjek mengatakan saat nyeri kambuh cara yang dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah tarik nafas dalam dan istirahat, subjek tampak melindungi area nyeri, ekspresi wajah meringis menahan nyeri, TTV: TD; 155/90 mmHg, R; 22 x/m, N; 92 x/m, S; 36,2 °C.

Pengkajian pada subjek kedua dilakukan pada hari jumat tanggal 25 Maret 2022 pukul: 09:00 WIB, nama: Ny. T, umur: 54 tahun, jenis kelamin: perempuan, alamat: Desa Pundungrejo, Kecamatan Tawangsari, Kabupaten Sukoharjo Subjek mengatakan nyeri karena tekanan vaskuler serebral, nyeri dirasakan pada kepala bagian belakang sampai leher, skala nyeri lima, dengan kualitas seperti ditusuk-tusuk, nyeri hilang timbul selama empat menit, subjek mengatakan saat nyeri kambuh cara yang dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah meminta tolong anaknya untuk memijit dan tidur, subjek tampak melindungi area nyeri, ekspresi wajah meringis menahan nyeri, TTV: TD; 160/90 mmHg, R; 24 x/m, N; 88 x/m, S; 36,5 °C.

Pengkajian pada subjek ketiga dilakukan pada hari jumat tanggal 25 Maret 2022 pukul: 10:00 WIB, nama: Tn. S, umur: 45 tahun, jenis kelamin: laki-laki, alamat: Desa Pundungrejo, Kecamatan Tawangsari, Kabupaten Sukoharjo. Subjek mengatakan nyeri tekanan vaskuler serebral, nyeri dirasakan pada kepala bagian belakang sampai leher, skala nyeri lima, dengan kualitas seperti ditusuk-tusuk, nyeri hilang timbul selama empat menit, subjek mengatakan saat nyeri kambuh cara yang dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah tarik nafas dalam dan berbaring di kasur, subjek tampak melindungi area nyeri, ekspresi wajah meringis menahan nyeri, TTV: TD; 150/90 mmHg, R; 22 x/m, N; 90 x/m, S; 36,4 °C.

3. Diagnosis Keperawatan

Diagnosis keperawatan yang muncul adalah nyeri akut berhubungan dengan agen cedera biologis (peningkatan tekanan vaskuler serebral).

4. Perencanaan Keperawatan

Tujuan dan kriteria hasil yang ditetapkan adalah setelah dilakukan tindakan selama lima belas kali selama enam hari dalam dua minggu diharapkan nyeri berkurang dengan kriteria hasil: melaporkan nyeri berkurang dengan skala nyeri ringan (1-3), ekspresi wajah rileks, tidak melindungi area nyeri, tanda tanda vital dalam batas normal TD: 120/80-139/89 mmHg, N: 80-100 x/m, R: 18-22 x/m, S: 36,5-37,5 °C. Rencana tindakan keperawatan: Kaji karakteristik nyeri secara menyeluruh meliputi lokasi, durasi, kualitas, keparahan nyeri dan faktor pencetus, kaji tanda-tanda vital, lakukan teknik pemijatan (relaksasi *head massage*), lakukan pemberian terapi komplementer parutan kunyit.

5. Pelaksanaan keperawatan

Tindakan pertama yang dilakukan adalah mengkaji karakteristik nyeri secara menyeluruh meliputi lokasi, durasi, kualitas, keparahan nyeri dan faktor pencetus, didapatkan hasil: subjek mengatakan nyeri karena adanya peningkatan tekanan vaskuler serebral, nyeri dirasakan pada kepala bagian belakang sampai leher, skala nyeri 5, kualitas nyeri seperti tertusuk-tusuk, nyeri hilang timbul 3-4 menit. Data objektif: tampak melindungi area nyeri, ekspresi wajah menahan nyeri.

Tindakan kedua mengkaji tanda-tanda vital, didapatkan hasil: subjek mengatakan kepala terasa pusing. Data objektif: TTV: TD 150/90 mmHg-160/90 mmHg, RR: 22-24 x/menit, N: 88-92 x/menit, S: 36,2°-36,5°C.

Tindakan ketiga melakukan teknik pemijatan (relaksasi *head massage*), didapatkan hasil: subjek mengatakan masih terasa pusing dan nyaman saat dilakukan *massage* skala nyeri 5. Data objektif: subjek tampak rileks.

Tindakan keempat melakukan pemberian terapi komplementer parutan kunyit, didapatkan hasil: subjek mengatakan masih merasakan pusing pada kepala bagian belakang sampai leher dengan skala nyeri 5 seperti tertusuk-tusuk dan hilang timbul. Data objektif: ekspresi wajah subjek terlihat menahan sakit.

Tabel 2. Hasil pengukuran skala nyeri

Sub-jek	Skala nyeri					
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Hari ke-6
1	5	4	3	3	2	2
2	5	4	3	3	2	2
3	5	4	3	2	1	1

Hasil pengukuran skala nyeri selama lima belas kali pertemuan selama enam hari dalam dua minggu didapatkan hasil, pada pertemuan pertama skala nyeri ketiga subjek skala lima. Skala nyeri pada petemuan kedua subjek sama menurun menjadi skala empat. Skala nyeri pada petemuan ketiga subjek sama menurun menjadi skala tiga.

Skala nyeri pertemuan keempat sebagian besar skala tiga. Skala nyeri pada petemuan kelima sebagian besar menurun menjadi skala dua. Skala nyeri pada petemuan keenam sebagian besar menurun menjadi skala dua.

Tabel 3. Hasil Tekanan darah

Subjek	Hari Ke-1	Hari Ke-2	Hari Ke-3	Hari Ke-4	Hari Ke-5	Hari Ke-6
	Tekanan darah (mmHg)					
1	148/95	148/100	150/95	142/90	145/95	145/80
2	159/95	150/90	155/95	145/95	155/85	150/80
3	150/95	145/95	145/95	145/85	145/85	140/80

Pemeriksaan tekanan darah pada lima belas kali pertemuan dilakukan enam hari selama dua minggu. Hasil pemeriksaan tekanan darah pada hari pertama, semua subjek berada pada rentang tidak normal >140/90 mmHg. Pemeriksaan takanan darah pada hari kedua penurunan tekanan darah untuk ketiga subjek pada rentang 145/90-150/100 mmHg, subjek yang mengalami penurunan tekanan darah paling banyak adalah subjek kedua. Pemeriksaan tekanan darah pada hari ketiga untuk ketiga subjek berada dalam rentang 145/95-155/95 mmHg, subjek yang paling banyak mengalami penurunan paling banyak adalah subjek kedua. Pemeriksaan tekanan darah pada hari keempat untuk ketiga subjek berada dalam rentang 142/85-145/95 mmHg, subjek yang paling banyak mengalami penurunan paling banyak adalah subjek ketiga. Pemeriksaan tekanan darah pada hari kelima untuk ketiga subjek berada dalam rentang 145/85-

155/95 mmHg, subjek yang paling banyak mengalami penurunan paling banyak adalah subjek pertama. Pemeriksaan tekanan darah pada hari keenam, untuk ketiga subjek berada dalam rentang 140/80-150/80 mmHg, subjek yang paling banyak mengalami penurunan paling banyak adalah subjek pertama.

6. Evaluasi keperawatan

Evaluasi berdasarkan implementasi yang diakukan yaitu pada setiap hari diakhir kunjungan terhadap tiga subjek, didapatkan hasil: subjek pertama mengatakan nyeri akibat peningkatan tekanan vaskuler serebral, nyeri dirasakan pada kepala bagian belakang sampai leher, skala nyeri dua, kualitas nyeri seperti berdenyut, nyeri hilang timbul ±2 menit. Data objektif: tidak tampak melindungi area nyeri, ekspresi wajah rileks,TTV: TD: 145/80 mmHg, N: 92 x/menit, R: 22 x/menit, S:36,2°C. Setelah dilakukan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit selama lima belas kali kunjungan selama enam hari dalam dua minggu masalah nyeri akut teratasi Sebagian. Rencana selanjutnya adalah tindakan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit dapat dilakukan secara mandiri oleh subjek dengan bantuan keluarga.

Subjek kedua mengatakan nyeri akibat peningkatan tekanan vaskuler serebral, nyeri dirasakan pada kepala bagian belakang sampai leher, skala nyeri dua, kualitas nyeri seperti berdenyut, nyeri hilang timbul ±2 menit. Data objektif: tidak tampak melindungi area nyeri, ekspresi wajah rileks,TTV: TD: 150/80 mmHg, N: 92 x/menit, R: 22 x/menit, S:36,2°C. Setelah dilakukan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit selama lima belas kali kunjungan selama enam hari dalam dua minggu masalah nyeri akut teratasi Sebagian. Rencana selanjutnya adalah tindakan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit dapat dilakukan secara mandiri oleh subjek dengan bantuan keluarga.

Subjek ketiga mengatakan nyeri akibat peningkatan tekanan vaskuler serebral, nyeri dirasakan pada kepala bagian belakang sampai leher, skala nyeri satu, kualitas nyeri seperti berdenyut, nyeri hilang timbul ±2 menit. Data objektif: tidak tampak melindungi area nyeri, ekspresi wajah rileks,TTV: TD: 140/80 mmHg, N: 90 x/menit, R: 22 x/menit, S:36,3°C. Setelah dilakukan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit selama lima belas kali kunjungan selama enam hari dalam dua minggu masalah nyeri akut teratasi Sebagian. Rencana selanjutnya adalah tindakan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit dapat dilakukan secara mandiri oleh subjek dengan bantuan keluarga.

PEMBAHASAN

Hipertensi diartikan sebagai tekanan darah yang meningkat pada sistolik lebih 140 mmHg sedangkan diastoliknya lebih dari 90 mmHg dan ini dilakukan di dua kali pengukuran dengan rentang waktu lima menit dengan kondisi pasien yang tidak kelelahan (Kemenkes RI, 2019).

Faktor yang mempengaruhi hipertensi menurut Black & Hawks (2014) yaitu: faktor risiko yang tidak dapat diubah (riwayat keluarga, usia, jenis kelamin, etnis) dan faktor risiko yang dapat diubah (diabetes melitus, stress, obesitas, nutrisi, penalahgunaan obat).

Hasil pengkajian yang dilakukan pada ketiga subjek, didapatkan hasil bahwa ketiga subjek mengatakan Subjek mengatakan nyeri akibat tekanan vaskuler serebral, nyeri dirasakan pada kepala bagian belakang sampai leher, skala nyeri lima, dengan kualitas seperti ditusuk-tusuk, nyeri hilang timbul selama tiga sampai empat menit. Data objektif: subjek tampak melindungi area nyeri, ekspresi wajah meringis menahan nyeri,

TTV: TD; 150/90 mmHg-160/90 mmHg, R; 20-22 x/m, N; 90-92 x/m, S; 36,2-36,3 °C

Untuk mengukur tingkat nyeri subjek yaitu dengan meliputi komponen PQRST. Pendekatan pengkajian karakteristik nyeri dengan menggunakan PQRST dapat mempermudah perawat dalam melakukan pengkajian nyeri. Pendekatan dengan menggunakan PQRST tersebut adalah sebagai berikut: P *(Provoking)*: apakah ada faktor yang menjadi penyebab nyeri, apakah nyeri berkurang jika beristirahat. Q *(Quality)*: seperti apa rasa nyeri yang dirasakan atau digambarkan pasien, apakah seperti terbakar, berdenyut, tajam, dan menusuk. R *(Region)*: dimana lokasi nyeri harus ditunjukkan dengan tepat oleh pasien. S *(Scale)*: seberapa jauh rasa nyeri yang dirasakan mempengaruhi kemampuan fungsinya terhadap aktifitas kehidupan sehari-hari. T *(Time)*: berapa lama nyeri berlangsung (bersifat akut atau kronis), kapan, apakah ada waktu-waktu tertentu yang menambahkan rasa nyeri (Muttaqin, 2014).

Pasien hipertensi dengan agen cedera biologis biasanya akan mengalami nyeri akut. Peningkatan tekanan darah terjadi karena kerusakan vaskuler pada pembuluh perifer sehingga lama kelamaan akan mengalami inflamasi yang menyebabkan nyeri, nyeri akut kadang disertai oleh aktivasi sistem saraf parasimpatis yang akan memperlihatkan gejala-gejala seperti peningkatan tanda-tanda vital Nursalam (2015).

Peneliti melakukan tindakan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit dalam lima belas kali pertemuan selama enam hari dalam dua minggu karena relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit merupakan salah satu intervensi yang tepat dan mudah sebagai program rehabilitasi di rumah pada pasien hipertensi yang tidak membutuhkan alat/media yang rumit dan terbukti lebih efektif dalam menurunkan nyeri pada pasien. Selain itu, dengan dilakukan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit 3 kali sehari dengan durasi 10 menit dan dilakukan secara intensif dapat memperlancar sirkulasi darah, mengendurkan ketegangan sehingga membantu memperlancar aliran darah ke jantung dan tekanan darah menjadi turun

Implementasi yang dapat dilakukan kepada tiga subjek di atas adalah dengan melakukan tindakan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit. Melakukan pengkajian karakteristik nyeri secara menyeluruh meliputi lokasi, durasi, kualitas, keparahan nyeri dan faktor pencetus, melakukan pengkajian tanda-tanda vital, melakukan teknik pemijatan (relaksasi *head massage*) kurang lebih 10 menit, kemudian melakukan pemberian terapi komplementer parutan kunyit. Dari hasil implementasi tersebut didapatkan hasil mengalami penurunan skala nyeri, walaupun antar satu pasien dengan pasien lainnya berbeda. Pasien satu skala nyeri dari lima menjadi dua, mengalami penurunan tiga angka. Pasien dua skala nyeri dari lima menjadi dua, mengalami penurunan tiga angka. Pasien tiga skala nyeri dari lima menjadi satu, mengalami penurunan empat angka. Sedangkan untuk tekanan darah mengalami penurunan rata-rata sistolik adalah 10 mmHg dan diastolik 10 mmHg. Salah satu faktor yang menyebabkan masalah penurunan skala nyeri yang berbeda-beda yaitu karena faktor diet yang tidak dijaga oleh subjek yang mengakibatkan nyeri yang dialami tidak mengalami penurunan selama subjek mendapat terapi tindakan. Hal ini didukung oleh Udjianti (2016), bahwa kelebihan intake natrium dalam diet dapat meningkatkan volume cairan dan curah jantung. Pembuluh darah memberikan reaksi atas peningkatan aliran darah melalui kontriksi atau peningkatan tahanan perifer. Tekanan darah tinggi adalah hasil awal dari peningkatan curah jantung yang kemudian dipertahankan pada tingkat yang lebih tinggi sebagai suatu timbal balik peningkatan tahanan perifer.

Kesimpulan yang dapat diambil adalah pemberian relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit dapat menurunkan skala nyeri

pada pasien hipertensi dengan nyeri akut. Adapun keterbatasan penelitian relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit dalam mengurangi skala nyeri yaitu dikarenakan bersamaan dengan bulan Ramadhan sehingga pasien selaku subjek penelitian menjalankan ibadah puasa. Tindakan seharusnya dilakukan sebanyak tiga kalli sehari, sedangkan peneliti melakukan relakasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit tiga kali sehari pada minggu pertama dan hanya dua sehari pada minggu kedua serta tidak dapat mengontrol diet makanan yang dikonsumsi subjek penelitian.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Respawati *et al*, 2020 yang berjudul "Pemberian Masase Kepala dalam Menurunkan Nyeri Kepala pada Penderita Hipertensi di Desa Dasan Tereng Narmada", hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh *head massage* terhadap penurunan nyeri kepala pada penderita hipertensi di Desa Dasan Tereng wilayah kerja Puskesmas Narmada dengan nilai p sebesar 0,002 (≤0,05).

Hal ini didukung oleh penelitian Eny (2019) yang berjudul "Pengaruh Fisioterapi Kepala (Masase Kepala) terhadap Penurunan Nyeri Kepala pada Klien Hipertensi di Rumah Sakit William Booth Surabaya", hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh masase kepala terhadap penurunan nyeri kepala pada klien hipertensi di ruang nilam rumah sakit William Booth Surabaya yang dibuktikan dengan uji Wilcoxon p=0,00.

Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukuan oleh Muti (2017) yang berjudul "Pengaruh Parutan Kunyit untuk Penurunan Hipertensi pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Berkoh Kecamatan Purwokerto Selatan Kabupaten Banyumas", hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh parutan kunyit terhadap penurunan intensitas tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di Desa Berkoh Purwokerto Selatan Kabupaten Banyumas dengan hasil uji t-test 0,001 (p 0,05) pada tekanan darah sistol dan 0,000 (p<0,05) pada tekanan darah diastol.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah dengan menggabungkan dua tindakan antara *head massage* dan pemberian parutan kunyit karena belum pernah ada penelitian sebelumnya, pemberian terapi komplementer parutan kunyit sebagai tindakan pelengkap untuk mengatasi nyeri yang dialami pasien hipertensi, pemilihan kunyit karena bahan baku mudah ditemukan, selain itu kunyit mengandung kalium yang berguna untuk penurunan tekanan darah.

SIMPULAN

Hasil studi kasus dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat dapat diambil beberapa simpulan antara lain: penulis menyusun resume keperawatan yaitu keperawatan medikal bedah dalam relaksasi *head massage* dan parutan kunyit untuk mengatasi masalah nyeri akut pada pasien hipertensi dengan melakukan pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi. Pengkajian didapatkan data subjek mengalami nyeri di kepala bagian belakang sampai leher. Hasil pengkajian didapatkan data subjek mengalami masalah nyeri akut berhubungan dengan agen cedera biologis (peningkatan tekanan vaskuler serebral). Implementasi yang dilakukan sesuai dengan intervensi yang telah ditetapkan yaitu melakukan relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit. Evaluasi yang didapatkan terjadi penurunan masalah nyeri akut yang meliputi nyeri pada kepala bagian belakang sampai leher berkurang. Relaksasi *head massage* dan pemberian parutan kunyit dapat digunakan sebagai alternatif tindakan untuk mengatasi masalah nyeri akut pada pasien hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

Black, J. & Hawks, J. 2014. *Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan*. Jakarta: Salemba Medika.

Dinkes Sukoharjo. 2019. *Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo 2019*. Sukoharjo.

Eny, A. 2019. Pengaruh Fisioterapi Kepala (Masase Kepala) terhadap Penurunan Nyeri Kepala pada Klien Hipertensi di Rumah Sakit William Booth. Surabaya: STIKES William BoothSurabaya. *Jurnal Keperawatan* 8(2), 26-33. April 2019.

Judha, M. 2015. *Teori Pengukuran Nyeri.* Yogyakarta: Nuha Medika.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular.* Jakart : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Muti, R.T. 2017. Pengaruh Parutan Kunyit pada Penurunan Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Berkoh Kecamatan Purwokerto Selatan Kabupaten Banyumas. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan* 15(2), 84-90, Agustus 2017.

Muttaqin, Arif. 2014. *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular.* Jakarta: Salemba Medika.

Nugraheni, N. 2013. *Hubungan Faktor Internal dan Faktor Eksternal dengan Motivasi Konsultasi Gizi pada Pasien Hipertensi di Poliklinik Gizi RSUD Moewardi Tahun 2013.* Skripsi.

Nurarif, A.H. & Kusuma, H. 2015. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8.* Jogjakarta: MediAction.

Nursalam. 2015. *Metodologi Ilmu Keprawatan, Ed.4.* Jakarta: Salemba Medika

Profil Kesehatan Jawa Tengah. 2019. *Buku Profil Kesehatan – Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.* https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/storage/2020/09/Profil-Jateng-tahun-2019.pdf. Diakses tanggal 12 Februari 2022.

Respawati, Baik Heni., Halid, Sopian., Ernawati., Supriyadi. 2020. Pemberian Masase Kepala dalam Menurunkan Nyeri Kepala pada Penderita Hipertensi di Desa Dasan Tereng Narmada. *Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat* 3(1), 162-169, April 2020.

Riskesdas. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018-Kementrian Kesehatan.* https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf. Diakses tanggal 4 Februari 2022.

Triyanto. 2014. *Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu.* Yogyakarta: Graha Ilmu.

Udjianti, W.J. 2016. Keperawatan Kardiovaskular. Jakarta: Salemba medika.

Wati. 2019. Hubungan Dukungan Keluarga dengan kepatuhan Berobat pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang. *Nursing News* 3(1), 459-469, Februari 2019.

WHO. 2019. *A Global Brief of Hypertension. World Health Organization*. https://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs396/en/. Diakses 11 Maret 2022.