

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG

Skripsi, 10 Agustus 2020

Tri Aji Rachmanto

Managemen non farmakologi terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi : *literature review*

Abstrak

Hipertensi adalah kondisi gangguan pada sistem peredaran darah manusia ditandai dengan adanya peningkatan kerja dari jantung untuk melakukan pemompaan darah ke seluruh tubuh yang mengakibatkan terjadinya tekanan darah yang meningkat dan nilainya melebihi 140/90 mmhg. Managemen nyeri kepala non farmakologi adalah merupakan sebuah teknik untuk menurunkan intensitas nyeri kepala tanpa agen farmakologis. Metode dalam penelitian ini adalah *literatur review* yang diawali dengan pemilihan topik bahasan, kemudian menentukan kata kunci untuk pencarian jurnal menggunakan bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris melalui *Google Scholar*, *science direct*, dan *pumbed*. Pencarian ini dibatasi untuk jurnal mulai tahun 2010 sampai 2020 dan didapatkan 1 jurnal internasional dan 7 jurnal nasional. *Literatur Review* ini secara komprehensif merangkum serta menjelaskan hasil penelitian dari literatur yang sudah didapatkan, bahwa managemen nyeri non farmakologi yang paling sering digunakan adalah masase, dengan hasil analisis data menunjukan bahwa terdapat perbedaan rata-rata penurunan intensitas nyeri kepala dengan nilai signifikan $p=0,000$ ($p<0,05$). Adapun terapi lain yang digunakan yaitu terapi relaksasi handgrip, kompres hangat jahe, relaksasi autogenik, dan relaksasi nafas dalam. Sedangkan untuk alat ukur nyeri yang sering digunakan untuk mengukur skala nyeri kepala pada pasien hipertensi adalah *numeric rating scale*. Diharapkan dalam menangani masalah nyeri kepala pada pasien hipertensi menggunakan metode non farmakologi kompres hangat jahe, masase bahu sampai kepala, masase kepala, relaksasi autogenik, dan nafas dalam karena metode non farmakologi tersebut memiliki tingkat efektifitas yang tinggi.

Kata kunci : Managemen nyeri non farmakologi, nyeri kepala, hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is a condition of disorder in the human circulatory system characterized by an increase in the work of the heart to pump blood throughout the body which results in increased blood pressure and the value exceeds 140/90 mmHg. Non pharmacological headache management is a technique to reduce headache intensity without pharmacological agents. The method in this research is literature review which begins with the selection of the topic of discussion, then determines keywords for journal searches using Indonesian and English through Google Scholar, science direct, and pumbed. This search was limited to journals from 2010 to 2020 and found 1 international journal and 7 national journals. This literature review comprehensively summarizes and explains the results of research from the literature that has been obtained, that the most frequently used non-pharmacological pain management is massage, with the results of data analysis showing that there is a difference in the average reduction in headache intensity with a significant value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Other therapies used are handgrip relaxation therapy, ginger warm compresses, autogenic relaxation, and deep breath relaxation. Meanwhile, the pain measurement tool that is often used to measure the headache scale in hypertensive patients is the numeric rating scale. It is expected to treat headaches in hypertensive patients using non-pharmacological methods of warm ginger compresses, shoulder to head massage, head massage, autogenic relaxation, and deep breathing because these non-pharmacological methods have a high level of effectiveness.

Keywords: Non pharmacological pain management, headache, hypertension

