KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP MASALAH NYERI LEHER PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM HAJI MEDAN

NURMIA LAFELIA BR. TAMBUNAN
P07520123026

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP MASALAH NYERI LEHER PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM HAJI MEDAN

NURMIA LAFELIA BR. TAMBUNAN
P07520123026

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2026

PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP MASALAH NYERI LEHER PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM HAJI MEDAN

Karya Tulis Ilmiah /Laporan Kasus

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

NURMIA LAFELIA BR. TAMBUNAN

P07520123026

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP MASALAH NYERI LEHER PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM HAJI MEDAN

Diusulkan Oleh

NURMIA LAFELIA BR. TAMBUNAN

P07520123026

Telah disetujui di Prodi D-III Keperawatan Medan

Pada tanggal, 15 Juli 2026

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Agustina Boru Gultom S.Kp,M.Kes	Dina Yusdiana D, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197308231996032001	NIP. 197606241998032001

Ketua Prodi D-III Keperawatan

Masnila Siregar S.Pd., S.Kep, Ns,M.Pd
NIP 197011301993032013

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP MASALAH NYERI LEHER PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM HAJI MEDAN

Telah dipersiapkan dan disusun oleh
NURMIA LAFELIA BR. TAMBUNAN
P07520123026

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Medan, 15 Juli 2026

Tanda Tangan

1. Ketua Penguji : Agustina Boru Gultom S.Kp,M.Kes ( )
2. Penguji I : Elfina S.Kep,Ns,M.Kep ( )
3. Penguji II : Sulastri GP Tambunan, S.Kep, Ns, M.Kep ( )

Mengetahui:
Kaprodi D-III Keperawatan Medan

Masnila Siregar S.Pd.,S.Kep, Ns, M.Pd
NIP. 197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	:	Nurmia Lafelia Br. Tambunan
NIM	:	P07520123026
Program Studi	:	Diploma III
Jurusan	:	Keperawatan
Perguruan Tinggi	:	Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karyatulis ilmiah saya yang berjudul:

PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP MASALAH NYERI LEHER PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM HAJI MEDAN

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian suratpernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 15 Juli 2026
Penulis



Nurmia Lafelia Br. Tambunan

P07520123026

BIODATA PENULIS



Nama	: Nurmia Lafelia Br. Tambunan
Tempat/Tgl lahir	: Tebing tinggi, 16 Juli 2004
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Prostestan
Alamat Rumah	: Tebing Tinggi
Nomor HP	: 082313451322

1. SD : SDN 166325 Tebing Tinggi
2. SLTP : SMPN 9 Tebing Tinggi
3. SLTA : SMK Ganda Husada Tebing Tinggi

PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP MASALAH NYERI LEHER PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN

Nurmia Lafelia Br. Tambunan, Agustina Boru Gultom, Dina Yusdiana D

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Email: nurmialovelia551@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang sering disertai keluhan nyeri leher akibat peningkatan tekanan darah yang menyebabkan gangguan sirkulasi darah dan ketegangan otot pada area leher. Nyeri leher yang tidak ditangani dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan kualitas tidur, dan mengurangi kualitas hidup pasien. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut adalah kompres hangat. Kompres hangat bekerja melalui mekanisme vasodilatasi pembuluh darah, meningkatkan aliran darah, merelaksasi otot, serta mengurangi persepsi nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan kompres hangat terhadap masalah nyeri leher pada pasien hipertensi di RSU Haji Medan.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari dua pasien hipertensi yang mengalami nyeri leher dan sedang menjalani perawatan di RSU Haji Medan. Intervensi yang diberikan berupa kompres hangat pada area leher/tengkuk dengan suhu 40°C selama 20 menit. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan pengukuran secara langsung.

Hasil penerapan menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat memberikan perubahan positif terhadap tingkat nyeri leher pada pasien hipertensi. Setelah dilakukan intervensi, terjadi penurunan intensitas nyeri yang ditandai dengan berkurangnya keluhan nyeri pada area leher, berkurangnya ketegangan otot, meningkatnya rasa nyaman, serta pasien tampak lebih rileks. Kompres hangat membantu meningkatkan sirkulasi darah lokal dan memberikan efek relaksasi sehingga nyeri yang dirasakan pasien berkurang.

Penerapan kompres hangat efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam membantu menurunkan nyeri leher pada pasien hipertensi. Kompres hangat dapat digunakan sebagai terapi pendukung yang aman, mudah dilakukan, dan ekonomis untuk meningkatkan kenyamanan pasien. Disarankan kepada perawat untuk menerapkan kompres hangat sebagai salah satu tindakan mandiri keperawatan dalam mengatasi nyeri leher pada pasien hipertensi serta mengedukasi pasien dan keluarga mengenai cara penerapannya secara mandiri di rumah.

Kata kunci: *Hipertensi, Kompres Hangat, Nyeri Leher.*

Referensi: >250 kata, 6 jurnal, tahun 2022–2025.

THE APPLICATION OF WARM COMPRESSES FOR NECK PAIN IN PATIENTS WITH HYPERTENSION AT HAJI MEDAN GENERAL HOSPITAL

Nurmia Lafelia Br. Tambunan, Agustina Boru Gultom, Dina Yusdiana D

Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health

Email: nurmialovelia551@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is a chronic vascular condition frequently accompani ed by cervical pain, which is primarily attributed to impaired local hemodynamics and muscle tension in the nuchal region. Persistent cervical pain severely disrupts daily functioning, impairs sleep hygiene, and diminishes overall quality of life. Warm compress therapy represents an effective non-pharmacological nursing modality that induces local vasodilation, increases regional blood perfusion, alleviates muscle stiffness, and reduces nociceptive pain perception. **Objective:** This study aimed to evaluate the implementation of warm compress therapy in reducing cervical pain intensity among hypertensive patients at Haji Medan General Hospital. **Method:** A descriptive case study approach was conducted involving two hypertensive patients experiencing cervical pain who met the selection criteria. The intervention comprised applying a warm compress to the nuchal region at 40°C for 20 minutes per session. Pain intensity was evaluated pre- and post-intervention using the Numeric Rating Scale (NRS). Data collection integrated clinical interviews, physical observations, and standardized measurements. **Results:** Following warm compress therapy, both participants demonstrated notable alleviation of cervical pain intensity. Post-intervention outcomes revealed marked reductions in NRS scores and muscle hypertonicity, accompanied by enhanced physical comfort and a relaxed composure. Thermotherapy optimized regional circulation and provided a neuromuscular relaxing effect, thereby modulating painful stimulus transmission. **Conclusion:** Warm compress therapy effectively reduced cervical pain intensity in hypertensive patients. Consequently, this safe, non-invasive, and cost-effective modality serves as an independent evidence-based nursing intervention to promote patient comfort. Healthcare providers should integrate thermotherapy into clinical nursing practice and provide discharge education for home management.

Keywords: Hypertension, warm compress, cervical pain.



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa- Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Penerapan Kompres Hangat Terhadap Masalah Nyeri Leher Pada Pasien Hipertensi Di RSU Haji Medan" dapat terselesaikan.

Melalui kesempatan ini penulis juga menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Masnila Siregar, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Pd selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Agustina Boru Gultom S.Kp,M.Kes selaku dosen pembimbing utama dan Dina Yusdiana D, S.Kep, Ns, M.Kes selaku dosen pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga proposal karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Elfina S.Kep., Ns., M.Kep., selaku penguji I dan Sulastri GP Tambunan S.Kep., Ns., M.Kep., selaku penguji II atas kesediaannya untuk menguji Proposal Karya Tulis Ilmiah.
6. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf di Jurusan keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
7. Sri Suriani Purnamawati, S.Si., Apt., M. Kes selaku Direktur Rumah Sakit Haji Medan yang telah memberikan izin penelitian.
8. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada orangtua, Alm. Bapak Jhonny Tambunan yang semasa hidupnya selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan, dan pengorbanan. Terima kasih atas segala kasih sayang dan perjuangan yang telah diberikan. Walaupun bapak tidak dapat menyaksikan pencapaian ini secara langsung, nama dan kenangan bapak akan selalu hidup di dalam hati penulis. Penulis juga menyampaikan terimakasih kepada Ibu Junita Sitorus, yang senantiasa memberikan doa,

dukungan, kasih sayang, dan pengorbanan yang tiada henti dalam mendampingi penulis meraih cita-cita. Terima kasih telah menjadi tempat penulis pulang, tempat berbagi cerita, serta sumber kekuatan dalam setiap keadaan. Doa yang tidak pernah berhenti, pengorbanan, nasihat, dan kesabaran mamak dalam menemani setiap proses hingga penulis sampai pada tahap ini merupakan hal yang sangat berarti bagi penulis. mamak adalah salah satu alasan terbesar bagi penulis untuk terus berjuang, bertahan, dan tidak mudah menyerah. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada saudara-saudara tercinta, Joshua Pratama Tambunan, Riski Dwita Tambunan, A.Md.Kom. Terima kasih atas dukungan, nasihat, perhatian, doa, serta semangat yang senantiasa diberikan bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.

9. Kepada teman teman Angkatan XXXVII terimakasih penulis ucapkan atas kebersamaan yang telah dilalui bersama selama tiga tahun ini.
10. Kepada seluruh pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini, walaupun penulis menyadari bahwa tidak semua pihak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan di masa mendatang. Semoga segenap bantuan, bimbingan serta arahan yang telah diberikan oleh dosen pembimbing, dosen penguji kepada penulis mendapat balasan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Medan, 15 Juli 2026
Penulis

Nurmia Lafelia Br. Tambunan

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN i
LEMBAR PENGESAHAN ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN iii
ABSTRAK IV
KATA PENGANTAR vi
DAFTAR GAMBAR xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
BAB I PENDAHULUAN 2
A. Latar Belakang 2
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
1. Tujuan Umum 4
2. Tujuan Khusus 4
D. Manfaat Penelitian 4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 6
A. Konsep Dasar Kompres Hangat 6
1. Definisi 6
2. Jenis-Jenis 7
3. Mekanisme Kerja 8
4. Manfaat 9
5. Evaluasi Pemberian 10
B. Nyeri Leher pada Pasien Hipertensi 13
1. Definisi 13
2. Penyebab 13
3. Tanda dan Gejala 14
4. Pengukuran 15
5. Penatalaksanaan 18
C. Konsep Dasar Hipertensi 19
1. Definisi 19
2. Penyebab 20
3. Patofisiologi 20

4. Tanda dan Gejala 20
5. Penatalaksanaan 21
6. Klasifikasi 22
7. Perawatan 24
BAB III METODE STUDI KASUS 26
A. Rancangan Studi Kasus 26
B. Subjek Studi Kasus 26
C. Kriteria Subjek Kasus 26
D. Fokus Studi 27
E. Definisi Operasional Studi Kasus 27
F. Instrument Dan Bahan Penelitian 28
G. Metode Pengumpulan Data 28
H. Lokasi dan Waktu Penelitian 29
I . Penyajian Data 30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 33
A. Hasil Studi Kasus 33
1. Gambaran Tempat Studi Kasus 33
2. Hasil Penelitian 34
B. Pembahasan 42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 43
A. Kesimpulan 43
B. Saran 43
DAFTAR PUSTAKA 45

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Standart Operasional Prosedur 12
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi 23
Tabel 3.1 Defenisi Operasional Prosedur..... 27
Tabel 4.1 Karakteristik Responden 34
Tabel 4.2 Nyeri Leher Dan Tekanan Darah Sebelum Intervensi 35
Tabel 4.3 Penerapan Intervensi Kompres Hangat..... 36
Tabel 4.4 Evaluasi Hasil Penerapan Kompres Hangat Pada Leher 39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Nyeri Simple Descriptive Scale..... 15
Gambar 2.2 Nyeri Visual Analog Scale 16
Gambar 2.3 Nyeri Verbal Rating Scale 16
Gambar 2.4 Nyeri Numeric Rating Scale 17
Gambar 2.5 Nyeri Wong Baker Pain Rating Scale Pain Scales 17

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 2 SOP Kompres Hangat

Lampiran 3 Lembar Pengukuran Nyeri Numeric Rating Scale (NRS)

Lampiran 4 Lembar Observasi Kompres Hangat

Lampiran 5 Lembar Pengukuran Tekanan Darah

Lampiran 6 Lembar Surat Survey Awal

Lampiran 7 Lembar Surat Balasan Survey Awal

Lampiran 8 Lembar Surat Ethical Clearence

Lampiran 9 Lembar Surat Izin Penelitian

Lampiran 10 Lembar Surat Balasan Izin Penelitian

Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian

Lampiran 12 Lembar Konsultasi