

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Implementasi keperawatan

Pada pukul 15.20, dilakukan serangkaian tindakan keperawatan. Perawat mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, serta intensitas nyeri. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa klien mengatakan nyeri pada kepala dengan sensasi seperti tertusuk-tusuk, lokasi di kepala, skala nyeri 6, serta sifat nyeri hilang timbul. Selanjutnya, perawat mengidentifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri. Hasilnya, nyeri terasa lebih berat saat duduk dan lebih ringan saat klien berbaring. Tindakan nonfarmakologis diberikan berupa kompres air hangat, sedangkan secara farmakologis klien dianjurkan menggunakan analgesik secara tepat. Hasilnya, klien meminum obat Amlodipine. Jika diperlukan, dilakukan kolaborasi pemberian obat lain, seperti Ranitidine dan Neurobion.

Implementasi selanjutnya dilakukan mulai pukul 16.00. Perawat mengidentifikasi adanya nyeri atau keluhan fisik lain, hasilnya klien mengeluh susah bergerak. Perawat memfasilitasi pergerakan dengan bantuan keluarga, seperti miring kiri dan miring kanan. Selanjutnya, perawat menjelaskan tujuan serta prosedur mobilisasi. Klien dan keluarga memahami penjelasan tersebut. Perawat juga mengajarkan mobilisasi sederhana, seperti duduk di tempat tidur, duduk di sisi tempat tidur, serta pindah dari tempat tidur ke kursi. Hasilnya, klien dan keluarga mampu memahami instruksi perawat.

Implementasi dilakukan sejak pukul 16.50. Perawat mengidentifikasi pola aktivitas dan tidur, hasilnya pasien mengatakan pola tidurnya berubah akibat nyeri kepala. Faktor pengganggu tidur diidentifikasi, pasien menyebutkan sulit tidur

nyenyak pada malam hari karena nyeri kepala. Pasien juga mengatakan tidak mengonsumsi obat tidur.

Tindakan dilakukan dengan memodifikasi lingkungan, yaitu menutup tirai agar cahaya tidak masuk. Perawat juga mengatur posisi tidur pasien dengan posisi semi fowler untuk meningkatkan kenyamanan. Selain itu, perawat menjelaskan pentingnya tidur cukup selama sakit, dan pasien menyatakan memahami bahwa tidur cukup dapat mempercepat pemulihan.

B. Evaluasi keperawatan

Pada pukul 20.00 dilakukan evaluasi dengan metode SOAP. Subjektif, klien masih mengatakan nyeri pada bagian kepala dengan sensasi seperti berdenyut-denyut, skala menurun menjadi 3, lokasi di kepala, serta sifat nyeri hilang timbul. Objektif, klien tampak lebih rileks. Analisa menunjukkan nyeri teratasi sebagian. Perencanaan dilanjutkan dengan identifikasi nyeri, pemberian teknik nonfarmakologis, anjuran penggunaan analgesik secara tepat, serta kolaborasi bila diperlukan.

Evaluasi pada pukul 20.30 menunjukkan bahwa keluarga klien mengatakan pasien susah bergerak, sedangkan pasien sendiri mengeluhkan pusing saat duduk. Secara objektif, pasien tampak berbaring terus-menerus. Analisa menunjukkan intoleransi aktivitas belum teratasi. Perencanaan dilanjutkan dengan identifikasi keluhan fisik, fasilitasi pergerakan, penjelasan tujuan mobilisasi, serta pengajaran mobilisasi sederhana.

Evaluasi pada pukul 21.00 menunjukkan bahwa pasien merasa nyaman dengan posisi semi fowler dan dengan kompres, serta merasa nyaman ketika tirai ditutup. Secara objektif, pasien tampak nyaman pada posisinya. Analisa menunjukkan gangguan pola tidur belum sepenuhnya teratasi. Perencanaan dilanjutkan dengan identifikasi pola tidur, modifikasi lingkungan, serta tindakan untuk meningkatkan kenyamanan

C. Pengaruh manajemen nyeri terhadap penurunan Tingkat nyeri kepala pada pasien Tn.H

Nyeri kepala merupakan salah satu gejala yang sering dialami pasien hipertensi akibat adanya peningkatan tekanan darah yang menimbulkan vasokonstriksi dan ketegangan pada pembuluh darah serebral. Pada kasus Tn. H, pasien datang dengan keluhan nyeri kepala skala 6 yang mengganggu aktivitas serta kenyamanannya. Nyeri ini tidak hanya menimbulkan rasa tidak nyaman secara fisik, tetapi juga berdampak pada aspek psikologis pasien, seperti munculnya rasa cemas dan sulit tidur.

Manajemen nyeri yang dilakukan pada pasien meliputi intervensi nonfarmakologis berupa **kompres air hangat pada daerah leher dan** , serta kolaborasi dengan tim medis dalam pemberian terapi farmakologis sesuai indikasi. Pemberian kompres hangat terbukti dapat menurunkan nyeri melalui mekanisme vasodilatasi lokal yang meningkatkan sirkulasi darah, menurunkan ketegangan otot, dan mengurangi transmisi impuls nyeri. Setelah intervensi, pasien melaporkan penurunan intensitas nyeri dari skala 6 menjadi skala 3, wajah tampak lebih rileks, dan pasien dapat beristirahat lebih baik.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian (Syara et al., 2021) yang menyatakan bahwa kompres hangat efektif dalam menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi karena dapat memberikan efek relaksasi pada otot, memperbaiki aliran darah, dan meningkatkan kenyamanan. Selain itu, penelitian (Srikrajang et al., 2024) juga menunjukkan bahwa kombinasi terapi farmakologis dan nonfarmakologis lebih efektif dalam mengurangi nyeri dibandingkan hanya salah satu metode saja.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa **manajemen nyeri memiliki pengaruh nyata terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi**. Penerapan kompres air

hangat sebagai salah satu strategi nonfarmakologis terbukti sederhana, efektif, aman, dan dapat diaplikasikan di ruang IGD. Selain membantu menurunkan skala nyeri, intervensi ini juga memberikan manfaat tambahan berupa peningkatan kenyamanan, perbaikan kualitas istirahat, serta pengurangan kecemasan pasien terhadap kondisi yang dialaminya.

Larangan Berlebih-lebihan dalam Makan dan Minum

QS. Al-A'raf: 31

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ۚ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

Latin:

Yā banī ādama khudzu zīnatakum ‘inda kulli masjidin wa kulū wasyrabū wa lā tusrifū, innahū lā yuḥibbul-musrifin.

Artinya:

“Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.”

Makanan yang Halal dan Baik

QS. Al-Baqarah: 168

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ

Latin:

Yā ayyuhan-nāsu kulū mimmā fil-arḍi ḥalālan ṭayyiban wa lā tattabi'ū khuṭuwātiṣ-syaiṭān, innahū lakum ‘aduwwum mubīn.

Artinya:

“Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya setan itu adalah musuh yang nyata bagimu.

Menahan Amarah & Mengendalikan Emosi

QS. Ali Imran: 134

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Latin:

*Allaẓīna yunfiquna fis-sarrāi wad-darrāi wal-kāẓimīnal-gaiza wal-
'āfīna 'anin-nās, wallāhu yuḥibbul-muḥsinīn.*

Artinya:

“(Yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya serta memaafkan (kesalahan) orang lain. Allah menyukai orang-orang yang berbuat Kebajikan

