

**Penatalaksanaan Pemberian Rebusan Daun Alpukat Dan Kompres Hangat Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kelurahan Sukoharjo**  
**Management Of Avocado Leaf Decoction And Warm Compress With Acute Pain Problems In The Elderly With Hypertension In Sukoharjo Village**

Roidah Zulfa Fathinah<sup>1</sup>, Deden Dermawan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Prodi Keperawatan, Politeknik Kesehatan Bhakti Mulia  
roidahzulfa@gmail.com, deden\_abm@yahoo.co.id

**Abstract:** Hypertension is a condition where systolic blood pressure is more than 120 mmHg and diastolic is more than 80 mmHg. Actions for hypertensive patients by giving avocado leaf decoction as traditional medicine and warm compresses are to provide a warm feeling of the body by using liquids or tools that cause warmth to the parts of the body that need it. The purpose of the study: to describe the administration of boiled avocado leaves and warm compresses with acute pain problems in the elderly with hypertension. Research The research design is a qualitative research, with a case study (Study Case Research) approach to the nursing process. The population is elderly hypertension in Sukoharjo Village. The sampling technique is non-probability sampling with a purposive sampling approach. Inclusion criteria were age 60 years, blood pressure  $\geq 140/90 - 160/100$  mmHg, pain scale 4-6, body endures pain, protective and caring behavior, focuses on self. The results of the study, pain in the neck, neck, and back of the head, complaints such as dizziness, whiny, drowsy, dizzy eyes, and body feels unwell, pain scale 5-6. Physical examination: attitude to bear pain, holding the area of pain, restlessness and anxiety, blood pressure 120-139/80-90 mmHg, RR: 18-20x/minute, N: 60-100x/minute, S: 36-36.7°C. Nursing actions: giving avocado leaf decoction and warm compresses, 6 meetings within 2 weeks. Response: reduced pain, 0-1 scale, relaxed and not restless, TTV within normal limits. Giving avocado leaf decoction and warm compresses is effective to overcome acute pain problems in elderly people with hypertension.

**Keywords:** avocado leaf decoction, warm compresses, acute pain, hypertension.

**Abstrak:** Hipertensi suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan diastolik lebih dari 80 mmHg. Tindakan untuk pasien hipertensi dengan pemberian rebusan daun alpukat sebagai obat tradisional dan kompres hangat adalah memberikan rasa hangat tubuh dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Tujuan penelitian: mendeskripsikan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat dengan masalah nyeri akut pada lansia penderita hipertensi. Desain penelitian adalah penelitian kualitatif, dengan studi kasus. Pendekatan proses keperawatan (*Nursing Process Approach*). Populasi adalah lansia hipertensi di Kelurahan Sukoharjo. Teknik pengambilan sampel yaitu *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*. Kriteria inklusinya adalah usia  $\geq 60$  tahun, tekanan darah  $\geq 140/90 - 160/100$  mmHg, skala nyeri 4-6, tubuh menahan nyeri, perilaku melindungi dan menjaga, berfokus pada diri sendiri. Hasil penelitian, nyeri pada tengkuk, leher, dan kepala bagian belakang, keluhan seperti pusing, cengeng, mengantuk, mata berkunang-kunang, dan badan terasa tidak enak, skala nyeri 5-6. Pemeriksaan fisik: sikap menahan nyeri, memegang area nyeri, gelisah dan cemas, tekanan darah 120-139/80-90 mmHg, RR: 18-20x/menit, N: 60-100x/menit, S: 36-36,7°C. Tindakan keperawatan: pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat, 6 kali pertemuan dalam waktu 2 minggu. Respon: nyeri berkurang, skala 0-1, rileks dan tidak gelisah, TTV dalam batas normal. Pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat efektif untuk mengatasi masalah nyeri akut pada lansia penderita hipertensi.

**Kata Kunci:** rebusan daun alpukat, kompres hangat, nyeri akut, hipertensi.

## I. PENDAHULUAN

Kelompok lanjut usia merupakan kelompok umur yang rentan terkena hipertensi. Peningkatan tekanan darah merupakan masalah normal dari proses penuaan, namun kondisi ini tetap harus mendapatkan pengelolaan dengan baik agar tidak mengarah kepada penyakit lain yang lebih serius atau terjadinya kerusakan

organ vital yang lain. Secara umum, seseorang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih tinggi dari 140/90 mmHg. Hipertensi sering juga diartikan sebagai suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg (Ardiansyah, 2012).

Menurut data WHO, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2 di tahun 2025. Dari 972 juta mengidap sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Zaenurrohman & Riris 2017). Kasus hipertensi di Provinsi Jawa Tengah berdasarkan data dari kesehatan Jawa Tengah tahun 2015 menunjukkan data kasus penyakit tidak menular yang dilaporkan pada tahun 2015 tercatat sebanyak 2.807.407 atau 11,03%. Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya pada tahun 2014 sebesar 5,63%, tahun 2012 sebesar 1,67%, tahun 2011 sebesar 1,96%. Data kasus hipertensi di Kabupaten Sukoharjo tahun 2015 prevalensi hipertensi sebesar 10,24% (Sahrantika, 2017).

Pada nyeri kepala yang diderita oleh pasien hipertensi disebabkan karena suplai darah ke otak mengalami penurunan dan peningkatan spasme pembuluh darah (Setyawan & Muslim, 2014). Penatalaksanaan hipertensi secara farmakologi dilakukan dengan obat anti-hipertensi seperti diuretik, *beta blocker*, *vasodilator*, *inhibitor saraf simpatik*, *alpha blocker*. Pengobatan non-farmakologi dilakukan dengan pola hidup sehat seperti berhenti merokok, penurunan berat badan, penurunan diet garam, kompres hangat dan obat tradisional. Pada hipertensi terjadi nyeri akut yang disebabkan adanya vasokonstriksi pembuluh darah, sehingga penatalaksanaan yang digunakan untuk masalah vasokonstriksi pembuluh darah dengan pengobatan non farmakologi yaitu pemberian obat tradisional rebusan daun alpukat dan kompres hangat. Daun alpukat mengandung zat flavonoid yang bersifat diuretik dan salah satu cara kerjanya yaitu dengan mengeluarkan sejumlah cairan, elektrolit maupun zat-zat yang bersifat toksik. Dengan berkurangnya jumlah air dan garam dalam tubuh maka pembuluh darah akan longgar sehingga tekanan darah perlahan-lahan menurun (Kuncara, 2016).

Kompres hangat merupakan salah satu penatalaksanaan nyeri dengan memberikan energi panas melalui konduksi, dimana panas tersebut dapat menyebabkan vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah), meningkatkan relaksasi otot sehingga meningkatkan sirkulasi dan menambah pemasukan oksigen serta nutrisi ke jaringan. Penatalaksanaan nyeri di wilayah

Kelurahan Sukoharjo biasanya dengan nafas dalam dan istirahat.

Tujuan penelitian ini mendeskripsikan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat dengan masalah nyeri akut pada lansia penderita hipertensi

## II. METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah penelitian kualitatif, menggunakan studi kasus (*Study Case Research*) dengan pendekatan proses keperawatan (*Nursing Process Approach*). Penelitian dilaksanakan pada tanggal 22 April – 5 Mei 2019 di Kelurahan Sukoharjo. Populasi penelitian adalah lansia yang menderita hipertensi di Kelurahan Sukoharjo. Penentuan sampel dilakukan saat memasuki lapangan dan selama penelitian berlangsung (*emergent sampling design*), dengan cara memilih orang tertentu yang dipertimbangkan akan memberikan data yang diperlukan. Teknik pengambilan subjek yaitu *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*. Subjek penelitian sebanyak 5 responden yang mengalami hipertensi dengan kriteria inklusi usia  $\geq 60$  tahun, tekanan darah  $\geq 140/90 - 160/100$  mmHg, skala nyeri 4-6, 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. Pengumpulan data didapatkan dari hasil wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah format asuhan keperawatan, lembar observasi, Standart Operasional Prosedur pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat dan pedoman skala nyeri 0-10 (*Comparative Pain Scale*), format asuhan keperawatan maternitas, buku catatan atau buku tulis, panduan untuk wawancara, dan alat-alat pemeriksaan fisik: (Stetoskop, sphignomanometer, dan termometer), Standar Operasional Prosedur Kompres Hangat

## III. HASIL PENELITIAN

### 1. Gambaran lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Sukoharjo, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Sukoharjo. Luas wilayah Kelurahan Sukoharjo  $\pm 4.949.550$  Ha, terdiri dari 48 Rukun Tetangga

(RT), 14 Rukun Warga (RW). Jumlah penduduk Kelurahan Sukoharjo kurang lebih berjumlah 10.379 orang terdiri dari laki-laki 5.227 orang dan perempuan 5.152 orang. Jumlah lansia di Kelurahan Sukoharjo kurang lebih 907 orang.

## 2. Karakteristik subjek penelitian

**Tabel 1** Karakteristik Subjek di Wilayah Kelurahan Sukoharjo

No	Karakteristik	Freq (f)	Persentase (%)
1	Usia (tahun)		
	≥60	5	100
2	Jenis kelamin		
	a. Laki-laki	2	40
	b. Perempuan	3	60
3	Pekerjaan		
	a. Buruh	1	20
	b. Berjualan	1	20
	c. Tidak Bekerja	3	60
4	Pendidikan		
	a. SD	4	80
	b. SMP	1	20
5	Tekanan Darah		
	a. ≥150/90 mmHg	5	100
	b. ≤ 140/90 mmHg	0	0
6	Skala Nyeri		
	a. 1-3	0	0
	b. 4-6	5	100
	c. 7-10	0	0

Sumber: data primer (2019).

## 3. Pengkajian keperawatan

Dari hasil pengkajian didapatkan data keluhan utama nyeri pada tengkuk yang diakibatkan oleh tekanan darah yang naik, skala 6, kualitas nyeri seperti ditusuk-tusuk, intensitas waktu terus-menerus. Mempunyai riwayat hipertensi. Jika mengalami nyeri, tengkuk terasa berat, pusing, mengantuk, dan badan terasa tidak enak. Untuk mengatasinya membeli obat ke warung. Saat nyeri kambuh tidak bisa melakukan aktifitas sehari-hari. Subjek mengatakan nafsu makannya baik, makan 3x sehari dan minum 8 gelas perhari, BAK sehari 5 kali, tidur siang selama 1 jam dan tidur malam selama 7 jam.

Pada pemeriksaan fisik didapatkan data TTV: TD: 160/100 mmHg, N: 106x/menit, RR: 22x/menit, S: 36,5°C. Hasil pemeriksaan jantung: Inspeksi: tampak pulpasi jantung di inter costa 5 dan 6, tidak ada lesi, bentuk dada simetris. Palpasi: teraba di inter costa 5 dan 6, tidak ada nyeri tekan. Perkusi: Pekak. Auskultasi: terdengar BJ 1 dan BJ 2, tanpa ada suara tambahan.

## 4. Diagnosa keperawatan

Diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen injuri biologis (peningkatan tekanan vaskuler serebral).

### 5. Perencanaan keperawatan

Rencana tindakan yang akan dilakukan yaitu ajarkan dan terapkan pengobatan nonfarmakologi: pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat selama 6 kali dalam 2 minggu.

### 6. Pelaksanaan keperawatan

Pelaksanaan tindakan yang akan dilakukan pada ke-5 subjek adalah sebagai berikut:

#### Subjek 1

Pelaksanaan tindakan dengan melakukan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat sebanyak 6 kali pada pasien nyeri yang menderita hipertensi. Pada pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-1 skala nyeri 6, pada pemberian ke-2 skala nyeri menjadi 5, pada pemberian ke-3 skala nyeri 4, pada pemberian ke-4 skala nyeri menjadi 3, pada pemberian ke-5 skala nyeri 2, pada pemberian ke-6 skala nyeri menjadi 1. Hasil tindakan dapat dilihat pada table dibawah ini:

**Tabel 2** Skala nyeri subjek 1

Pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-	1	2	3	4	5	6
Skala nyeri	6	5	4	3	2	1

Sumber: data pribadi, diolah 2019

#### Subjek 2

Pelaksanaan tindakan dengan melakukan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat sebanyak 6 kali pada pasien nyeri yang menderita hipertensi. Pada pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-1 sampai ke-2 skala nyeri 6, pada pemberian ke-3 skala nyeri 5, pada pemberian ke-4 skala nyeri menjadi 4, pada pemberian ke-5 skala nyeri 3, pada pemberian ke-6 skala nyeri menjadi 2. Hasil tindakan dapat dilihat pada table dibawah ini:

**Tabel 3** Skala nyeri subjek 2

Pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-	1	2	3	4	5	6
Skala nyeri	6	6	5	4	3	2

Sumber: data pribadi, diolah 2019

#### Subjek 3

Pelaksanaan tindakan dengan melakukan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres

hangat sebanyak 6 kali pada pasien nyeri yang menderita hipertensi. Pada pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-1 sampai ke-2 skala nyeri 6, pada pemberian ke-3 skala nyeri menjadi 4, pada pemberian ke-4 skala nyeri menjadi 3, pada pemberian ke-5 skala nyeri 2, pada pemberian ke-6 skala nyeri menjadi 1. Hasil tindakan dapat dilihat pada table dibawah ini:

**Tabel 4** Skala nyeri subjek 3

Pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-	1	2	3	4	5	6
Skala nyeri	6	6	4	3	2	1

Sumber: data pribadi, diolah 2019

#### Subjek 4

Pelaksanaan tindakan dengan melakukan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat sebanyak 6 kali pada pasien nyeri yang menderita hipertensi. Pada pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-1 skala nyeri 6, pada pemberian ke-2 skala nyeri menjadi 5, pada pemberian ke-3 skala nyeri 4, pada pemberian ke-4 dan ke-5 skala nyeri menjadi 2, pada pemberian ke-6 skala nyeri menjadi 1. Hasil tindakan dapat dilihat pada table dibawah ini:

**Tabel 5** Skala nyeri subjek 4

Pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-	1	2	3	4	5	6
Skala nyeri	6	5	3	2	2	1

Sumber: data pribadi, diolah 2019

#### Subjek 5

Pelaksanaan tindakan dengan melakukan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat sebanyak 6 kali pada pasien nyeri yang menderita hipertensi. Pada pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-1 skala nyeri 6, pada pemberian ke-2 dan ke-3 skala nyeri menjadi 4, pada pemberian ke-4 skala nyeri menjadi 3, pada pemberian ke-5 skala nyeri 2, pada pemberian ke-6 skala nyeri menjadi 1. Hasil tindakan dapat dilihat pada table dibawah ini:

**Tabel 6** Skala nyeri subjek 5

Pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat ke-	1	2	3	4	5	6
Skala nyeri	6	4	4	3	2	1

Sumber: data pribadi, diolah 2019

#### 7. Evaluasi keperawatan

Evaluasi tindakan sebagai berikut:

Subjek 1: nyeri tengkuk karena tekanan darah yang naik, nyeri tidak dirasakan, skala 1, nyeri hilang. Dari pemeriksaan fisik didapatkan hasil subjek terlihat rileks dan tidak gelisah, TD: 130/90 mmHg, N: 86x/menit, RR: 18x/menit, S: 36°C. Rencana tindak lanjut mengajarkan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat.

Subjek 2: nyeri leher karena tekanan darah yang naik, nyeri seperti berdenyut, skala 2, dirasakan hilang timbul. Dari pemeriksaan fisik didapatkan hasil subjek terlihat rileks, TD: 130/90 mmHg, N: 90x/menit, RR: 20x/menit, S: 36°C. Rencana tindak lanjut melakukan dan mengajarkan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat.

Subjek 3: nyeri karena tekanan darah yang naik, nyeri tidak dirasakan, skala 1, nyeri hilang. Dari pemeriksaan fisik didapatkan hasil subjek terlihat rileks, TD: 130/80 mmHg, N: 86x/menit, RR: 18x/menit, S: 36,5°C. Rencana tindak lanjut mengajarkan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat.

Subjek 4: nyeri karena tekanan darah yang naik, nyeri tidak dirasakan, skala 1, nyeri hilang. Dari pemeriksaan fisik didapatkan hasil subjek terlihat rileks, TD: 140/80 mmHg, N: 84x/menit, RR: 18x/menit, S: 36,5°C. Rencana tindak lanjut mengajarkan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat.

Subjek 5: nyeri karena tekanan darah yang naik, nyeri tidak dirasakan, skala 1, nyeri hilang. Dari pemeriksaan fisik didapatkan hasil subjek terlihat rileks, TD: 130/90 mmHg, N: 88x/menit, RR: 18x/menit, S: 36°C. Rencana tindak lanjut mengajarkan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat.

**Tabel 7** Evaluasi Hasil Skala Nyeri

Subjek	Skala Nyeri		Penurunan nyeri
	Sebelum	Sesudah	
1	6	1	5
2	6	2	4
3	6	1	5
4	6	1	5
5	6	1	5

Sumber: data pribadi, diolah 2019

## IV. PEMBAHASAN

### Pengkajian

Pengkajian mengamati perubahan yang dihubungkan dengan proses normal penuaan dan dampak pada status kesehatannya yang berfungsi. Sikap dan perasaan dapat mempengaruhi kemampuan lansia untuk



mengikuti suatu rencana keperawatan. Perawat mengkaji ketidakmampuan dengan cara mewawancarai pasien dan pengamatan terhadap perilaku (Stanley, 2006).

Semakin tua berpengaruh pada fungsi jantung meliputi penurunan cardiac output, penurunan elastisitas dinding aorta dan vena, pada otot jantung jaringan elastik berkurang. Setelah umur 45 tahun dinding arteri akan mengalami penebalan oleh karena adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot yang mengakibatkan pembuluh darah akan menyempit dan kaku dimana akan berdampak pada tekanan sistolik dan diastolik meningkat karena kelenturan otot pembuluh darah berkurang (Rohimah, 2015).

Berdasarkan karakteristik subjek penelitian didapatkan data sebagian besar subjek penelitian berjenis kelamin perempuan. Terutama perempuan diatas usia 45 tahun karena pada usia tersebut perempuan sudah mengalami siklus menopause. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nuraini (2015) yang menyatakan pada masa premenopause wanita mulai kehilangan sedikit demi sedikit hormon estrogen yang selama ini melindungi pembuluh darah dari kerusakan. Proses ini terus berlanjut dimana hormon estrogen tersebut berubah kuantitasnya sesuai dengan umur wanita secara alami, yang umumnya mulai terjadi pada wanita umur 45-55 tahun.

Dari hasil pengkajian karakteristik subjek berdasarkan tingkat pendidikan SD sebanyak 4 orang. Pendidikan yang rendah kemungkinan disebabkan karena kurangnya pengetahuan pada seseorang terhadap kesehatan dan sulit atau lambat menerima informasi yang diberikan oleh petugas. Menurut Novitaningtyas (2014) yang menyatakan tingkat pendidikan secara tidak langsung mempengaruhi tekanan darah karena tingkat pendidikan berpengaruh terhadap gaya hidup seseorang yaitu kebiasaan merokok, kebiasaan minum alkohol, asupan makanan, dan aktivitas fisik seperti olahraga.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi tekanan darah adalah aktivitas fisik. Kurangnya aktivitas fisik meningkatkan risiko menderita hipertensi karena meningkatkan risiko kelebihan berat badan. Orang yang kurang melakukan aktivitas fisik juga cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantungnya harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi. Makin keras dan sering otot jantung harus memompa, makin besar tekanan yang dibebankan pada arteri (Anggara dan Nanang, 2013).

Hasil pengkajian terhadap semua subjek didapatkan hasil mengeluh nyeri kepala dan tengkuk. Saat tekanan darah naik akan

menimbulkan nyeri dikarenakan kurangnya suplai oksigen dan aktivitas fisik. Hal ini dikarenakan tingginya tekanan darah pada pembuluh darah yang menyebabkan aliran darah mengalami tekanan yang tinggi untuk mengalirkan darah ke seluruh tubuh, sehingga menyebabkan nyeri pada tengkuk. Menurut Trisnayati (2010) nyeri yang dirasakan subjek merupakan salah satu stres fisiologis (neuroendokrin) yang diakibatkan oleh hipertensi.

Dalam pengkajian nyeri semua subjek mengatakan skala nyeri 5 sampai 6 dengan kriteria nyeri sedang, data subjektif yang didapatkan saat pengkajian P: tekanan darah yang terlalu tinggi, Q: tertusuk-tusuk, R: di kepala bagian belakang, tengkuk, dan leher, S: 5-6, dan T: terus-menerus. Hal ini sesuai dengan teori Prasetyo (2010) bahwa nyeri yang dirasakan bervariasi dalam aktivitas dan tingkat keparahan individu. Nyeri yang dirasakan terasa ringan, sedang, atau bahkan nyeri yang berat, yang berkaitan dalam kualitas nyeri setiap individu juga bervariasi ada yang menyampaikan nyeri tertusuk-tusuk, tumpul, berdenyut, dan berdebar.

### Diagnosa keperawatan

Diagnosis keperawatan adalah keputusan klinik tentang respon individu, keluarga, dan masyarakat tentang masalah kesehatan aktual atau potensial, sebagai dasar seleksi intervensi keperawatan untuk mencapai tujuan asuhan keperawatan sesuai dengan kewenangan perawat (Wilkinson, 2011).

Diagnosis yang ditegakkan oleh peneliti sesuai dengan batasan karakteristik dalam Maas (2014), diantaranya mengungkapkan secara verbal tentang karakteristik nyeri, sikap melindungi area nyeri, ekspresi wajah nyeri, perubahan parameter fisiologis (tekanan darah, nadi, respirasi, suhu), nyeri berlangsung kurang dari 3 bulan.

Data tersebut dapat dirumuskan masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen injuri biologis (peningkatan tekanan vaskuler serebral). Hal ini sesuai dengan NANDA (2018) yang menyatakan bahwa nyeri akut adalah pengalaman sensori dan emosional tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial atau yang digambarkan sebagai kerusakan, awitan yang tiba-tiba atau lambat dengan intensitas ringan hingga berat, dengan berakhirnya dapat diantisipasi atau diprediksi, dan dengan durasi kurang dari 3 bulan. Pada lansia yang menderita hipertensi terjadi penurunan cardiac output, penurunan elastis pada dinding vena sehingga terjadi peningkatan tekanan vaskuler yang mengakibatkan tekanan darah meningkat.

Peningkatan tekanan darah dapat menekan reseptor nyeri, maka terjadi cedera biologis atau peningkatan tekanan vaskuler serebral (Muttaqin, 2009).

### Perencanaan keperawatan

Perencanaan merupakan suatu proses penyusunan berbagai intervensi keperawatan yang dibutuhkan untuk mencegah, menurunkan, atau mengurangi, masalah-masalah klien. Rencana tindakan yang akan dilakukan untuk mengatasi masalah nyeri menurut Maas (2014) yaitu mengajarkan penggunaan teknik nonfarmakologik (misalnya pola hidup sehat seperti berhenti merokok, penurunan berat badan, diet rendah garam, pemberian obat tradisional yaitu rebusan daun alpukat dan gunakan tindakan pengendali nyeri sebelum nyeri memburuk yaitu kompres hangat).

Perencanaan tindakan keperawatan yang dilakukan peneliti untuk mengatasi nyeri yaitu dengan melakukan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat dilakukan selama 6 kali dalam 2 minggu, hal ini sesuai dengan penelitian oleh Ayu (2017) daun alpukat bisa menurunkan tekanan darah karena adanya kandungan zat adiktif yaitu flavonoid dan quersetin. Kandungan flavonoid bermanfaat untuk mencegah osteoporosis, mampu memperbaiki fungsi dan anatomi pembuluh darah arteri, dan menstabilkan plak aterosklerosis sehingga menurunkan tekanan darah. Kandungan quersetin membantu melemaskan otot-otot pembuluh darah arteri dan membantu menormalkan penyempitan pembuluh darah arteri sehingga tekanan darah menurun.

Pemberian kKompres hangat merupakan tindakan nonfarmakologi untuk mengatasi nyeri dimana kompres hangat dapat memberikan rasa hangat pada daerah tertentu dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Kompres hangat diberikan satu jam atau lebih. Tujuan kompres hangat yaitu untuk memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, memberi rasa hangat, nyaman, dan tenang pada klien, memperlancar pengeluaran eksudat (Wahyudi & Wahid 2016). Dan manfaat kompres hangat yaitu memberikan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, memberikan rasa hangat, karena rasa panas atau hangat mampu mendilatasi pembuluh darah sehingga aliran darah dan suplai oksigen akan lancar, sehingga meredakan ketegangan otot akibatnya nyeri dapat berkurang di daerah yang diberi kompres (Rohimah, 2015). Pada lansia yang diberikan kompres hangat mengalami penurunan skala

nyeri. Hal yang mempengaruhi penurunan tingkat nyeri yang dirasakan oleh lansia seperti dari perhatian, ansietas, faktor lingkungan, dan kelelahan.

### Pelaksanaan Keperawatan

Pelaksanaan yang dilakukan oleh peneliti pada 5 subjek yaitu dengan memberikan tindakan keperawatan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat 2 kali sehari selama 2 minggu, pada pagi dan sore hari.

Hasil dari pelaksanaan tindakan keperawatan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat pada kunjungan pertama belum ada perubahan pada nyeri dan tekanan darah masing-masing subjek penelitian. Hal ini disebabkan subjek kurang beraktifitas, sesuai penelitian yang dilakukan oleh Mannan (2013) yang menyatakan kurangnya aktifitas fisik meningkatkan risiko menderita hipertensi karena meningkatkan risiko kelebihan berat badan. Orang yang tidak aktif juga cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantungnya harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi. Semakin keras dan semakin sering otot jantung harus memompa, makin besar tekanan yang dibebankan pada arteri.

Pada kunjungan kedua setelah dilaksanakan penatalaksanaan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat subjek 2 dan 3 belum mengalami penurunan skala nyeri. Namun semua subjek mengalami penurunan tekanan darah diastolik 10 mmHg. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Suoth (2014) yang menyatakan bahwa pada saat seseorang mengalami stres hormon adrenalin akan dilepaskan dan kemudian akan meningkat tekanan darah melalui kontraksi arteri (vasokonstriksi) dan peningkatan denyut jantung. Apabila stress berlanjut tekanan darah akan tetap tinggi sehingga orang tersebut akan mengalami hipertensi.

Pada kunjungan ketiga setelah dilaksanakan penatalaksanaan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat pada subjek 1, 2, 3, dan 5 masih merasakan nyeri sedang dan tekanan darah menurun menjadi 140/90 – 150/90 mmHg. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti stres, diet yang tidak sesuai, dan aktifitas yang berat. Pada subjek 4 merasakan nyeri ringan dan mengalami penurunan tekanan darah 140/90 mmHg. Hal ini sesuai dengan penelitian menurut Irawati (2015) yang menyatakan bahwa daun alpukat mengandung flavonoid yang memiliki kemampuan untuk melindungi endotel, menghambat agregasi platelet dan mempengaruhi kerja *Angiotensin Converting Enzyme(ACE)*. Mekanisme diuretik pada

saponin dapat menyebabkan penurunan *cardiac output*, penurunan resistensi perifer dan tekanan darah. Penelitian menurut Wahyudi & Wahid (2016) yang menyatakan kompres hangat dapat melancarkan sirkulasi darah dan mengurangi rasa sakit.

Pada kunjungan keempat setelah dilaksanakan penatalaksanaan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat pada semua subjek masih merasakan nyeri ringan dan mengalami penurunan tekanan darah 140/90mmHg. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Margowati (2016) yang menyatakan cara kerja daun alpukat dengan mengeluarkan sejumlah cairan dan elektrolit maupun zat-zat yang bersifat toksik. Dengan berkurangnya jumlah air dan garam didalam tubuh maka pembuluh darah akan longgar sehingga tekanan darah perahan-lahan mengalami penurunan dan penelitian menurut Syiddatul (2017) yang menyatakan kompres hangat dapat memberikan rasa hangat pada daerah tertentu, karena rasa hangat yang diberikan mampu mendilatasi pembuluh darah dan suplai oksigen menjadi lancar dan meredakan ketegangan akibatnya nyeri dapat berkurang.

Pada kunjungan kelima setelah dilaksanakan penatalaksanaan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat semua subjek mengalami penurunan tekanan darah menjadi 130/90 mmHg dan 4 subjek mengalami penurunan skala nyeri menjadi 1, 1 subjek mengalami penurunan skala nyeri menjadi 2. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu (2017) yang menyatakan rebusan daun alpukat efektif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dan penelitian menurut Setyawan & Muslim (2014) yang menyatakan kompres hangat efektif untuk menurunkan skala nyeri hipertensi

Pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat dilakukan ke-5 responden masing-masing 6 kali dengan penurunan intensitas nyeri pada masing-masing subjek berbeda dalam setiap pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat. Pada subjek 2 penurunan intensitas nyerinya lebih lama dikarenakan kurang beraktifitas, sesuai penelitian yang dilakukan oleh Mannan (2013) yang menyatakan kurangnya aktifitas fisik meningkatkan risiko menderita hipertensi karena meningkatkan risiko kelebihan berat badan. Orang yang tidak aktif juga cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantungnya harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi. Semakin keras dan semakin sering otot jantung harus memompa, makin besar tekanan yang dibebankan pada arteri.

Data yang didapatkan pada subjek 5 penurunan intensitas nyerinya lebih cepat dari subjek lainnya. Hal tersebut dikarenakan subjek patuh terhadap pola makan dan mengontrol stres. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Margowati dkk (2016) yang menyatakan cara kerja daun alpukat dengan mengeluarkan sejumlah cairan dan elektrolit maupun zat-zat yang bersifat toksik. Dengan berkurangnya jumlah air dan garam didalam tubuh maka pembuluh darah akan longgar sehingga tekanan darah perahan-lahan mengalami penurunan dan penelitian menurut Syiddatul (2017) yang menyatakan kompres hangat dapat memberikan rasa hangat pada daerah tertentu, karena rasa hangat yang diberikan mampu mendilatasi pembuluh darah dan suplai oksigen menjadi lancar dan meredakan ketegangan akibatnya nyeri dapat berkurang.

#### Evaluasi keperawatan

Dari data yang didapatkan dari evaluasi subjek, kriteria hasil subjek pada hari terakhir sudah mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Maas (2014) yang menyebutkan kriteria hasil dari nyeri akut antara lain: mengenali faktor penyebab, melakukan upaya pencegahan, melaporkan terkendalinya rasa nyeri, mengenali awitan nyeri.

Dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan hasil evaluasi kelima subjek dengan masalah nyeri dapat teratasi karena sudah sesuai dengan kriteria hasil yang telah ditetapkan yaitu nyeri dapat berkurang dengan skala 0-1, tampak rileks dan tidak gelisah, TD: 140-120/110-90. Dari hasil evaluasi masalah nyeri akut teratasi sebagian, maka tindakan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat dapat dilakukan secara mandiri untuk mengontrol tekanan darah dan nyeri. Evaluasi diatas dapat disimpulkan bahwa pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat dapat mengurangi nyeri pada subjek, rebusan daun alpukat dan kompres hangat sangat efektif dilakukan untuk mengurangi/ menurunkan nyeri pada pasien hipertensi.

Ada perbedaan hasil pada setiap subjek. Hal ini dikarenakan semakin tua berpengaruh pada fungsi jantung meliputi penurunan *cardiac output*, penurunan elastisitas dinding aorta dan vena, pada otot jantung jaringan elastik berkurang. Selain itu disebabkan karena kurangnya aktifitas, pola makan yang tidak seimbang, dan stres karena masalah disekitarnya.

Keberhasilan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat disebabkan karena penerapan rebusan daun alpukat dan kompres hangat diberikan sesuai dengan SOP (Standar

Operational Prosedur). Keberhasilan juga didukung oleh sikap kooperatif subjek seperti mau diajak komunikasi dan mengikuti bimbingan dengan baik

## V. SIMPULAN

Tindakan pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat diberikan sebanyak 6 kali pada setiap subjek, sebanyak 5 responden masalah nyeri sudah teratasi dan 1 responden masalah nyeri belum teratasi karena belum sesuai dengan kriteria hasil. Hasil penelitian terdapat penurunan skala nyeri 4-5 angka pada setiap responden. Simpulan: pemberian rebusan daun alpukat dan kompres hangat efektif untuk mengatasi masalah nyeri akut pada lansia penderita hipertensi

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggara, F. H. D., P. Nanang. 2013. Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Tinggi Di Puskesmas Telaga Murni Cikarang Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 5 (1), 20-25. <http://fmipa.umri.ac.id/wp-content/uploads/2016/06/ELFIKA-FAKTOR-2-YG-B-D-PD-TENSI.PDF>. Diakses pada tanggal 3 Mei 2018
- Ardiansyah M. 2012. *Medikal Bedah untuk Mahasiswa*. Yogyakarta: Diva Press.
- Ayu, Sri Kartika., Ani, Sutriningsih., Warsono. 2017. Pengaruh Pemberian Seduhan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Tulungrejo Kecamatan Ngantang. *Nursing News*. 2 (3) 144-153. 2017
- Irawati, Nur Ayu Virginia. 2015. Antihypertensive Effects Of Avocado Leaf Extract. *J MAJORITY*. 4 (1) 44-48. Januari 2015
- Kuncara, Pamungkas Cahya. 2016. Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Alpukat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Banguntapan Bantul.
- Maas, Meridean L., Toni Tripp-Reimer, Kathleen C. Buckwalter, Marita G. Titler, Lt. Col. Mary D. Hardy, Janet P. Specth. 2014. *Asuhan Keperawatan Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Mannan, H., Wahiduddin., dan Rismayanti. 2013. Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkala Kabupaten Jenepono Tahun 2012
- Margowati, Sri., Sigit, Priyanto., Mita, Wiharyani. 2016. Efektivitas Penggunaan Rebusan Daun Alpukat Dengan Rebusan Daun Salam Dalam Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. *Universty Research Coloquium*. 234-248. 2016
- NANDA. 2018. *Diagnosis Keperawatan Definisi dan Klasifikasi 2018-2021*. Jakarta: EGC
- Novitaningtyas, T. 2014. *Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makam Haji Kecamatan Kartosuro Kabupaten Sukoharjo*. Thesis. <http://eprints.ums.ac.id/29084/>. Diakses pada tanggal 16 April 2018
- Nuraini, B. 2015. *Risk Factors Of Hypertension*. *J MAJORITY*. 08 (02)
- Rohimah, Siti., Eli Kurniasih. 2015. Pengaruh Kompres Hangat Pada Pasien Hipertensi Esensial Di Wilayah Kerja Puskes Kahurpian Kota Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*. 13 (1): 213-227 Februari 2015
- Sahrantika, D. 2017. *Latar Belakang Hipertensi*. <http://eprints.ums.ac.id>
- Setyawan. Dody & Muslim, Argo BK. 2014. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Tugurejo Semarang.
- Stanley, Mickey., Patria, GB. 2006. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Ed 2*. Jakarta: EGC
- Suoth, M. Bidjuni, H. Malara, RT. 2014. *Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kolongan Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara*. S1, Universitas Sam Ratulangi Manado, Sulawesi Utara
- Syiddatul. 2017. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Karang Wredha Rambutan Desa Burneh Bangkalan. *Jurnal Keperawatan*. 5 (1) 1-7. April 2017
- Trisnayati. 2010. *Implementasi Sains Teknologi Masyarakat Dan Lingkungan Berbasis Masalah Dalam Pembelajaran Fisik Untuk Meningkatkan Kualitas Pembuatan Jurnal Pendidikan Kerta Mandala*, 3.(3). 61-72.



Wahyudi, Andri Setiya & Wahid. Abd. 2016. *Buku Ajar Keperawatan Dasar*. Jakarta: Mitra Wacana Media.

Wilkinson, Judith, M dan Ahern, Nancy R. 2011. *Buku Saku Diagnosis. NIC NOC*. Jakarta: EGC.

Zaenurrohmah, D.H & Riris D.R. 2017. Hubungan Pengetahuan Dan Riwayat Hipertensi Dengan Tindakan Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia. <https://e-journal.unair.ac.id>. Diakses pada tanggal 31 Agustus 2017.