

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan disajikan hasil penelitian meliputi data umum yaitu : usia, jenis kelamin, keturunan, dan tekanan darah tinggi. Dan data khusus berupa hasil observasi Efektifitas Kompres Hangat Dan Dingin Pada Perubahan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto.

1.1 Hasil Penelitian

1.1.1 Data Umum

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Responden Kelompok Kompres Hangat Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto Bulan Februari 2020.

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Laki-laki	20	50,0
2	Perempuan	20	50,0
Total		40	100,0

Sumber data primer, Februari 2020

Berdasarkan tabel 4.1 Jenis kelamin di peroleh data bahwa responden kelompok kompres hangat laki-laki dan perempuan jumlahnya seimbang yaitu, responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 20 responden (50,0%) dan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 responden (50,0%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Responden Kelompok Kompres Dingin Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto Bulan Februari 2020.

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Laki-laki	15	37,5
2	Perempuan	25	62,5
Total		40	100,0

Sumber data primer, Februari 2020

Berdasarkan tabel 4.2 Jenis kelamin di peroleh data bahwa sebagian besar responden kelompok kompres dingin berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 responden (62,5%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Kelompok Kompres Hangat Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto Bulan Februari 2020.

No	Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	30 - 40 tahun	9	22,5
2	41 - 50 tahun	11	27,5
3	51 - 60 tahun	20	50,0
Total		40	100,0

Sumber data primer, Februari 2020

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan sebagian besar responden kelompok kompres hangat berusia 51-60 tahun sebanyak 20 responden (50,0%).

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia kelompok Kompres Dingin Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto Bulan Februari 2020.

No	Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	30 - 40 tahun	8	20,0
2	41 - 50 tahun	14	35,0
3	51 - 60 tahun	18	45,0

Total	40	100,0
--------------	-----------	--------------

Sumber data primer, Februari 2020

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan sebagian besar responden kelompok kompres dingin berusia 51-60 tahun sebanyak 18 responden (45,0%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Kelompok Kompres Hangat Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto Bulan Februari 2020.

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	IRT	15	37,5
2	Wiraswasta	12	30,0
3	Petani	10	25,0
4	Swasta	3	7,5
Total		40	100,0

Sumber data primer, Februari 2020

Berdasarkan table 4.5 menunjukkan sebagian besar responden kelompok kompres hangat menjadi IRT sebanyak 15 responden (37,5%).

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Kelompok Kompres Dingin Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto Bulan Februari 2020.

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	IRT	14	35,0
2	Wiraswasta	12	30,0
3	Petani	9	22,5
4	Swasta	5	12,5
Total		40	100,0

Sumber data primer, Februari 2020

Berdasarkan table 4.6 menunjukkan sebagian besar responden kelompok kompres dingin menjadi IRT sebanyak 14 responden (35,0%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tekanan Darah Kelompok Kompres Hangat Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto Bulan Februari 2020

No	Tekanan Darah	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	100/70-130/90	30	75
2	140/70-160/90	10	25
Total		40	100,0

Sumber data primer, Februari 2020

Berdasarkan Tabel 4.7 menunjukkan sebagian besar responden kelompok kompres hangat yang memiliki tekanan darah antara 100/70-130/90 Mmhg sebanyak 30 responden (75%).

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tekanan Darah Kelompok Kompres Dingin Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto Bulan Februari 2020

No	Tekanan Darah	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	100/70-130/90	28	70
2	140/70-160/90	12	30
Total		80	100,0

Sumber data primer, Februari 2020

Berdasarkan Tabel 4.8 menunjukkan sebagian besar responden kelompok kompres dingin yang memiliki tekanan darah antara 100/70-130/90 Mmhg sebanyak 28 responden (70%).

1.1.2 Data Khusus

1. Efektifitas Kompres Hangat Pada Perubahan Tekanan Darah Pasien

Hipertensi

Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Perubahan Tekanan Darah Pada Kelompok Kompres Hangat Diberikan Kompres Hangat Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto

No	Tekanan Darah	Kelompok Kompres Hangat					
		Hari Ke 1		Hari Ke 2		Hari Ke 3	
		F	%	F	%	F	%
1	Tetap	13	32,5	13	32,5	10	25,0
2	Turun	22	55,0	20	50,0	26	65,0
3	Meningkat	5	12,5	7	17,5	4	10,5
	Total	40	100,0	40	100,0	40	100,0

Sumber data, primer Februari 2020

Berdasarkan tabel 4.9 diketahui sebagian besar responden kelompok kompres hangat menunjukkan bahwa terdapat perubahan tekanan darah setelah diberikan kompres hangat yang memiliki tekanan darah turun sebanyak 26 responden (65,0 %).

2. Efektifitas Kompres Dingin Pada Perubahan Tekanan Darah Pasien

Hipertensi

Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Efektifitas Pada Kelompok Kompres Dingin Diberikan Kompres Dingin Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto

		Kelompok Kompres Dingin					
No	Tekanan Darah	Hari Ke 1		Hari Ke 2		Hari Ke 3	
		F	%	f	%	F	%
1	Tetap	6	15,0	8	20,0	7	17,5
2	Turun	10	25,0	10	25,0	8	20,0
3	Meningkat	24	60,0	22	55,0	25	62,5
	Total	40	100,0	40	100,0	40	100,0

Sumber data, primer Februari 2020

Berdasarkan tabel 4.10 diketahui sebagian besar responden kelompok kompres dingin menunjukkan bahwa terdapat perubahan tekanan darah setelah diberikan kompres dingin yang memiliki tekanan darah meningkat sebanyak 25 responden (62,5 %).

3. Hasil Uji *T Data Berpasangan (Paired T Test)* Kedua Kelompok

1. Tabel 4.11 Analisis Perubahan Tekanan Darah Pada Kelompok Kompres Hangat Diberikan Kompres Hangat Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto

No	Tekanan Darah	Kelompok Kompres Hangat					
		Hari Ke 1		Hari Ke 2		Hari Ke 3	
		F	%	F	%	F	%
1	Tetap	13	32,5	13	32,5	10	25,0
2	Turun	22	55,0	20	50,0	26	65,0
3	Meningkat	5	12,5	7	17,5	4	10,5
	Total	40	100,0	40	100,0	40	100,0
						<i>p value</i>	0,000

Sumber data, primer Februari 2020

Berdasarkan tabel 4.11 Hasil Uji *t data berpasangan (Paired t test)* diketahui bahwa nilai *p value* (0,000) < α (0,05), artinya H_0 ditolak, jadi terdapat perbedaan efektifitas kompres hangat pada penurunan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto.

2. Tabel 4.12 Analisis Perubahan Tekanan Darah Pada Kelompok Kompres Dingin Diberikan Kompres Dingin Di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto

No	Tekanan Darah	Kelompok Kompres Dingin					
		Hari Ke 1		Hari Ke 2		Hari Ke 3	
		F	%	F	%	F	%
1	Tetap	6	15,0	8	20,0	7	17,5
2	Turun	10	25,0	10	25,0	8	20,0
3	Meningkat	24	60,0	22	55,0	25	62,5
	Total	40	100,0	40	100,0	40	100,0
						<i>p value</i>	0,644

Sumber data, primer Februari 2020

Berdasarkan tabel 4.12 Hasil Uji *t data berpasangan (Paired t test)* diketahui bahwa nilai *p value* (0,644) > α (0,05), artinya H_0 diterima, jadi tidak terdapat perbedaan efektifitas kompres dingin pada perubahan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto.

4.3 Pembahasan

4.3.1 Mengidentifikasi Perubahan Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien

Hipertensi Setelah Diberikan Kompres Hangat

Berdasarkan tabel 4.9 diketahui sebagian besar responden kelompok kompres hangat sebelum diberikan kompres hangat belum menunjukkan perubahan tekanan darah turun sebanyak 22 responden (55,0%) dan setelah diberikan kompres hangat menunjukkan perubahan tekanan darah turun sebanyak 26 responden (65,0%).

Nyeri tengkuk yang dirasakan oleh responden, merupakan salah satu tanda dan gejala dari hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus lebih dari satu periode. Hal ini terjadi apabila artiole konstruksi membuat darah sulit mengalir dan peningkatan tekanan melawan dinding arteri, sehingga beban kerja jantung akan bertambah dan mengakibatkan kerusakan jantung dan pembuluh dan pembuluh darah. Hipertensi juga didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolic ≥ 90 mmHg (Wajan Juni, 2011).

Seorang penderita hipertensi esensial akan mengalami peningkatan tekanan darah sejalan dengan bertambahnya usia hampir setiap orang mengalami kenaikan tekanan darah tekanan sistolik terus meningkat sampai umur 80 tahun dan tekanan diastolik terus meningkat sampai umur 55-60 tahun, kemudian berkurang secara perlahan atau bahkan menurun drastis (Krummel, 2012). Seseorang dikatakan mengalami hipertensi jika kenaikan tekanan darah itu terjadi dan mengakibatkan suplai oksigen dan zat gizi terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Semakin tinggi tekanan darah, semakin besar risiko terjadinya komplikasi seperti serangan jantung, penyakit arteri coroner dan stroke. Jika selama bertahun-tahun tekanan darah terus menerus lebih tinggi dari normal seperti pada kasus hipertensi yang tidak diobati akan timbul kerusakan pada pembuluh darah dan organ-organ yang memerlukan pasokan darah, terutama jantung, otak dan ginjal (Tambayong, 2010).

Kategori dengan responden terbanyak adalah antara umur 51-60 tahun yaitu 48 responden (60,0%). Peneliti mengambil responden dengan umur diatas 30 tahun karena menurut hasil penelitian Aisyiyah (2010) dan Irza (2012) menyatakan bahwa ada hubungan antara faktor usia dengan hipertensi dan resiko hipertensi semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Riset menunjukkan bahwa pembuluh darah memang mengeras (kaku) seiring dengan bertambahnya usia seseorang. Inilah yang menyebabkan jantung memompa lebih kuat, dan akhirnya mengakibatkan munculnya hipertensi.

Mayoritas responden yang mengalami nyeri tengkuk bekerja sebagai IRT dan berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 48 responden sebanyak (60,0). Perempuan mudah merasakan nyeri dibandingkan laki-laki hal ini didukung oleh penelitian (Ociviyanti, 2012), menyatakan perempuan memiliki tingkat ambang batas nyeri dan tingkat toleransi nyeri lebih rendah dibandingkan laki-laki. Bekerja sebagai ibu rumah tangga dituntut harus mengerjakan semua urusan pekerjaan dengan jam kerja tidak terbatas. Pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dapat mempengaruhi nyeri yang dirasakan hal ini dikarenakan pekerjaan rumah tangga merupakan pekerjaan fisik tak hanya itu stress juga salah satu resiko terjadinya hipertensi sehingga terjadi peningkatan tekanan darah muncul gejala nyeri tengkuk .

Salah satunya peningkatan tekanan dinding pembuluh darah di daerah tengkuk sehingga aliran darah menjadi tidak lancar, dan hasil akhir dari penumpukan sisa metabolisme di daerah leher akibat kekurangan O₂ dan nutrisi

tertimbun dan menimbulkan peradangan pada daerah pelekatan otot dan tulang sehingga muncul gejala tengkuk terasa tegang atau nyeri (Siburian, 2014).

Penyebab nyeri kepala disebabkan karena kerusakan vaskuler akibat dari hipertensi tampak jelas pada seluruh pembuluh perifer. Perubahan struktur dalam menyempit maka aliran arteri akan terganggu. Pada jaringan yang terganggu akan terjadi penurunan oksigen dan peningkatan karbondioksida kemudian terjadi metabolisme anaerob dalam tubuh yang meningkatkan asam laktat dan menstimulasi peka nyeri kapiler otak (Price & Wilson, 2014).

Selain nyeri tengkuk yang dialami responden dipengaruhi oleh beberapa faktor sebagaimana dijelaskan (Judha S, 2014) faktor-faktor yang mempengaruhi diantaranya adalah usia, jenis kelamin, keturunan, obesitas, olahraga dan stress.

Penurunan intensitas nyeri tengkuk yang terjadi pada responden, dikarenakan pemberian kompres hangat pada leher dapat memberikan efek menurunkan spasme otot pada pembuluh darah, melancarkan sirkulasi darah dan menstimulus pembuluh darah, mengurangi rasa sakit atau nyeri pada tengkuk dan peradangan memberikan rasa nyaman dan hangat dengan dilakukannya kompres ini (Potter & Perry 2014, hlm. 631).

Salah satu tindakan nonfarmakologis untuk menghilangkan nyeri tengkuk atau mengurangi nyeri tengkuk adalah kompres hangat. Kompres hangat dapat memberikan rasa hangat pada daerah tertentu, karena panas yang dihasilkan mampu mendilatasi pembuluh darah sehingga aliran darah dan suplai oksigen akan lancar,

sehingga meredakan ketegangan otot akibat tengkuk tegang dan nyeri leher (Asmadi, 2014).

Banyak faktor yang terjadi pada pengukuran tekanan darah yang meningkat dan tetap yaitu responden tidak mengikuti SOP dengan benar, tidak memperhatikan instruksi dari peneliti, kurang rileks, banyak gerak atau berbicara dengan responden yang lainnya, dan bisa juga karena faktor yang lainnya misalnya stress, makan yang tidak terkontrol dan kebiasaan merokok bagi pasien laki-laki (Rahajeng, 2011).

Berdasarkan data diatas menunjukkan bahwa yang mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 26 responden (65,0 %). Kompres hangat dapat menurunkan nyeri tengkuk dimana panas yang dihasilkan dapat mendilatasi pembuluh darah dan melenturkan otot-otot, kompres hangat juga mampu memberikan rasa hangat sehingga badan terasa rileks. Hal ini dibuktikan dengan respon dari responden penelitian mengatakan bahwa mereka merasa rileks ketika diberikan kompres hangat.

Berdasarkan hasil observasi dan penelitian, responden yang telah diberikan kompres hangat mengatakan bahwa nyeri dibagian tengkuk yang mereka rasakan sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan ada perbedaan, dimana setelah diberikan perlakuan nyeri tengkuk yang dirasakan sudah menurun. Hal ini dibuktikan oleh peneliti sendiri bahwa saat diberi perlakuan dengan di kompres responden yang kooperatif mendapat hasil yang signifikan yaitu merasa nyaman, tenang, rileks, tekanan darah menurun dan merasa nyeri pada area tengkuk berkurang sebab kompres hangat memberikan rasa hangat pada daerah tertentu,

karena panas yang dihasilkan mampu memperlancar aliran darah sehingga meredakan rasa sakit pada area tengkuk yang nyeri.

4.3.2 Mengidentifikasi perubahan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi sesudah diberikan kompres dingin

Berdasarkan tabel 4.10 diketahui sebagian besar responden kelompok kompres dingin sebelum diberikan kompres dingin belum menunjukkan perubahan tekanan darah meningkat sebanyak 24 responden (60,0%) dan setelah diberikan kompres dingin menunjukkan perubahan tekanan darah meningkat sebanyak 25 responden (62,5 %).

Menurut (Prasetyo, 2012, hlm. 33) terdapat factor-faktor yang dapat mempengaruhi nyeri pada tengkuk seperti usia, jenis kelamin dan pekerjaan. Usia merupakan variabel penting dalam mempengaruhi nyeri. Perbedaan tahap perkembangan diantara kelompok umur tersebut mempengaruhi respon terhadap nyeri. Hal ini menunjukkan bahwa usia dapat mempengaruhi seseorang terhadap nyeri yang dialaminya (Potter & Perry, 2012, hlm. 224).

Perbedaan perempuan dan laki-laki dalam merespon rasa nyeri tengkuk adalah perempuan lebih menyadari masalah kesehatan yang ia alami dan cenderung menerima bantuan, sedangkan laki-laki enggan mengungkapkan rasa nyeri yang dialami (Hawthron & Redmond, 2011, hlm. 164).

Sebagai IRT dituntut untuk melakukan pekerjaan sehari-hari yang dilakukan adalah pekerjaan fisik dengan jam kerja yang tidak terbatas sehingga ibu rumah tangga mudah mengalami stress. Stress menjadi salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi yang mana ketika seseorang mengalami stress tekanan darah menjadi meningkat sehingga muncul gejala tengkuk terasa tegang atau nyeri dibagian leher (Gunawan, 2012).

Nyeri tengkuk merupakan salah satu manifestasi klinis yang sering ditemukan pada pasien hipertensi. Intensitas nyeri pada tengkuk adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri yang digambarkan oleh individu. Pengukuran intensitas nyeri sangat subjektif dan individual. Kemungkinan nyeri pada tengkuk dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda (Tansur, 2011).

Penatalaksanaan nyeri tengkuk meliputi intervensi secara farmakologis dan nonfarmakologis. Secara farmakologis melibatkan penggunaan obat sedangkan nonfarmakologis meliputi stimulasi kuantitas berupa kompres dingin. Kompres dingin merupakan metode yang menggunakan cairan dan ice bag kompres yang dapat menimbulkan sensasi dingin pada bagian tubuh yang mengalami nyeri. Nyeri tengkuk merupakan sensasi ketidaknyamanan yang bersifat individual. (Asmadi, 2012, hlm. 159).

Pemberian kompres dingin diberikan didaerah yang terasa nyeri dibagian tengkuk ini efek terapeutik pemberian kompres dingin adalah untuk menurunkan aliran darah ke daerah tubuh yang mengalami nyeri, cedera, mencegah terbentuknya edema, mengurangi inflamasi, anastesi lokal untuk mengurangi nyeri lokal,

metabolisme sel menurun untuk mengurangi kebutuhan oksigen pada jaringan dan viskositas darah meningkat untuk meningkatkan koagulasi darah pada tempat yang sakit. Pemberian kompres dingin pada penurunan nyeri tengkuk memberikan rasa nyaman, menormalkan sirkulasi darah, mengatasi nyeri dan bisa menghilangkan rasa sakit pada daerah yang sakit (Kozier, 2012).

Kompres hangat bersifat vasodilatasi yang meredakan nyeri tengkuk dengan cara merelaksasikan otot. Sedangkan kompres dingin bersifat vasokonstriksi yang meredakan nyeri dengan membuat area menjadi mati rasa, memperlambat aliran implus nyeri dan meningkatkan ambang nyeri seseorang.

Kompres dingin bekerja dengan menstimulus permukaan kulit untuk mengontrol nyeri. Terapi dingin yang diberikan akan mempengaruhi implus yang dibawa oleh serabut taktil A-Beta untuk lebih mendominasi sehingga “gerbang” akan menutup dan implus nyeri tengkuk akan terhalangi. Nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang untuk sementara waktu (Prasetyo, 2012).

Kompres dingin akan menimbulkan efek analgetik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga implus nyeri yang mencapai otak lebih sedikit. Mekanisme lain yang mungkin bekerja bahwa persepsi dingin menjadi dominan dan mengurangi persepsi (Price & Wilson, 2012).

Sensasi dingin diberikan pada sekitar area yang terasa nyeri atau dibagian tengkuk, pada sisi tubuh yang berlawanan yang berhubungan dengan lokasi nyeri, atau pada area yang berlokasi di antara otak dan area nyeri. Setiap responden akan

memiliki respon yang berbeda-beda terhadap area yang diberikan terapi. Terapi yang diberikan dekat dengan area yang terasa nyeri cenderung bekerja lebih baik (Potter& Perry, 2016).

Banyak faktor yang terjadi pada pengukuran tekanan darah yang turun dan tetap yaitu responden tidak mengikuti SOP dengan benar, tidak memperhatikan instruksi dari peneliti, kurang rileks, banyak gerak atau berbicara dengan responden yang lainnya.

Berdasarkan dari data diatas setelah diberikan kompres dingin yang memiliki tekanan darah meningkat sebanyak 25 responden (62,5 %). Hal ini dibuktikan oleh peneliti sendiri setelah responden diberikan kompres dingin pada tengkuk selama 10-15 menit responden mengalami penurunan rasa nyeri tengkuk secara lambat, sehingga kurang efektif untuk diberikan kompres dingin pada penelitian ini, kompres dingin membuat tekanan darah semakin meningkat drastis karena kecepatan hantaran saraf ke area yang nyeri sangat sedikit dan memerlukan waktu yang lumayan lama untuk bisa menghasilkan tekanan darah yang normal, jadi untuk penelitian ini kurang efektif jika diberi kompres dingin.

4.3.3. Menganalisa perubahan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi sesudah diberikan kompres hangat dan dingin

Berdasarkan Uji *t data berpasangan (Paired t test)* didapatkan hasil pada kelompok eksperimen $p \text{ value} = 0,000$ maka $p \text{ value} < \alpha (0,05)$ nilai *coefficient correlation* 0.552 yang artinya H_0 ditolak sehingga ada perbedaan efektifitas kompres hangat pada penurunan tekanan darah pasien hipertensi. Sedangkan pada kelompok kontrol, hasil Uji *t data berpasangan (Paired t test)* didapatkan $p \text{ value} = 0,644$ maka $p \text{ value} > \alpha (0,05)$ nilai *coefficient correlation* 0.075 yang artinya H_0 diterima artinya tidak adanya perbedaan efektifitas kompres dingin pada penurunan tekanan pasien hipertensi.

Responden diberikan perlakuan dengan di cek tekanan darahnya setelah itu di kompres hangat dan dingin pada bagian tengkuk dengan alat yaitu ice bag kompres selama 10-15 menit dan setelah dilakukan kompres responden di cek ulang tekanan darahnya untuk melihat perubahan, dilakukan secara berulang kurang lebih 3x kompres dengan selang 1 hari berbeda waktu dan di cek tekanan darah lagi untuk melihat efektifitas kompres yang diberikan sebelumnya. Peneliti juga memberikan health education tentang kompres hangat dan dingin. Adanya kompres ini dirasakan manfaatnya oleh responden, saat di lakukan evaluasi 75 % responden mengatakan nyeri yang dirasa dibagian tengkuk merasa lebih rileks.

Seperti yang sudah dijelaskan pada tabel pembahasan bahwa ada efektifitas kompres hangat terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi. Kompres hangat lebih efektif dari pada kompres dingin hal ini dibuktikan bahwa kompres hangat menyebabkan vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah), meningkatkan relaksasi otot

dan memperlancar sirkulasi sehingga suplai oksigen menjadi lebih baik sehingga nyeri tengkuk berkurang.