

Abstrak

PENGARUH TERAPI HANGAT DENGAN *NECKBLISS* TERHADAP SKOR NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

Latar Belakang : Nyeri kepala merupakan gejala khas hipertensi akibat vasokonstriksi pembuluh darah. Penatalaksanaan nyeri kepala dengan terapi hangat terbukti efektif, tetapi alat yang digunakan saat ini kurang ergonomis dan efisien, sehingga diperlukan inovasi berupa teknologi.

Tujuan: Mengetahui bagaimanakah pengaruh terapi hangat dengan alat *neckbliss* terhadap penurunan skor nyeri kepala pada penderita hipertensi

Metode: Design penelitian tahap I *research & development* (R&D), tahap II *quasy experiment*. Besar sampel 48 responden, terbagi 24 kelompok intervensi dan 24 kelompok kontrol dengan teknik *simple random sampling*. Kelompok intervensi menggunakan alat *neckbliss*, kelompok kontrol menggunakan terapi yang biasa digunakan responden. Pengukuran skor nyeri kepala dilakukan selama 3 hari berturut-turut menggunakan skala *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah terapi. Instrumen penelitian menggunakan alat *neckbliss*, *USE questionnaire*, kuesioner ahli. Analisis untuk mengetahui perbedaan antar kelompok menggunakan uji *independent t test* dan uji pengaruh menggunakan uji *repeated measures anova*.

Hasil: Hasil menunjukkan terjadi penurunan skor nyeri kepala pada penderita hipertensi perbedaan pada kelompok intervensi dan kontrol, perbedaan skor nyeri terjadi pada perlakuan dihari ke-2 dan ke-3 dengan ($p > 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh penggunaan alat *Necbliss* terhadap penurunan skor nyeri kepala pada penderita hipertensi dengan ($p < 0,05$), pengaruh dirasakan dari hari ke-1 sampai ke-3 perbedaan kecepatan penurunan rata-rata skor nyeri pada kelompok intervensi lebih cepat dari pada kelompok kontrol

Kesimpulan: Penggunaan alat *Neckblis* efektif menurunkan skor nyeri kepala pada penderita hipertensi, lebih unggul dibandingkan metode secara manual, dengan kenyamanan, efisiensi dan ergonomis

Kata Kunci: *Neckbliss*, Terapi hangat, nyeri kepala, hipertensi, non-farmakologi.

¹Mahasiswa Program Studi Magister Jurusan Keperawatan
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

²Departemen Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas
Jenderal Soedirman

Abstract

THE EFFECT OF WARM THERAPY USING *NECKBLISS* ON HEADACHE SCORES IN HYPERTENSIVE PATIENTS

Background: Headaches are a common symptom of hypertension, resulting from the vasoconstriction of blood vessels. While heat therapy has been shown to effectively manage headaches, existing devices are often not ergonomic or efficient, highlighting the need for technological innovation.

Objective: To determine the effect of heat therapy using the neckbliss device on reducing headache scores in hypertensive patients.

Methods: The study design included two stages: Stage I involved research and development (R&D), and Stage II employed a quasi-experimental design. The sample size comprised 48 respondents, divided into 24 intervention group participants and 24 control group participants, selected through simple random sampling. The intervention group used the neckbliss device, while the control group used the therapy commonly practiced by the respondents. Headache scores were measured over three consecutive days using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after therapy. Research instruments included the neckbliss device, a USE questionnaire, and expert questionnaires. Data analysis utilized independent t-tests to compare group differences and repeated measures ANOVA to assess treatment effects.

Results: The findings indicated a reduction in headache scores among hypertensive patients, with differences observed between the intervention and control groups. Significant score differences were noted on the second and third days of therapy ($p > 0.05$). The study demonstrated a significant effect of using the neckbliss device in reducing headache scores in hypertensive patients ($p < 0.05$). The intervention group experienced a faster rate of reduction in headache scores compared to the control group, with improvements observed from the first to the third day.

Conclusion: The neckbliss device effectively reduces headache scores in hypertensive patients, offering superior comfort, efficiency, and ergonomics compared to manual methods.

Keywords: Neckbliss, warm therapy, headache, hypertension, non-pharmacological

¹Student of the Master's Study Program, Nursing Department Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University

²Department of the Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University