

EFEKTIVITAS THERAPY HAIR CRACKING TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI KEPALA PADA PASIEN DEWASA

Muhammad Amrullah, Baiq Fitrihan Rukmana, Hamdan Hariawan
Poltekkes Kemenkes Maluku
Universitas Qamarul Huda Badaruddin

Nyeri kepala adalah nyeri yang dirasakan di bagian kepala atau disebut juga cephalgia. Ada beberapa teknik pengobatan yang bisa digunakan untuk mengobati nyeri kepala disamping dengan cara konvensional menggunakan obat analgetik terdapat juga cara tradisional yang berkembang di masyarakat awam saat ini, yaitu dengan menggunakan teknik hair cracking. Hair cracking atau scalp popping adalah teknik menarik dan memutar bagian rambut dengan kencang hingga terdengar bunyi "pop" yang bertujuan untuk mengatasi sakit kepala. Secara ilmiah teknik ini masih belum diketahui secara pasti efek yang dapat ditimbulkannya, akan tetapi masyarakat meyakini bahwa dengan teknik ini nyeri kepalanya bisa teratasi. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas dari therapy hair cracking terhadap penurunan skala nyeri kepala pada pasien dewasa. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif pra experimental dengan metode pre dan post therapy hair cracking. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode accidental sampling dengan jumlah sampel sebanyak 20 responden pasien dewasa dengan nyeri kepala akut. Instrumen penelitian ini menggunakan SOP hair cracking dan pengukuran skala nyeri dengan pengkajian PQRST untuk menilai derajat nyeri yang dialami oleh responden. Dalam hasil penelitian ini, derajat nyeri kepala responden sebelum diberikan therapy hair cracking sebagian besar mengalami nyeri sedang sebanyak 15 responden (75%) dan Nyeri berat sebanyak 5 responden (25%). Setelah diberikan therapy hair cracking responden mengalami penurunan derajat nyeri kepala dari nyeri sedang sebanyak 15 responden (75%) turun menjadi nyeri ringan sebanyak 10 responden (50%), sedangkan yang mengalami nyeri berat sebanyak 5 responden (25%) turun menjadi nyeri ringan sebanyak 3 responden (15%) dan nyeri sedang sebanyak 2 responden (10%). Dari hasil uji Wilcoxon terdapat pengaruh hair cracking terhadap penurunan skala nyeri kepala pada pasien dewasa dengan nilai Asymp.Sig. (2-tailed) = 0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh hair cracking terhadap penurunan skala nyeri kepala pada pasien dewasa. Hair cracking dapat memberikan perasaan tenang dan rileks pada seseorang karena dapat merangsang pengeluaran hormon endorfin yang menimbulkan efek tenang, dan nyaman. Hair cracking dapat disamakan dengan massage kepala akan tetapi dengan teknik dan metode yang berbeda, terdapat banyak pandangan ilmiah yang mengatakan bahwa hair cracking itu berbahaya dan dapat menimbulkan cedera bahkan rambut yang bisa terlepas dari kulit kepala, akan tetapi bila dilakukan dengan teknik dan SOP yang benar resiko tersebut dapat dihindari. Dibutuhkan orang yang ahli dan berpengalaman dalam melakukan therapy tersebut sehingga meminimalisir resiko terjadinya cedera. Diharapkan kepada institusi pendidikan khususnya bidang keperawatan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan referensi dan sebagai literature dalam pendidikan keperawatan. Hair cracking dapat digunakan sebagai acuan

dalam pemberian tindakan non farmakologi dalam upaya membantu mengurangi nyeri kepala akan tetapi perlu diadakannya penelitian lebih lanjut mengenai dampak negatif yang dapat ditimbulkan oleh therapy hair cracking.

Kata Kunci : Hair Cracking, Nyeri Kepala, Pasien Dewasa