

PENERAPAN PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP INTENSITAS NYERI PASIEN OSTEOARTRITIS DI PUSKESMAS

Rian Martha¹, Tuti Elyta²

Program Studi DIII Keperawatan, STIKES Pembina Palembang^{1,2}

Email: rian.martha@yahoo.com¹

tutielyta.tata@gmail.com²

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyakit *Osteoarthritis* adalah penyakit rematik akibat kerusakan tulang rawan, melibatkan kartilago, lapisan sendi, ligament dan tulang sehingga menyebabkan nyeri dan kekakuan pada sendi. **Tujuan:** Memperoleh pengalaman dan pengetahuan secara nyata serta dapat mendokumentasikan dalam pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada asuhan keperawatan *osteoarthritis*. **Metode:** Jenis penelitian deskriptif analitik dalam bentuk studi kasus asuhan keperawatan menggunakan format pengkajian, pemeriksaan fisik *head to toe*, lembar observasi tingkat nyeri *Wong Baker*, penentuan diagnosa SDKI, serta SIKI dan SLKI, pemberian kompres hangat. Sampel penelitian berjumlah 2 pasien dilaksanakan tanggal 25-27 Juli 2023 di Puskesmas Penanggoan Duren. **Hasil:** Asuhan Keperawatan Ny 'A' dan Ny 'S' dengan nyeri kronis, setelah dilakukan pemberian kompres hangat kedua pasien mengalami penurunan skala nyeri. Skala nyeri Ny 'A' sebelum dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 6 setelah dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 0. Sedangkan skala nyeri Ny 'S' sebelum dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 5 setelah dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 1. **Saran:** Tenaga kesehatan untuk mengintegrasikan terapi kompres hangat sebagai intervensi non-farmakologis menurunkan intensitas nyeri kronis pada pasien osteoarthritis diawali skrining skala nyeri objektif kepada pasien dan keluarga agar terapi dapat diterapkan secara aman dan mandiri di rumah.

Kata Kunci: *Asuhan Keperawatan Osteoarthritis, Kompres Hangat, Nyeri,*

ABSTRACT

Background: *Osteoarthritis* is a rheumatic disease caused by cartilage damage, involving cartilage, joint lining, ligaments, and bones, causing pain and stiffness in the joints. **Objective:** To gain real-world experience and knowledge and to be able to document the effectiveness of warm compresses on pain intensity in nursing care. *osteoarthritis*. **Method:** Using a case study approach using the Descriptive Analytical method using an assessment format, physical examination *head to toe*, pain level observation sheet *Wong Baker*, determining the diagnosis of SDKI, as well as SIKI and SLKI, then administering warm compresses according to the PPNI SOP. **Results:** Nursing care for Ms. 'A' and Ms. 'S' with chronic pain, after the application of warm compresses, both patients experienced a decrease in pain scale. Ms. 'A's pain scale before the application of warm compresses was 6, and after the application, it was 0. Meanwhile, Ms. 'S's pain scale before the application of warm compresses was 5, and after the application, it was 1. **Suggestion:** Healthcare professionals should integrate warm compress therapy as a non-pharmacological intervention to reduce chronic pain intensity in osteoarthritis patients, starting with objective pain scale screening for patients and families so that the therapy can be safely and independently applied at home.

Keywords : *Osteoarthritis Nursing Care, Warm Compress, Pain*

PENDAHULUAN

Osteoarthritis merupakan penyakit reumatik yang paling sering mengenai lansia, akibat gangguan metabolisme yang diikuti oleh beberapa perubahan pada sistem muskuloskeletal pada lansia, selain itu *osteoarthritis* juga merupakan penyakit degeneratif pada persendian yang melibatkan kartilago, lapisan sendi, ligamen, dan tulang sehingga dapat menyebabkan nyeri dan kekakuan pada sendi.

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017, diperkirakan penderita *Osteoarthritis* di dunia mencapai 9,6% pada laki-laki dan 18% pada perempuan. Secara global, penderita *Osteoarthritis* (OA) mencapai 303 juta jiwa pada tahun 2017. Di Asia, prevalensi *Osteoarthritis* memiliki rentang 20.5%-68%. Prevalensi *Osteoarthritis* berbeda-beda bergantung pada etnis, jenis kelamin dan usia.

Usia dan jenis kelamin adalah faktor risiko yang tidak dapat dihindari, oleh karena itu dibutuhkan pencegahan sejak dini terhadap faktor risiko lain yang dapat menyebabkan *Osteoarthritis* (Wahyuni et al., 2024). Adapun Penduduk lansia di Indonesia tahun 2019 terdapat sekitar 25,9 juta jiwa yang mengalami OA dan akan terus meningkat setiap tahunnya

(Kemenkes RI, 2023).

Berdasarkan data Puskesmas Penanggoan Duren Kecamatan Tulung Selapan Kabupaten Ogan Komering Ilir Tahun 2020, terdapat 381 orang warga dengan usia rata-rata 60 tahun keatas yang datang berobat dan yang menderita penyakit *Osteoarthritis* , yang terdiri dari 172 orang perempuan, dan 209 orang laki-laki, sedangkan pada tahun 2021 berjumlah sebanyak 379 orang, yang terdiri dari 179 orang perempuan, dan 200 orang laki-laki, lalu pada tahun 2022 berjumlah sebanyak 386 orang, yang terdiri dari 198 orang perempuan, dan 188 orang laki-laki.

Gejala utama yang paling umum dirasakan penderita *Osteoarthritis* adalah nyeri dan kekakuan pada sendi. Nyeri sendi dapat terjadi ketika aktifitas terlalu berlebihan. Kekakuan pada sendi dikarenakan tidak adanya pergerakan atau aktifitas pada persendian, umumnya timbul di pagi hari ketika baru bangun tidur atau setelah beristirahat di siang hari. Sendi juga dapat mengalami kemerahan hangat disertai dengan nyeri tekan kemudian terdapat rasa kaku, imobilitas dan deformitas. Apabila terjadinya pembentukan osteofit pada sendi tangan atau sendi kaki bisa menyebabkan pembengkakan atau deformitas sendi yang dapat membatasi ruang gerak penderita, dapat mengganggu dan mempengaruhi

pada kesejahteraan fisik. Selain itu, Osteoarthritis juga telah menyebabkan beban ekonomi yang tinggi terkait dengan pengobatan rutin serta menyebabkan menurunnya produktivitas kerja (Prahmawati et al., 2023)..

Nyeri sendi merupakan keluhan yang paling sering di jumpai pada lansia. Salah satu penanganan nyeri sendi yaitu menggunakan terapi kompres hangat , sebagai salah satu pilihan terapi non farmakologi dalam menangani nyeri sendi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Hanna (2021), memberikan perlakuan terapi kompres hangat pada lanjut usia penderita osteoarthritis terlihat terjadi penurunan intensitas skala nyeri, ini dikarenakan kompres hangat dapat melancarkan sirkulasi darah, menghilangkan rasa sakit atau nyeri, dan memberikan ketenangan serta kenyamanan. Berdasarkan dari uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pemberian kompres air hangat terhadap Intensitas Nyeri pada pasien *Osteoarthritis* di Puskesmas Penanggoan Duren Tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *deskriptif analitik* dengan menggunakan pendekatan studi kasus untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan meliputi pengkajian,

diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pada pasien *Osteoarthritis* dengan masalah Nyeri Kronis.

Populasi sampel penelitian ini adalah pasien *Osteoarthritis* yang berjumlah dua orang. Penelitian ini di lakukan di Puskesmas Penanggoan Duren, Kecamatan Tulung Selapan, Kabupaten Ogan Komering Ilir (OKI), Provinsi Sumatera Selatan, dimulai dari kegiatan penyusunan proposal, pengumpulan data, di lanjutkan dengan pengolahan hasil serta penulisan laporan penelitian dari bulan Februari s/d Juli 2023. sedangkan proses pengambilan asuhan keperawatan dari tanggal 25 s/d 27 Juli 2023.

Adapun Tahap penelitian ini di lakukan setelah mendapat persetujuan dari Puskesmas Penanggoan Duren lalu mengajukan persetujuan penelitian (*informed consent*) kepada kedua subjek dengan memperhatikan prinsip etika yang meliputi *self determination*; hak terhadap *privacy* dan *dignity*; hak terhadap *anonymity* dan *confidentiality*. Lalu di lanjutkan dengan proses asuhan keperawatan pertama melakukan pengkajian pada kedua pasien terlebih dahulu, kemudian di lanjutkan dengan penentuan diagnosis dan penyusunan rencana keperawatan yang akan dilakukan dan terakhir melakukan evaluasi

keperawatan dari tindakan yang di terapkan dengan format SOAP.

Alat atau instrumen pengumpulan data menggunakan format pengkajian dengan pendekatan pemeriksaan fisik *head to toe*, lembar observasi tingkat nyeri menggunakan skala peringkat Wong Baker FACES Pain Rating Scale (skala wajah mencatumkan skala angka dalam setiap ekpresi nyeri sehingga intensitas nyeri dapat didokumentasi oleh perawat) dengan penentuan diagnosa dengan SDKI, serta format penentuan rencana SIKI dan SLKI, untuk pemberian kompres hangat disesuaikan dengan SOP PPNI.

Metode pengumpulan data studi kasus ini menggunakan teknik wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dengan pendekatan IPPA (Inspeksi, palpasi,

perkusi, auskultasi) lalu studi dokumentasi (hasil dari pemeriksaan diagnostik).

Analisa data yang digunakan dalam studi kasus ini adalah analisis deskriptif yang disajikan secara tekstual/narasi. Analisa data dilakukan sejak peneliti dilapangan, mengumpulkan data lalu mengemukakan fakta, selanjutnya membandingkan dengan teori yang ada dilanjutkan opini pembahasan. Teknik analisis yang digunakan dengan cara menarasikan jawaban dari penulisan yang diperoleh dari hasil interpretasi wawancara mendalam yang dilakukan untuk menjawab rumusan masalah penulisan. Teknik analisis digunakan dengan cara observasi oleh penulis dan studi dokumentasi untuk memberikan rekomendasi dalam intervensi tersebut.

Tabel 1.
SOP Intervensi Kompres Hangat

Pengertian	Melakukan stimulasi kulit dan jaringan untuk mengurangi nyeri, meningkatkan kenyamanan dan mendapatkan efek terapeutik lainnya melalui paparan hangat/panas (Tim Pokja Pedoman SPO PPNI, 2021).
Tujuan	Mengurangi kaku (kejang) otot bila dilakukan selama 30 menit atau hingga kompres hangat mengering, membuka pori kulit mengeluarkan keringat, memberikan kenyamanan (relaksasi), dapat memperbaiki jaringan yang rusak pada lokasi yang diberikan terapi kompres hangat (Fazalina, A &Widyastuti, D, 2021)
Prosedur :	Jam detik
Persiapan alat	Buku, alat tulis, informed consent
Preinteraksi Tahap	Cek catatan keperawatan dan catatan medis, cuci tangan, persiapan alat
Orientasi	Cuci tangan, salam dan memperkenalkan diri
	Identifikasi pasien, Sampaikan maksud dan tujuan

	Jelaskan langkah prosedur, dan kontrak waktu Tanyakan kesiapan dan jaga privasi pasien.
Tahap kerja	• Identifikasi pasien, Jelaskan tujuan dan langkah prosedur • Persiapan alat, periksa suhu kompres, • Cuci tangan, pasang sarung tangan bersih • Pilih lokasi kompres, hindari area terpapar radiasi • Rapiakan pasien dan alat, Lepaskan sarung tangan • Cuci tangan, dokumentasi.
Terminasi	Berikan reinforcement positif, kontrak waktu selanjutnya
Dokumentasi	Bereskan alat, Cuci tangan

HASIL PENELITIAN

Pengkajian

Pengkajian Ny.A umur 65 tahun, mengeluh nyeri pergelangan kaki seperti di tusuk dan di tekan, terasa pegal-pegal. Pasien tidak memiliki riwayat penyakit terdahulu dan riwayat penyakit keturunan lainnya. Pengkajian Ny.S umur 57 tahun, mengeluh nyeri pergelangan kaki, tampak kemerahan serta edema pada bagian kaki yang nyeri. Pasien mengalami Osteoarthritis sudah 4 tahun. Pasien memiliki riwayat penyakit gastritis dan tidak memiliki riwayat penyakit keturunan.

Diagnosis Keperawatan

Diagnosis Keperawatan Ny.A maupun Ny.S yaitu Nyeri kronis b.d kondisi muskuloskeletal kronis.

Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan pada Ny.A dan Ny.S yaitu pemberian terapi non

farmakologi dengan memberikan kompres hangat untuk mengurangi intensitas nyeri. Prosedur melakukan pemberian kompres hangat dengan cara mengompres pada bagian pergelangan kaki yang nyeri.

Implementasi Keperawatan

Sebelum melakukan tindakan terapi pada Ny.A dan Ny.S, perlu penjelasan lebih dulu kepada klien terkait tindakan terapi yang akan diberikan dan dilakukan serta alasan mengapa tindakan ini dilakukan, setelah mengidentifikasi pasien minimal dengan 2 identitas, menjelaskan tujuan dan langkah prosedur, menyiapkan alat dan bahan, memilih kompres yang nyaman, memeriksa suhu kompres, memilih lokasi kompres dan mengompres area nyeri dilakukan selama 30 menit.

Evaluasi Keperawatan

Evaluasi yang didapat kedua pasien mengatakan nyeri sudah berkurang.

Tabel 2
Hasil Ukur Intensitas Nyeri Pasien 1 dan Pasien 2

Waktu	Skala Nyeri	Pasien 1	Skala Nyeri	Pasien 2
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
25- 07-2023	6	3	5	4
26- 07-2023	3	2	3	2
27- 07-2023	2	0	2	1

Berdasarkan hasil tabel diatas dimana pada Pasien 1 skala nyeri hari 1 adalah 6 dan hari ke 3 turun menjadi skala nyeri 0, sedangkan pada pasien 2 skala nyeri 5 dihari 1 dan menurun di hari 3 skala nyeri menjadi 1.

PEMBAHASAN

Setelah memberikan Asuhan Keperawatan pada pasien *Osteoarthritis* pada Ny.A dan Ny.S yang dilakukan mulai dari 25 - 27 Juli 2023. Proses keperawatan mulai dari pengkajian, menegakkan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi. Pengkajian yang di peroleh dari pasien didapatkan keluhan kedua pasien dengan nyeri pergelangan kaki seperti di tusuk dan di tekan terasa pegal-pegal, dan adanya kemerahan serta edema pada bagian kaki yang nyeri. Setelah dilakukan intervensi pemberian kompres hangat pada kedua pasien selama 3 hari, kedua pasien mengalami penurunan skala nyeri. Skala nyeri Ny.A sebelum dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 6 setelah 3 hari

dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 0. Sedangkan skala nyeri Ny.S sebelum dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 5 setelah dilakukan Pemberian Kompres hangat skala nyeri 1.

Nyeri adalah mekanisme protektif untuk menimbulkan kesadaran terhadap kenyataan bahwa sedang atau akan terjadi kerusakan jaringan. Dengan tindakan kompres hangat, yang merupakan penanganan Non-Farmakologi bertujuan untuk mengurangi nyeri pada pasien osteoarthritis. Pemberian kompres hangat pada daerah tubuh akan memberikan sinyal ke hipotalamus melalui susmsum tulang belakang. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di *hypothalamus* dirangsang, sistem efektor mengeluarkan sinyal yang memulai berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah diatur oleh pusat vasomotor pada medulla oblongata dari tangkai otak, Dibawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fazalina,A &Widyastuti, D (2021) dimana kompres hangat yang dilakukan selama 30 menit atau hingga kompres hangat mengering dapat mengakibatkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga kejang pada otot berkurang karena relaksasi akibat suhu hangat yang dirasakan, serta dapat memperbaiki jaringan yang rusak pada lokasi yang diberikan terapi kompres hangat. Kompres hangat merupakan salah satu terapi modalitas dalam intervensi keperawatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan rasa nyaman pada lansia dengan nyeri sendi. Pengobatan non farmakologi sangat efektif dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri yang timbul. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Italia (2022), memberikan perlakuan terapi kompres hangat pada lanjut usia penderita osteoarthritis terlihat terjadi penurunan intensitas skala nyeri,

Adapun asumsi peneliti dimana dalam penerapan terapi kompres hangat ini sebagai salah satu pilihan terapi non farmakologi menangani nyeri sendi, kompres hangat dapat melancarkan sirkulasi darah, menghilangkan rasa sakit atau nyeri, dan memberikan ketenangan serta kenyamanan. Pemberian kompres hangat yang dilakukan secara berkala, menimbulkan terjadinya respon fisiologi

tubuh yaitu meningkatkan aliran darah, relaksasi otot, mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

1. Pengkajian

Pengkajian Ny.A mengeluh nyeri pergelangan kaki seperti di tusuk dan di tekan terasa pegal-pegal. Pasien tidak memiliki riwayat penyakit terdahulu dan riwayat penyakit keturunan lainnya. Sedangkan Ny.S, didapatkan keluhan nyeri pergelangan kaki dan pegal-pegal ada kemerahan serta edema pada bagian kaki yang nyeri. Pasien memiliki riwayat penyakit gastritis dan tidak memiliki riwayat penyakit keturunan

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa utama Ny 'A' dan Ny. 'S' Nyeri kronis b.d kondisi musculoskeletal kronis.

3. Intervensi Keperawatan

Pemberian terapi non farmakologi kompres air hangat.

4. Implementasi Keperawatan

Memberikan kompres air hangat untuk mengurangi intensitas nyeri selama 30 menit yang dilakukan secara berkala dalam 3 hari.

5. Evaluasi keperawatan

Dilakukan pemberian kompres hangat pada pasien *Osteoarthritis* selama 3 hari, kedua pasien mengalami penurunan skala nyeri. Skala nyeri Ny 'A' sebelum dilakukan Pemberian Kompres hangat skala nyeri 6 setelah dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 0. Sedangkan skala nyeri Ny 'S' sebelum dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 5 setelah dilakukan pemberian kompres hangat skala nyeri 1. Intervensi berhasil.

SARAN

Tenaga kesehatan di Puskesmas untuk mengintegrasikan terapi kompres hangat sebagai intervensi non-farmakologis standar menurunkan intensitas nyeri kronis pada pasien osteoarthritis diawali dengan skrining skala nyeri objektif serta edukasi terstruktur kepada pasien dan keluarga agar terapi ini dapat diterapkan secara aman dan mandiri di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Fazalina, A. A., & Widyastuti, D. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Herbal Bawang Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Pada Lansia: *Literature Review*. *Borneo Student Research (BSR)*, 3(1), 95-100.
- Hannan, M., E. S.-W. M. J., (2021). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Osteoarthritis Pada Lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Pandian Sumenep. *Ejournalwiraraja.Com*.<https://Ejournalwiraraja.Com/Index.php/Fik/Article/View/689>
- Italia, E. T. N. (2022). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Osteoarthritis Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 12(23). <https://doi.org/10.52047/jkp.v12i23.132>
- Kemenkes RI. (2023). Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Nopriani Y, dkk (2024). *Pengaruh Kompres Hangat Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Sendi Lutut Pada Lansia Yang Mengalami Osteoarthritis Di Puskesmas Kutaraya*. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan* <https://e-jurnal.stikesmitraadiguna.ac.id/index.php/jkp/article/view/304>
-

Prahmawati, P., Gunawan, & Iriarnto, G. (2023). Hubungan Indeks Masa Tubuh Dengan Derajat Kerusakan Sendi Pasien Osteoarthritis di Poli Klinik RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Scientific Journal of Nursing and Health*, 1(1), 1–10

Tim Pokja, S., & DPP, P. (2021). *Pedoman Standar SPO Keperawatan PPNI: Jakarta: DPP PPNI.*

Wahyuni, A., Safei, I., Hidayati, P. H., & Buraena, S. (2024). Karakteristik Osteoarthritis Genu pada Lansia yang Mendapatkan Rehabilitasi Medik di RSUD Hajjah Andi Depu. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 04 (01).

WHO. (2017). Osteoarthritis. *World Health Organization*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/osteoarthritis>