



Case Study

Evidence Based Practice Osteoarthritis Melalui Penerapan Terapi Kompres Hangat terhadap Penurunan Intensitas Nyeri

Miranti Nadini Kampong¹, Michelle Jessica Kairupan², Verra Karame³

^{1,2,3}Program Studi Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Pembangunan Indonesia, Manado, Indonesia

Email: [1mirakampong@gmail.com](mailto:mirakampong@gmail.com), [2michellekairupan30@gmail.com](mailto:michellekairupan30@gmail.com)

Abstract

A warm compress is a compress performed using a heated flask wrapped in cloth, which is conducted through conduction, where heat is transferred from the flask to the body, causing blood vessel dilation and reducing muscle tension, thus reducing or eliminating pain. The purpose of this research is to implement Gerontic Nursing Care for Mrs. M with Osteoarthritis Through the Application of Warm Compress Therapy to Reduce Pain Intensity at the Damai Ranomuut Nursing Home. This research, using evidence-based nursing, demonstrated the effectiveness of warm compresses in reducing gouty arthritis pain in Mrs. M for 3 days. The evaluation results showed that warm compresses were effective in reducing osteoarthritis pain in Mrs. M. There was a decrease in osteoarthritis pain in Mrs. M after the warm compresses were given. Hopefully, the results of this research will increase knowledge and the ability to provide nursing care to clients with osteoarthritis pain problems and be able to implement nursing interventions based on the Evidence-Based Practice approach.

Keywords: Pain, Osteoarthritis, Warm Compress Therapy

Abstrak

Kompres hangat adalah pengompresan yang dilakukan dengan menggunakan buli-buli panas yang dibungkus kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan akan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang. Tujuan dari karya ilmiah ini adalah terlaksananya Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny.M Dengan Osteoarthritis Melalui Penerapan Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Di Panti Werda Damai Ranomuut. Penelitian dengan penerapan *evidence based nursing* pemberian kompres air hangat dengan penurunan nyeri gouth artritis pada Ny. M yang dilakukan selama 3 hari, hasil evaluasi didapatkan bahwa pemberian kompres hangat efektif dalam menurunkan nyeri Osteoarthritis pada Ny. M. Terdapat penurunan nyeri osteoarthritis pada Ny. M setelah diberikan kompres hangat. Kiranya hasil riset ini dapat menambah pengetahuan serta mampu melakukan asuhan keperawatan kepada klien dengan masalah nyeri osteoarthritis serta mampu menerapkan intervensi keperawatan berdasarkan pendekatan *Evidence Based Practice*

Kata Kunci: Nyeri, Osteoarthritis, Terapi Kompres Hangat

Penulis Korespondensi:

Miranti Nadini Kampong | mirakampong@gmail.com

PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah mereka yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun. Indonesia termasuk dalam lima besar Negara dengan jumlah lansia terbanyak di dunia. Pada tahun 2018, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia menjadi 24,7 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa (Kemenkes RI, 2015). Lanjut usia pada umumnya Statistik Kesejahteraan Rakyat, 2015).

Nyeri pada pergerakan sendi (arthritis) dapat disebabkan oleh berbagai macam penyebab, salah satu yang dapat menimbulkan nyeri dan yang paling banyak dijumpai serta prevalensinya semakin meningkat karena berhubungan dengan bertambahnya usia adalah karena osteoarthritis. Osteoarthritis merupakan penyakit sendi yang paling banyak dijumpai (60%) dibandingkan dengan penyakit sendi lain seperti arthritis gout atau arthritis rheumatoid. WHO memperkirakan 40% populasi usia diatas 60 tahun menderita osteoarthritis dan 80% mengalami keterbatasan gerak (Sudoyo, 2006). Lansia mengalami nyeri karena osteoarthritis jumlahnya mencapai 50-60% pada penderita osteoarthritis.

Sendi yang terserang terutama sendi penompang tubuh, yaitu lutut, tulang belakang dan pangkal paha (panggul). Dapat terjadi pada salah satu sisi atau kedua-duanya, bisa pula beberapa sendi terserang sekaligus. Penderita yang mengalami pembengkakan sendi (merah,panas,nyeri) yang kadang kadang disertai penumpukan cairan dalam sendi. Bila ini terjadi, cairan tersebut perlu disedot atau dikeluarkan oleh dokter (Santoso,2009 dalam Hanan,Suprayitno&Yuliana 2019).

Osteoarthritis merupakan penyakit tipe paling umum dari arthritis, dan dijumpai khusus pada orang lanjut usia atau sering disebut penyakit degeneratif. Osteoarthritis merupakan penyakit persendian yang kasusnya paling umum dijumpai di dunia. Berdasarkan National Centers for Health Statistics, diperkirakan 15,8 juta (12%) orang dewasa antara usia 25-74 tahun mempunyai keluhan osteoarthritis prevalensi dan tingkat keparahan osteoarthritis berbeda-beda antara rentang dan lanjut usia. Osteoarthritis diderita oleh 151 juta jiwa diseluruh dunia dan mencapai 24 juta jiwa di kawasan Asia Tenggara. Osteoarthritis adalah penyakit kronis yang belum diketahui secara pasti penyebabnya, akan tetapi ditandai dengan kehilangan tulang rawan sendi secara bertingkat. Penyakit ini menyebabkan nyeri dan disabilitas pada penderita sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari (Nurwahidah, 2019).

Pengurangan nyeri merupakan kebutuhan dasar dan hak semua usia. Metode pengurangan nyeri dapat dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu nonfarmakologik dan farmakologik. Farmakologik merupakan teknik mengurangi nyeri menggunakan obat-obatan (Wong, 2009). Nonfarmakologi merupakan teknik mengurangi nyeri tanpa menggunakan obat-obatan meliputi relaksasi, hipnotis, guided imagery, massage, terapi musik, kompres hangat dan kompres dingin (Dochter, 2013).

Tindakan nonfarmakologis untuk penderita nyeri osteoarthritis diantaranya kompres hangat. Kompres hangat adalah pengompresan yang dilakukan dengan menggunakan buli-buli panas yang dibungkus kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan akan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang (Perry&Potter, 2005 dalam Yohana,Tanto& Yanti 2017). Efektifitas kompres hangat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang (Lemone&Burke, 2001 dalam Yohana,Tanto&Yanti 2017).

Sebuah penelitian yang diteliti oleh Mujib, Emdat, Hesti menunjukkan hasil bahwa sebagian besar skala nyeri responden sebelum diberikan terapi kompres hangat adalah

nyeri sedang yaitu sebanyak 22 responden (68,7%) dan sebagian kecil adalah nyeri ringan yaitu sebanyak 3 responden (9,4%). Skala nyeri sesudah diberikan terapi kompres hangat adalah nyeri ringan yaitu sebanyak 18 responden (56,3%) dan sebagian kecil adalah nyeri berat terkontrol yaitu sebanyak 1 responden (3,1%). Hasil uji statistik data dengan menggunakan Paired Simple T-Test di dapatkan p-value 0,00, atau $0,00 < (\alpha) 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia di posyandu lansia puskesmas pandian Sumenep (Mujib, Emdat, Hesti 2019).

DESKRIPSI KASUS

Ny. M 82 tahun pendidikan terakhir Sarjana, keluhan utama klien mengatakan nyeri pada sendi. Klien mengatakan biasanya mengeluh nyeri pada saat bergerak dan merasa kaku pada persendian Pada saat dilakukan pengkajian klien masih merasa nyeri dibagian sendi, klien tampak meringis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian Terapi Kompres Hangat Dengan Penurunan Nyeri Osteoarthritis Pada Ny. M Di Panti Werda Damai Ranomuut Manado. Penulis melakukan pengkajian pada Ny. M dari tanggal 16 desember 2024 sampai dengan 18 desember 2024, pemberian implementasi (terapi kompres hangat) berfokus pada Ny.M yang menjadi klien kelolaan.

Setelah dilakukan pengkajian pada Ny. M yang merupakan klien kelolaan didapatkan masalah keperawatan dengan standar diagnosa keperawatan (SDKI) yaitu Nyeri akut (D.0077), Gangguan mobilisasi fisik (D.0054), selanjutnya dilakukan perencanaan dengan menggunakan standar luaran keperawatan Indonesia (SLKI) sebagai tujuan dan kriteria hasil yaitu Tingkat nyeri (L.08066), Mobilisasi Fisik (L.05042,dan standar intervensi keperawatan Indonesia (SIKI) yaitu manajemen nyeri (I.08238), Dukungan Ambulasi (I.06171).

Pada saat implementasi peneliti menerapkan *Evidence Based Nursing* terapi kompres hangat pada klien kelolan Ny. M. Sebelum dilakukan terapi rendam air hangat peneliti mengukur tingkat nyeri klien terlebih dahulu, pengukuran tingkat nyeri menggunakan skala numerik (0-10) selanjutnya peneliti memberikan terapi rendam kaki menggunakan air hangat kurang lebih 5-10 menit, kemudian peneliti melakukan evaluasi kembali tingkat nyeri Ny. M.

Tabel 1. Tabel Tingkat Nyeri

No	Nama	Waktu	Skala Nyeri		Keterangan
			Pre	Post	
1	Ny. M	16 Desember 2024	7 (berat)	6 (sedang)	Menurun
		17 Desember 2024	6 (sedang)	4 (ringan)	
		18 Desember 2024	4 (sedang)	2 (ringan)	

Hasil studi menunjukkan bahwa tingkat nyeri pada Ny. M pada tanggal 16 desember 2024 sebelum diberikan terapi kompres hangat tingkat nyeri berada pada kategori nyeri berat dengan skala 7, dan setelah diberikan intervensi tingkat nyeri berada pada kategori nyeri sedang dengan skala 6. Tanggal 17 desember 2024 sebelum diberikan terapi kompres hangat tingkat nyeri klien berada pada kategori nyeri sedang dengan skala 6, dan setelah diberikan intervensi tingkat nyeri berada pada kategori nyeri

ringan dengan skala 4. Selanjutnya pada tanggal 18 desember 2024 sebelum diberikan terapi kompres hangat tingkat nyeri klien berada pada kategori nyeri sedang dengan skala 4, dan setelah diberikan intervensi tingkat nyeri klien Ny. M berada pada kategori nyeri ringan dengan skala 2.

Implementasi keperawatan yang telah dilaksanakan berdasarkan intervensi yang telah disusun selama kurang lebih 3 (tiga) hari. Segala hal yang telah disusun sebagai intervensi keperawatan telah dilaksanakan dengan segala baik sehingga nyeri akibat osteoarthritis yang dialami pasien berkurang.

Osteoarthritis adalah penyakit sendi yang terjadi pada cartilage (tulang rawan) yang ditandai dengan timbulnya nyeri saat terjadi penekanan sendi yang terkena. Nyeri pada kartilago akan berakibat tulang bergesekan satu sama lain, sehingga timbul gejala kekakuan, Nyeri pembatasan Gerak pada sendi (Helmi, 2020). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi respon nyeri, yaitu usia, jenis kelamin, kebudayaan, makna nyeri, perhatian, kecemasan, kelelahan, pengalaman sebelumnya, gaya koping, dukungan keluarga dan sosial. Lebih mudahnya osteoarthritis diartikan sebagai penyakit yang menyerang sendi, otot dan jaringan tubuh.

Rousseau and Gootlieb (2004) bahwa nyeri sendi banyak terjadi dan dikeluhkan oleh wanita lanjut usia dan sering muncul ketika wanita telah mengalami menopause. Menurut Kawiyana (2009), wanita yang telah menopause dan memasuki masa usia lanjut mengalami penurunan hormon estrogen sehingga terjadi ketidakseimbangan aktivitas osteoblas dan osteoklas yang mengakibatkan penurunan massa tulang trabekula dan kortikal sehingga menyebabkan tulang menjadi tipis, berongga, kekakuan sendi, pengelupasan rawan sendi dan sehingga akan muncul nyeri pada persendian. Jika nyeri tidak ditangani maka akan meningkatkan rasa ketidaknyamanan serta dapat mengganggu aktivitas Wanita lanjut usia. Pada saat sebelum diberikan terapi kompres air hangat, wanita lansia merasakan nyeri dan kekakuan pada sendi yang nyeri terutama pada pagi hari. Teori dalam Riyanto (2011) menyebutkan bahwa terjadi penurunan aktivitas dan muncul kekakuan pada sendi saat pagi hari.

Dari hasil penelitian sebelumnya, penelitian yang dilakukan oleh Deu, dkk (2014) dengan judul “Gambaran Kejadian Nyeri Lutut Dengan Kecurigaan Osteoarthritis Lutut Pada Perawat Di Poliklinik Rawat Jalan Blu RSUP. Prof. DR. R. D. Kandou Manado” mengungkapkan osteoarthritis merupakan penyakit sendi degeneratif yang berkaitan dengan kerusakan kartilago sendi. Osteoarthritis mengenai semua persendian dari servikal, thorakal, lumbal, panggul, lutut, pergelangan kaki, tangan sampai ke jari-jari, paling sering ditemukan pada sendi lutut karena sendi-sendi ini dapat pembebanan yang lebih besar dibanding sendi-sendi yang lain. Pasien osteoarthritis biasanya mengeluh nyeri pada waktu melakukan aktivitas atau jika ada pembebanan pada sendi yang terkena. Pada derajat yang lebih berat nyeri dapat dirasakan terus menerus sehingga sangat mengganggu mobilitas pasien.

Hasil penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh Masyhurrosyidi, dkk (2014) dengan judul “Pengaruh Kompres Hangat Rebusan Jahe Terhadap Tingkat Nyeri Subakut dan Kronis pada Lanjut Usia dengan Osteoarthritis Lutut di Puskesmas Arjuna Kecamatan Klojen Malang Jawa Timur” mengungkapkan masalah fisiologis pada Lanjut usia dengan osteoarthritis adalah nyeri. Nyeri pada osteoarthritis disebabkan oleh synovial dan degradasi kartilago berkaitan dengan degradasi kolagen dan proteoglikan oleh enzim autolitik seluler. Secara makroskopis tampak iregularitas pada permukaan tulang rawan yang dilanjutkan dengan ulserasi dan penurunan kandungan glikosaminoglikan yang terdiri dari kondroitin sulfat, keratin sulfat, dan asam hialuronat. Fibrilasi atau iregularitas terjadi karena mikrofraktur pada permukaan rawan sendi yang memiliki serabut saraf C berdiameter kecil dan tidak bermielin-nocireseptor.

Nocireseptor ini mampu melepaskan substansi P lalu calcitonin gene related peptide (CGRP) menstimulasi respon nyeri dan inflamasi.

Menurut Sudoyo (2019) terdapat beberapa faktor risiko yang berhubungan dengan osteoarthritis seperti usia, jenis kelamin, suku bangsa dan genetik, kegemukan dan penyakit metabolik, cedera sendi, pekerjaan dan olah raga. Lansia yang mengalami osteoarthritis yang bekerja terlalu lama dan monoton akan merasakan nyeri. Data tersebut sesuai dengan teori tentang respons nyeri yang di kemukakan oleh (Hidayat, 2016) dalam (Prasetyo, 2010) bahwasanya kelelahan dan aktifitas serta pengalaman sebelumnya sangat mempengaruhi skala nyeri yang di alami oleh lansia.

Penurunan tingkat nyeri yang terjadi setelah diberikan terapi kompres panas sesuai dengan mekanisme Gate Control Theory oleh Melzack dan Wall (1965), yang menyatakan bahwa impuls nyeri dihantarkan saat sebuah pertahanan dibuka dan impuls dihambat saat pertahanan ditutup. Upaya menutup pertahanan tersebut terjadi saat dilakukan kompres panas yang dapat menghambat impuls nyeri yang akan disampaikan ke otak untuk dipersepsikan

Kompres hangat merupakan salah satu pengobatan non farmakologi yang dapat membantu meredakan rasa nyeri, kaku dan spasme otot. Efek fisiologis terapi panas terhadap hemodinamik mampu meningkatkan aliran darah, vasodilatasi meningkatkan penyerapan nutrisi, leukosit dan anti bodi dan meningkatkan pembuangan sisa metabolik dan sisa jaringan sehingga membantu resolusi kondisi inflamasi (Chandra, 2015). Penggunaan terapi panas pada permukaan tubuh dapat memperbaiki fleksibilitas tendon dan ligament, mengurangi spasme otot, meredakan nyeri, meningkatkan aliran darah dan metabolisme (Wachjudi, dkk. 2016). Terapi panas yang dilakukan dapat menggunakan kompres hangat. Kompres tersebut dapat memberikan efek fisiologis dengan meningkatkan relaksasi otot pergerakan sendi (Rifham, 2010). Mekanismenya dalam mengurangi nyeri tidak diketahui dengan pasti walaupun para peneliti yakin bahwa panas dapat menonaktifkan serabut saraf, melepaskan endorphin, opium yang sangat kuat yang dapat memblokir transmisi nyeri (Kozier & Erb's, 2019)

Pada praktiknya, kegiatan terapi kompres hangat merupakan serangkaian teknik terapi untuk merangsang area-area tertentu diatas lutut dengan tujuan menimbulkan respons yang bermanfaat bagi bagian tubuh yang lain. Kompres hangat dapat digunakan untuk terapi pada penderita nyeri sendi, hal ini disebabkan karena adanya stimulasi yang digunakan untuk mengurangi nyeri persendian.

Gambaran mendasar pada nyeri sendi ini adalah degenerasi tulang rawan sendi yaitu perubahan struktural selanjutnya yang terjadi di tulang bersifat sekunder (Martono & Pranaka, 2019). Pada sebagian besar kasus, penyakit ini muncul tanpa faktor predisposisi yang jelas sehingga disebut primer. Sebaliknya, nyeri sendi sekunder adalah perubahan degeneratif yang terjadi pada sendi yang sudah mengalami deformitas, atau degenerasi sendi yang terjadi dalam konteks penyakit metabolik tertentu, seperti hemokromatis atau diabetes melitus. Respon seseorang terhadap nyeri dipengaruhi oleh emosi, tingkat kesadaran, latar belakang budaya, pengalaman masa lalu tentang nyeri dan pengertian nyeri (Davey, 2015). Nyeri mengganggu kemampuan seseorang untuk beristirahat, konsentrasi dan kegiatan- kegiatan yang biasa dilakukan.

Menurut Price (1995), kompres hangat sebagai metode yang sangat efektif untuk mengurangi nyeri atau kejang otot. Panas dapat disalurkan melalui konduksi (botol air panas). Panas dapat melebarkan pembuluh darah dan dapat meningkatkan aliran darah. Secara biologi efek pemberian terapi kompres hangat pada daerah tubuh akan memberikan sinyal ke hipotalamus melalui sumsum tulang belakang. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus 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 hipotalamus bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah ke setiap jaringan, dan akan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri sendi yang dirasakan pada penderita osteoarthritis dapat berkurang bahkan menghilang. Kompres hangat juga berfungsi untuk melancarkan pembuluh darah sehingga dapat meredakan nyeri dengan mengurangi ketegangan, menurunkan kontraksi otot, meningkatkan aliran darah daerah persendian dan meningkatkan rasa nyaman. Panas dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah. Secara fisiologis respon tubuh terhadap panas yaitu pelebaran pembuluh darah, menurunkan suhu tubuh, menurunkan kekentalan darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas kapiler. Respon dari tubuh inilah yang digunakan untuk keperluan terapi pada berbagai kondisi dan keadaan yang terjadi dalam tubuh (Potter & Perry, 2005).

Kompres hangat bertujuan melebarkan pembuluh darah dan meregangkan ketegangan otot pada bagian yang terasa nyeri. Tujuan dari kompres hangat adalah pelunakan jaringan fibrosa, membuat otot tubuh lebih rileks, menurunkan rasa nyeri, dan memperlancar pasokan aliran darah dan memberikan ketenangan pada klien (Azril Kimin, 2009). Kompres hangat juga berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah, menstimulasi sirkulasi darah, dan mengurangi kekakuan. Selain itu, kompres hangat juga dapat menghilangkan sensasi rasa sakit. Menurut Hegner (2003) efek dari kompres air hangat dapat dibagi menjadi tiga, yaitu efek secara fisik, kimia dan biologis. Efek fisik dengan cara transfer panas yang diberikan melalui kompres air hangat sehingga menyebabkan zat cair, padat dan gas memuai ke segala arah. Efek kimia pemberian kompres air hangat yaitu meningkatkan metabolisme sel tubuh. Efek biologis yang dapat terjadi ketika diberikan kompres air hangat adalah peningkatan sirkulasi darah dan peningkatan tekanan kapiler. Tekanan O₂ dan CO₂ di dalam darah akan meningkat sedangkan pH darah akan mengalami penurunan. Menurut Koziar dalam Suprapti (2008) mengungkapkan bahwa panas mempunyai efek yang berbeda dalam tubuh, efek tersebut juga tergantung dari lamanya pemberian panas. Pemberian panas 15 – 30 menit memiliki efek vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan aliran darah. Peningkatan aliran darah akan menurunkan viskositas darah dan metabolisme lokal karena aliran darah membawa oksigen ke jaringan.

Dalam proses penuaan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mellynda, dkk (2014) dengan judul “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado”, didapatkan hasil uji statistik ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado. Nyeri gout arthritis pada responden sebelum diberikan kompres hangat yaitu didapatkan sebagian besar responden berada pada tingkat nyeri berat. Nyeri gout arthritis pada responden sesudah diberikan kompres hangat yaitu didapatkan sebagian besar responden berada pada Tingkat nyeri ringan. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Sinaga, dkk (2015) dengan judul “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia (60-74 Tahun)” dengan selisih nilai rata rata nyeri sendi lansia setelah perlakuan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Hasil uji menunjukkan selisih mean pada kelompok intervensi lebih tinggi yaitu sebesar 2,200 dibanding dengan kelompok kontrol dengan selisish mean 0,466 yang artinya penurunan skal nyeri sendi lansia pada kelompok intervensi jauh lebih tinggi dibanding kelompok kontrol. Hasil uji menunjukkan saat pengukuran kedua ada perbedaan skala nyeri dalam kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Hal ini

menunjukkan terdapat penurunan nyeri sendi secara signifikan baik pada kelompok control maupun intervensi, tetapi pada kelompok intervensi penurunan nyeri sendi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Dari hasil penelitian di Posyandu Puskesmas Pandian Sumenep dalam 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.

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. Berdasarkan hasil penelitian ini, responden dapat menggunakan terapi kompres hangat ini sebagai salah satu pilihan terapi non farmakologi dalam menangani nyeri sendi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Evidence Based Nursing asuhan keperawatan pada Ny. A.M dengan penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tingkat nyeri, sebelum kompres hangat dilaksanakan peneliti mengkaji tingkat nyeri responden, kemudian mengkaji tingkat nyeri klien setelah diberikan kompres hangat. Tindakan tersebut dilakukan selama kurang lebih 10 menit dan dilaksanakan selama 3 hari. Hasil studi menunjukkan bahwa tingkat nyeri pada Ny. M pada tanggal 16 desember 2024 sebelum diberikan terapi kompres hangat tingkat nyeri berada pada kategori nyeri berat dengan skala 7, dan setelah diberikan intervensi tingkat nyeri berada pada kategori nyeri sedang dengan skala 6. Tanggal 17 desember 2024 sebelum diberikan terapi kompres hangat tingkat nyeri klien berada pada kategori nyeri sedang dengan skala 6, dan setelah diberikan intervensi tingkat nyeri berada pada kategori nyeri ringan dengan skala 4. Selanjutnya pada tanggal 18 desember 2024 sebelum diberikan terapi kompres hangat tingkat nyeri klien berada pada kategori nyeri sedang dengan skala 4, dan setelah diberikan intervensi tingkat nyeri klien Ny. M berada pada kategori nyeri ringan dengan skala 2. Hasil studi kasus ini diharapkan bisa menjadi pilihan terapi nonfarmakologi yang dapat membantu klien dengan masalah osteoarthritis, karena pengobatan nonfarmakologi mempunyai banyak keuntungannya seperti dapat dilakukan dimana saja, dan tentunya biayanya relatif lebih murah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Muhith, (2016). Pendidikan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: CV Andi.
- Adhiputra, A.I. (2017)Osteoarthritis. Responsi kasus. Bali: Fakultas Kedokteran. Universitas Udayana.
- Astria, A. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Kombinasi Serai Dan Kayu Manis Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis. Poltekkes Kemenkes Bengkulu, pp.1-98
- Dochter. (2013). Nursing Intervention: Clasification (NIC) Sixth Edition. Usa: Mosby. In.
- Effendi, F. & Makhfudli. (2016). Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktek Dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- LeMone, Burke, & Bauldoff, (2016). Keperawatan Medikal Bedah, Alih bahasa. Jakarta: EGC.
- Maryam, R. Siti, dkk. (2008). Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya. Jakarta: PT. Medika.
- Nugroho W. (2008). Keperawatan Gerontik dan Geriatrik. Jakarta: EGC.

- Nurwahidah. (2019). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas pada Lansia yang Mengalami Osteoarthritis. *Nursing Arts* Vol XIV No 1. Juni 2019.
- Potter & Perry. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan* Vol 4. EGC: Jakarta
- SDKI, (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. Edisi 1.