PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA LANSIA YANG MENGALAMI OSTEOARTHRITIS

¹Nurwahidah

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Mataram
email: poltekkeskemenkesmataram@gmail.com

Artikel history

Dikirim, Februari 11th, 2019

Ditinjau, Februari 19th, 2019

Diterima, Juni 13th, 2019

ABSTRACT

Osteoarthritis is a disease of the most common type of arthritis, and is found specifically in elderly people or often called degenerative diseases. Osteoarthritis is a joint disease which is the most common case in the world. According to the National Centers for Health Statistics, an estimated 15.8 million (12%) adults between the ages of 25-74 have osteoarthritis. The prevalence and severity of osteoarthritis varies between ranges and elderly. The results of this study indicate that, the frequency of pain has a significant change, namely the level of severe pain where the frequency of severe pain is 25% and after a warm compress to 0%. and from the results of statistical tests conducted using paired t-test the results obtained $p = 0.001$ or smaller than 0.05 with $T\text{-count} = -4.690$ or greater than $T\text{-tabel} = 1.79588$. Based on statistical tests, it was found that there was an effect of giving warm compresses to decrease pain scale in patients with osteoarthritis in the Bima City Elderly Social Center

Keywords: Warm Compress, Pain, Osteoarthritis, Elderly.

ABSTRAK

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. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa, frekuensi nyeri mengalami perubahan yang signifikan, yaitu pada tingkat nyeri berat dimana yang frekuensi nyeri berat ada 25% dan setelah dilakukan kompres hangat menjadi 0%. dan dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan teknik paired t-test diperoleh hasil $p = 0.001$ atau lebih kecil dari 0.05 dengan $T\text{-hitung} = -4.690$ atau lebih besar dari $T\text{-tabel} = 1.79588$. Berdasarkan uji statistik didapatkan ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita osteoarthritis di Balai Sosial Lanjut Usia Kota Bima

Kata Kunci : Kompres Hangat, Nyeri, Osteoarthritis, Lansia.

PENDAHULUAN

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 usia¹.

Osteoarthritis diderita oleh 151 juta jiwa di seluruh 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-hari².

Prevalensi osteoarthritis total di Indonesia 34,3 juta orang pada tahun 2002 dan mencapai 36,5 juta orang pada tahun 2007. Diperkirakan 40% dari populasi usia diatas 70 tahun menderita osteoarthritis, dan 80% pasien osteoarthritis mempunyai keterbatasan gerak dalam berbagai derajat dari ringan sampai berat yang berakibat mengurangi kualitas hidupnya karena prevalensi yang cukup tinggi. Oleh karena sifatnya yang kronik-progresif, osteoarthritis mempunyai dampak sosio-ekonomi yang besar, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Diperkirakan 1 sampai 2 juta orang lanjut usia di Indonesia menderita cacat karena osteoarthritis².

Berdasarkan data yang di dapatkan tanggal 18 september 2017 di Balai sosial tresna wedha provinsi NTB, prevalensi osteoarthritis lutut pada pasien wanita berumur 55 tahun ke atas Di Balai Sosial Tresna Wedha Meci Angi Kota Bima mencapai 30% (15 orang lansia) dari 50 lansia yang ada. Dari aspek karakteristik umum pasien yang di diagnosis penyakit sendi osteoarthritis, menurut *Arthritis Research UK* (2012), memperlihatkan bahwa usia, jenis kelamin, obesitas, ras/genetik, dan trauma pada sendi mempunyai kolerasi terhadap terjadinya osteoarthritis⁴.

Wanita juga lebih cenderung terkena penyakit osteoarthritis dibanding pria karena pinggul wanita lebih luas dan lebih memberikan tekanan jangka panjang pada lutut mereka. Selain itu, faktor sosial seperti pekerjaan yang dilakukan sehari-hari juga mempengaruhi timbulnya osteoarthritis, terutama pada atlet dan orang-orang yang pekerjaannya memerlukan gerakan berulang (pekerja lanskap, mangetik atau mengoperasikan mesin), memiliki risiko lebih tinggi terkena osteoarthritis. Hal ini adalah karena terjadinya cedera dan meningkatkan tekanan pada sendi tertentu³. Karena sifatnya yang kronik progresif, osteoarthritis berdampak sosio ekonomik yang besar di Negara maju dan di Negara berkembang.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Yang Mengalami Osteoarthritis Di Balai Sosial Tresna Wena Kota Bima”

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah “eksperimen” menggunakan desain pre-eksperiment dengan pendekatan one group pretest dan posttest, dengan populasi sebesar 12 orang dan seluruhnya di gunakan sebagai responden. Dalam pemilihan sample padapenelitian ini menggunakan jenis non probability sampling dengan tehnik *purposive sampling* yakni pemilihan seluruh sample yang sesuai dengan karakteristik yang di tetapkan oleh peneliti dalam kriteria inklusi¹¹. variabel independen dalam penelitian ini adalah Kompres Hangat Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Balai Lanjut Usia Kota Bima dan variabel dependen dalam penelitian ini adalah Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Balai Lanjut Usia Kota Bima.

HASIL

Karakteristik Responden Berdasarkan Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Kompres Hangat Tahun 2018

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Kompres Hangat tahun 2018

No	Kriteria Nyeri	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	2	16,7%
2	Sedang	7	58,3%
3	Berat	3	25,0%
	Total	12	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa, dari 12 orang responden yang diteliti, 7 orang responden berada di skala nyeri sedang.

Karakteristik Responden Berdasarkan Skala Nyeri Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Tahun 2018

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Skala Nyeri Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Tahun 2018

No	Kriteria Nyeri	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	7	58,3%
2	Sedang	5	41,7%
3	Berat	0	0%
	Total	12	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa, dari 12 orang responden yang diteliti, dominasi oleh skala nyeri ringan.

Tabel Bivariat Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Tahun 2018

Tabel 3. Tabel Bivariat Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Tahun 2018.

Lama kompres hangat	Skala Nyeri sebelum Kompres Hangat						Skala Nyeri sesudah Kompres Hangat					
	Ringan		Sedang		Berat		Ringan		Sedang		Berat	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
30 menit	2	16,7	7	58,3	3	25,0	7	58,3	5	41,7	0	0
Jumlah	f= 4+5+3=12						f= 7+5+0=12					
Hasil uji paired simple T-Test $\alpha=0,05$ $P=0,001$, t-hitung=-4.690 t-tabel=1.79588												

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa, frekuensi nyeri mengalami perubahan yaitu pada tingkat nyeri berat

dimna yang frekuensi nyeri berat ada 25% dan setelah dilakukan kompres hangat menjadi 0%. Sehingga dapat disimpulkan secara deskriptif bahwa kecenderungan ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri. dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan teknik paired t-test diperoleh

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa, frekuensi nyeri mengalami perubahan yang signifikan, yaitu pada tingkat nyeri berat dimna yang frekuensi nyeri berat ada 25% dan setelah dilakukan kompres hangat menjadi 0% dan dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan teknik paired t-test diperoleh hasil $p = 0.001$ atau lebih kecil dari 0.05 dengan T-temuan = -4.690 atau lebih besar dari T-tebel = 1.79588. dimana H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri di Balai Sosial Werdha Provinsi NTB Kota Bima. Nyeri sendi adalah nyeri yang disebabkan karena adanya gangguan sendi seperti, radang sendi (arthritis), sendi tulang yang keropos (osteoporosis), patah tulang

Tindakan non farmakologis yang dapat mengurangi nyeri diantaranya kompres hangat. kompres hangat adalah salah satu stimulasi kutaneus yang dapat memberikan efek penurunan nyeri yang efektif².

hasil $p = 0.001$ atau lebih kecil dari 0.05 dengan T-temuan = -4.690 atau lebih besar dari T-tebel = 1.79588. dimana H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri di Balai Sosial Werdha Provinsi NTB Kota Bima.

(fraktur), dislokasi, dan kelainan pada saraf yang terjepit yang ditandai dengan pembengkakan sendi, warna kemerahan, rasa nyeri dan terjadinya gangguan gerak nyeri sendi yang terjadi pada lansia disebabkan karena adanya arthritis dan jenis arthritis yang sering terjadi pada lansia adalah osteoarthritis⁵.

Nyeri sendi yang dirasakan pada peradangan terjadi karena pembengkakan jaringan yang mengakibatkan peningkatan tekanan lokal. Perubahan suhu yang ekstrem (dingin) akan memperburuk nyeri sendi pada peradangan karena mengganggu sirkulasi dan suhu yang dingin menyebabkan vasokonstriksi serta mencegah absorpsi cairan interstisial. Nyeri sendi yang dirasakan biasanya terjadi pada pagi hari⁹.

Kompres hangat merupakan pemberian sensasi hangat dengan suhu 46°C dengan tujuan untuk memberikan relaksasi pada otot, mengurangi rasa sakit dan dilakukan selama 10-20 menit. Manfaat

dari kompres hangat diantaranya untuk memperlancar sirkulasi darah (vasodilatasi), memperlancar pengeluaran eksudat, merangsang peristaltik usus, meningkatkan pengiriman leukosit dan antibiotik ke area luka serta memberikan relaksasi otot dan mengurangi nyeri dari spasme dan kekakuan⁸. Kompres hangat yang dilakukan pada peradangan akan memperlancar sirkulasi (vasodilatasi) dan membantu absorpsi cairan interstitial sehingga mengurangi penekanan jaringan lokal dan akan mengurangi nyeri⁵.

Berdasarkan fisiologis nyeri, pemberian kompres hangat menyebabkan pelepasan endorfin, sehingga memblok transmisi stimulus nyeri. Stimulus kutaneus seperti kompres hangat mengaktifkan transmisi serabut A-beta yang lebih besar dan lebih cepat dan implus ini akan menghambat implus dari serabut berdiameter kecil sehingga sensasi atau nyeri yang dibawa oleh serabut kecil akan berkurang atau bahkan tidak dihantarkan ke otak (Heriana, 2013)⁷. Dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan teknik t-test diperoleh hasil $p = .001$ atau lebih kecil dari 0.05 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara Kompres Hangat Terhadap

mengurangi rasa sakit, memberi rasa hangat, nyaman dan tenang, Penurunan Intensitas Nyeri di Balai Sosial Werdha Provinsi NTB Kota Bima.

Hasil penelitian di atas berbanding sama dengan hasil penelitian yang dilakukan di kelurahan tarok dipo wilayah kerja puskesmas guguk panjang bukit tinggi tahun 2013 yang dilakukan oleh Sri Hyulita⁶ dengan judul Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Yang Mengalami Osteoarthritis bahwa terdapat penurunan skala nyeri pada lansia setelah dilakukan kompres hangat dengan nilai $p=0.003$ atau kurang dari $\alpha=0.05$ sehingga H_0 di tolak. Hal tersebut di atas didukung pula oleh teori penatalaksanaan nyeri nonfarmakologi dengan cara kompres hangat. Begitu pula dengan hasil penelitian yang dilakukan Aminurul Yuliasri pada tahun 2012 dengan judul yang sama¹⁰.

Hal tersebut di dukung pula oleh teori yang di kemukakan oleh (Heriana, 2013)⁷ tindakan non farmakologis yang dapat mengurangi nyeri. Kompres hangat dan menurut (Tamrin, 2002), kompres hangat adalah salah satu stimulasi kutaneus yang dapat memberikan efek penurunan nyeri yang efektif.

SIMPULAN

- 1) Nyeri osteoarthritis pada responden sebelum diberikan kompres hangat yaitu

didapatkan sebagian besar responden berada pada tingkat nyeri sedang.

- 2) Nyeri osteoarthritis pada responden sesudah diberikan kompres hangat yaitu didapatkan
- 3) Berdasarkan uji statistik didapatkan ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita osteoarthritis di Balai Sosial Lanjut Usia Kota Bima.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pemerintah Kota Bima yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

DAFTAR RUJUKAN

1. Reny Yuli Aspiani, S. (2014). *Buku Ajar AsuhanKeperawatan Gerontik Jilid 1*. Jakarta: Cv. Trans Info Media.
2. Wurangian, M. (2014). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado.
3. Noer, P. D. (2002). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
4. Aziz Alimul hidayat, M. U. (2004). *Buku Saku Praktikum Kebutuhan Dasar Manusi*. Jakarta: EGC.
5. Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 3*. . Jakarta: Salemba Medika.
6. Pelapina Heriana, S. N. (2014). *BUKU AJAR KBUTUHAN DASAR MANUSIA*. Tangerang: Binarupa Aksara Publisher.
7. Tamrin, N. A. (2002). *Tada-Tanda Vital SUHU TUBUH*. Jakarta: EGC.
8. Alimun.A.H.S.Kep.Ns, A. (2003, 2003). *Riset Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Salamba Medika.
9. Amina Lanani, M. (2011). *Kegawatdaruratan Pediatri*. Jakarta: EGC.
10. Asmadi. (2008). *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: EGC
11. Notoatmojo, S. (2002). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.