

## PENERAPAN KOMPRES HANGAT PADA PASIEN RHEUMATOID ARTHRITIS DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI KRONIS

APPLICATION OF WARM COMPRESS ON RHEUMATOID ARTHRITIS PATIENTS WITH CHRONIC PAIN NURSING PROBLEMS

M.Happi<sup>1)</sup>, Arif Wijaya<sup>2)</sup>, Tiara Fatma Pratiwi<sup>3)</sup>, Imam Fatoni<sup>4)</sup>, Faishol Roni<sup>5)</sup>

1) 2) 5) STIKes Bahrul 'Ulum Jombang

3) Akper Bahrul 'Ulum Jombang

4) STIKes ICME Jombang

Dosen STIKes Bahrul 'Ulum Jombang

Email: <sup>1)</sup>author [raynand.alex.8@gmail.com](mailto:raynand.alex.8@gmail.com)

### ABSTRAK

Rheumatoid Arthritis merupakan suatu penyakit yang menyerang persendian sehingga dapat menimbulkan nyeri, kekakuan, pembengkakan, peradangan, dan keterbatasan gerak. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui penerapan kompres hangat pada pasien rheumatoid arthritis dengan masalah keperawatan nyeri kronis di UPT PSTW Kabupaten Jombang. Jenis penelitian karya ilmiah ini adalah pendekatan rancangan deskriptif dengan pendekatan studi kasus, subjek yang digunakan 2 orang pasien dengan masalah keperawatan nyeri kronis. Lokasi dilakukan di UPT PSTW Kabupaten Jombang dengan memberi intervensi kompres hangat selama 10 hari yang di berikan 1 kali sehari selama 15 menit dan sebelum maupun sesudah pemberian kompres hangat diukur skala nyeri menggunakan NRS, menggunakan pengumpulan data yang meliputi pengkajian, menentukan diagnosa, membuat intervensi, melakukan implementasi, dan mengevaluasi. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pemberian terapi kompres hangat dapat menjadi terapi alternatif untuk mengatasi nyeri kronis. Kesimpulan dari penelitian ini adalah kompres hangat dapat dijadikan terapi non farmakologi pada pasien dengan rheumatoid arthritis yang mengalami masalah keperawatan nyeri kronis sehingga pasien terhindar dari kelumpuhan.

**Kata kunci:** Lansia, Rheumatoid arthritis, Nyeri Kronis, Kompres Hangat

### ABSTRACT

Rheumatoid Arthritis is a disease that attacks the joints so that it can cause pain, stiffness, swelling, inflammation, and limited movement. The purpose of this study was to determine the application of warm compresses to rheumatoid arthritis patients with chronic pain nursing problems at UPT PSTW at Jombang Regency. This type of scientific research research is a descriptive design approach with a case study approach, the subject used is 2 patients with chronic pain nursing problems. The location was carried out at UPT PSTW, Jombang Regency by giving a warm compress intervention for 10 days which was given 1 time a day and before and after giving a warm compress, the pain scale was measured using NRS, using data collection which includes assessment, determining diagnosis, making interventions, implementing, and evaluate The results of the case study show that the provision of warm compress therapy can be an alternative therapy to treat chronic pain. The conclusion of this study is that warm compresses can be used as non-pharmacological therapy in patients with rheumatoid arthritis who experience chronic pain nursing problems so that patients avoid paralysis.

**Keywords:** Elderly, Rheumatoid arthritis, Chronic Pain, Warm Compress

## PENDAHULUAN

Lanjut usia (Lansia) adalah seseorang yang memiliki usia dari atau sama dengan 55 tahun (WHO dalam Utomo, 2019). Lansia biasanya mengalami penyakit persendian seperti asam urat, oesteoporosis, dan *rheumatoid arthritis*. *Rheumatoid arthritis* merupakan suatu penyakit yang menyerang persendian yang menimbulkan nyeri, kekakuan, pembengkakan, peradangan, dan keterbatasan gerak (Nasrullah, Rahayu, Hadi, & Ari, 2021). Dampak yang terjadi pada rasa nyeri apabila berlangsung secara berulang-ulang dapat mengakibatkan terjadinya respon stress yang antara lain berupa meningkatnya rasa cemas, denyut jantung berlebihan, tekanan darah meningkat, dan frekuensi nafas meningkat (Sampeangin & Pramesty, 2019). Fenomena yang sering terjadi pada lansia dengan *rheumatoid arthritis* adalah lansia masih mengeluh nyeri dibagian lutut, punggung kaki, dan pergelangan tangan, lansia belum tahu cara penanganan nyeri. Nyeri yang berkelanjutan sangat lama atau tidak ditangani secara adekuat, dapat mengakibatkan permasalahan serius akan terjadi seperti tophi, kerusakan sendi, batu ginjal, penyakit jantung koroner, pembekuan darah dan retensi cairan, sehingga memperburuk kualitas kesehatan.

Berdasarkan data dunia menurut WHO bahwa jumlah penderita penderita *rhematoid arthritis* yang ada di dunia saat ini telah mencapai angka 355 juta jiwa yang artinya 1 dari 6 penduduk dunia mengalami penyakit *rheumatoid arthritis* (Sampeangin & Pramesty, 2019). Prevelensi penyakit nyeri sendi yang ada di Indonesia sesuai dengan wawancara dengan dokter memiliki presentase (7,3%) dan berdasarkan jenis kelamin yang

mendapatkan diagnosis dokter dengan tingkat nyeri sendi lebih tinggi pada perempuan (8,5%) dibanding pada laki-laki (6,1%) (RISKEDES, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Doliarn'do, dkk (2018) mendapatkan hasil bahwa prevalensi nyeri rematik di Indonesia mencapai 23,6% hingga 31,3%. Hasil dari RISKEDES (2019) ada tingkat penyakit nyeri sendi 17%. Proporsi tingkat ketergantungan pada lansia  $\geq 60$  tahun berdasarkan penyakit sendi yang paling tinggi adalah tingkat ketergantungan mandiri (67,51%). Prevalensi lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* di Jombang mencapai 8,91% (RISKEDES, 2019). Prevalensi lansia di Unit Pelayanan Teknis Panti Sosial Tresna Werdha (UPT PSTW) Jombang yang mengalami *rheumatoid arthritis* mencapai 9,80%. Dari hasil wawancara dengan pihak Unit Pelayanan Teknis Panti Sosial Tresna Werdha (UPT PSTW) Jombang pada tanggal 26 April 2022 bahwa yang tinggal di Unit Pelayanan Teknis Panti Sosial Tresna Werdha (UPT PSTW) Jombang banyak yang mengalami *rheumatoid arthritis* mencapai 36 dari 70 orang.

*Rheumatoid arthritis* dapat menyerang pada pria akan tetapi wanita yang paling banyak mengalaminya dengan usia diatas 40 tahun keatas. Penyakit *rheumatoid arthritis* ini tidak diketahui penyebabnya akan tetapi yang diserang adalah persendi (Doliarn'do, dkk, 2018). Dampak dari penyakit *rheumatoid arthritis* yang sering dialami seseorang nyeri akut. Suatu penyakit autoimun yang dapat menyerang jaringan lapisan sendi sehingga dapat mengakibatkan nyeri, kekakuan, pembengkakan, peradangan sendi, dan kerusakan sendi. Pembekakan terjadi pada jaringan ikat (*American College of Rheumatology*, 2012 dalam Nasrullah dkk., 2021). Solusi untuk mengurangi

nyeri pada penyakit *rheumatoid arthritis* adalah kompres hangat. Kompres hangat merupakan terapi yang digunakan untuk meredakan nyeri.

## METODOLOGI

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan rancangan deskriptif dengan pendekatan studi kasus, subyek yang digunakan yaitu dua pasien yang menderita penyakit *rheumatoid arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri kronis yang dilakukan di UPT PSTW Kabupaten Jombang. Intervensi yang akan dilakukan kepada pasien adalah pemberian kompres hangat. Pemberian kompres hangat dilakukan dengan dikompres memakai waslap yang dibasahi dengan air hangat atau kantong kompres yang diberi air hangat dengan suhu 37-40 °C, lalu diletakkan dibagian yang merasa nyeri. Pemberian kompres hangat diberikan 1x/hari selama 15 menit dalam jangka waktu 10 hari. Pengukuran nyeri sendi sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat klien diukur skala nyeri menggunakan *numeric rating scale*. Metode pengumpulan data meliputi pengkajian, menentukan diagnosis, membuat intervensi, melaksanakan implementasi, dan mengevaluasi. Penelitian studi kasus ini sudah lolos uji etik di ITSKES ICME NO.050/KEPKITSKES.ICME/VII/2022 pada tanggal 20 Jui 2022.

## HASIL

1. Distribusi Karakteristik Klien Usia, Jenis Kelamin, dan Pekerjaan

### Tabel 1.1 Karakteristik Pasien

Karakteristik	Klien 1	Klien 2
Usia	77 tahun	79 tahun
Jenis kelamin	Laki-laki	Laki-laki
Pekerjaan	Petani	Tukang

Sumber: Data Primer 2022

atau mengurangi nyeri sehingga dapat memberikan rasa nyaman dan memberikan rasa.

2. Distribusi Skala Nyeri Kronis Pada Sendi Sebelum Diberikan Intervensi Kompres Hangat

Tabel 1.2 Skala Nyeri Kronis Sebelum Diberikan Intervensi Kompres Hangat

Skala Nyeri	Klien 1	Klien 2
Tidak nyeri	-	-
Nyeri ringan	-	-
Nyerisedang	4	4
Nyeri berat	-	-
Nyeri hebat	-	-

Sumber: Data Primer 2022

3. Distribusi Skala Nyeri Kronis Pada Sendi Setelah Diberikan Intervensi Kompres Hangat Selama 10 Hari

Tabel 1.3 Skala Nyeri Kronis Pada Sendi Setelah Diberikan Intervensi Kompres Hangat

Skala Nyeri	Klien 1	Klien 2
Tidak nyeri	-	-
Nyeri ringan	2	2
Nyerisedang	-	-
Nyeri berat	-	-
Nyeri hebat	-	-

Sumber: Data Primer 2022

## PEMBAHASAN

Hasil pengkajian identitas didapatkan jenis kelamin kedua klien adalah laki-laki. Kedua klien berusia lebih dari 70 tahun, klien 1 berusia 77 tahun dan klien 2 berusia 79 tahun. Hasil pengkajian pekerjaan dulu klien dapat dikatakan pekerjaan yang berat, klien 1 bekerja sebagai petani dan klien 2 berkerja sebagai tukang bangunan.

Teori menjelaskan bahwa jenis kelamin paling banyak mengalami *rheumatoid arthritis* adalah perempuan, karena perempuan mengalami manopause akan mengalami penurunan hormone estrogen dan

memasuki usia lanjut akan mengalami ketidakseimbangan aktivitas osteoblast dan osteoklas, sehingga terjadi perubahan massa tulang trabekula dan tulang kortikal menjadi tipis, berongga dan pengelupasan rawan sendi (Asmawi dan Sugiarti 2021).

Teori berdasarkan Ekasari dkk., (2019) mengatakan bahwa penyakit *rheumatoid arthritis* lebih banyak menyerang lanjut usia. Hal itu terjadi karena orang yang sudah lanjut usia mengalami pengapuran sendi, sehingga muda terkena nyeri sendi.

Teori berdasarkan Zhang dkk., (2017) mengatakan bahwa bekerja adalah suatu kegiatan yang melibatkan mental dan fisik yang dilakukan setiap orang agar bisa memenuhi kehidupan, sehingga bekerja yang terlalu lama, bekerja tidak kenal waktu, bekerja berat, dan monoton dapat mengalami nyeri pada persendian.

Menurut penelitian perempuan paling banyak mengalami *rheumatoid arthritis* karena hormon esterogen menurun dan mengalamimenopause. Sedangkan laki-laki yg mengalami *rheumatoid arthritis* karena waktu mudanya kerja sangat berat, sehingga fakta dan teori tidak ada kesamaan. Suatu proses yang normal bagi lansia. Lansia mengalami penurunan semua organ, saat masih muda persendian kuat untuk melakukan aktivitas berat akan tetapi sekarang tidak, maka dari itu fakta dan teori memiliki kesamaan. Pekerjaan berat yang dulu dapat mengakibatkan masalah persendian di masa pendatang sehingga antara teori dan fakta memiliki kesamaan.

Sebelum diberikan intervensi kompres hangat skala nyeri sedang yaitu 4. Setelah diberikan intervensi kompres hangat kedua klien mengatakan nyeri sendi mulai berkurang. Hasil setelah diberikan

intervensi kompres hangat skala nyeri ringan yaitu 2.

Temuan penelitian ini sesuai dengan dengan penelitian Doliarn'do dkk (2018) yang menyatakan bahwa kompres hangat yang dilakukan selama 10 hari dapat menurunkan nyeri penderita *rheumatoid arthritis* yang dibuktikan dengan nilai signifikansi (*p-value*) yang dihasilkan uji statistic *Wilcoxon* dan *Mann-Whitney* sebesar  $0,000 < 0,05$ . Penelitian tersebut kemudian menyimpulkan bahwa dengan pemberian kompres dapat meredakan nyeri dan dapat meregangkan kekakuan sendi.

Menurut peneliti bahwa pemberian terapi kompres hangat ini nyeri yang dialami di UPT PSTW Kabupaten Jombang mengalami penurunan nyeri sendi dan kekakuan mulai berkurang.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### 1. Kesimpulan

Pemberian intervensi kompres hangat selama 10 hari dengan waktu 15 menit dapat menurunkan skala nyeri pada klien *rheumatoid arthritis*.

### 2. Saran

Klien dapat melakukan tindakan kompres hangat secara mandiri di UPT PSTW Kabupaten Jombang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asmawi, A., & Sugiarti, S. (2021). Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Kualitas Nyeri Sendi Pada Lansia Di Panti Bina Usia Lanjut Jayapura. *Healthy Papua-Jurnal keperawatan dan Kesehatan*, 4(1), 207–213.
- Doliarn'do, D. A. B., Kurniajati, S., & Kristanti, E. E. (2018). Kompres Hangat dan Relaksasi Nafas Dalam Efektif Menurunkan Nyeri Pasien Reumatoid Artritis. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 4(2).

- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2019). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*. Malang: Wineka Media. <https://books.google.co.id/books?id=IWCIDwAAQBAJ>
- Nasrullah, D., Rahayu, E., Hadi, S., & Ari, N. (2021). *Pengaruh Terapi Olesan Krim Minyak Zaitun dan Perasan Jahe terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Lansia Rheumathoid Arthritis*. 5(1), 34–42. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 5(1). <https://doi.org/10.31101/jhes.1483>
- RISKEDES. (2019). *Laporan Jawa Timur Riskesdes 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB). <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>
- Sampeangin, H., & Pramesty, D. (2019). *Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Rheumatoid Arthritis Yang Menjalani Perawatan Di PPSLU Mappakasunggu Kota Parepare*. Jurnal Kesehatan Lentera Acitya, 6(1).
- Utomo, A. S. (2019). *Status Kesehatan Lansia Berdayaguna*. Bandung: Media Sahabat Cendikia. <https://books.google.co.id/books?id=Cke3DwAAQBAJ> (Diakses tanggal 18 Juni 2022)
- Zhang, Y., Wei, X., Browning, S., Scuderi, G., Hanna, L. S., & Wei, L. (2017). Targeted designed variants of alpha-2-macroglobulin (A2M) attenuate cartilage degeneration in a rat model of osteoarthritis induced by anterior cruciate ligament transection. *Arthritis research & therapy*, 19(1), 1–11.