

PENGARUH TERAPI KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI SENDI OSTEARTRITIS PADA LANSIA

Italia¹, Enggar Tata Neska²

^{1,2} Program Studi DIII Keperawatan STIKES Mitra Adiguna Palembang.
Komplek Kenten Permai Blok J No 9-12 Bukit Sangkal Palembang 30114
Email : italia.effendi@gmail.com¹, enggartataneska1@gmail.com²

Abstrak

World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa di Amerika Serikat kejadian osteoarthritis berdasarkan diagnosis dan gejala dokter telah mencapai 24,7%. Nyeri sendi merupakan salah satu faktor pencetus dan keluhan utama yang muncul pada penderita osteoarthritis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap nyeri sendi osteoarthritis pada lansia di Panti Sosial Lanjut usia Harapan Kita KM.5 Palembang Tahun 2021. Kompres hangat merupakan tindakan nonfarmakologi digunakan untuk menurunkan nyeri sendi. Ruang lingkup keperawatan gerontik. Metode/desain penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan pendekatan One Group Pretest-Posttest Design test dan sampel penelitian sebanyak 25 orang lansia. Hasil yang diperoleh dari sebagian besar nyeri sendi responden sebelum terapi kompres hangat adalah nyeri sedang sebanyak 14 orang (56%) dan analisis univariat sebagian besar nyeri sendi responden sesudah terapi kompres hangat adalah nyeri ringan sebanyak 16 orang (64%) dan analisis bivariat uji statistik wilcoxon didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Palembang. Saran kepada petugas kesehatan terutama yang berada di panti lansia untuk dapat menyarankan atau mengajarkan kepada lansia cara kompres hangat guna mengurangi nyeri sendi yang dirasakan.

Kata Kunci : Kompres Hangat, Nyeri Sendi

Abstract

The World Health Organization (WHO) shows that in the United States the incidence of osteoarthritis based on doctor's diagnosis and symptoms has reached 24.7%. Joint pain is one of the trigger factors and the main complaints that arise in patients with osteoarthritis. The purpose of this study was to determine the effects of warm compresses on osteoarthritis joint pain in the elderly at the Harapan Kita Elderly Social Institution KM.5 Palembang in 2021. Warm compresses are a non-pharmacological measure used to reduce joint pain. Its scope is gerontic nursing. The research method/design used was an experiment with a One Group Pretest-Posttest Design test approach and the research sample was 25 elderly people. The results obtained from most of the respondents' joint pain before doing warm compress therapy were moderate pain as many as 14 people (56%) and univariate analysis of the majority of respondents' joint pain after doing warm compress therapy was mild pain as many as 16 people (64%) and bivariate analysis Wilcoxon statistical test obtained p value = $0.000 < 0.05$, it means that there is an effect of warm compress therapy on reducing osteoarthritis joint pain in the elderly at Harapan Kita Elderly Social Institution Palembang. Suggestions to health workers, especially those in elderly social institution, are expected to be able to suggest or teach the elderly how to do warm compresses to reduce the joint pain they feel.

Keywords : Warm Compresses, Joint Pain

PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai umur 60 tahun ke atas. Secara individu pada usia diatas 55 tahun terjadi proses penuaan secara alamiah, untuk mendukung stabilitas kesehatan pada lansia dapat diupayakan antara lain dengan nutrisi, olahraga, istirahat di lingkungan yang aman dan nyaman. Sehingga dari dukungan tersebut diharapkan umur harapan hidup lansia akan meningkat. Menurut Fadhillah,(2018) didalam Ningrum,(2020), lanjut usia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Menurut Pudjiastuti, (2003) dalam Hannan et al., (2021), seiring dengan proses menua tersebut, tubuh akan mengalami berbagai masalah kesehatan atau yang biasa disebut sebagai penyakit degeneratif. Salah satunya penyakit osteoartritis yang merupakan penyakit tulang dan sendi yang terjadi karena proses menua. Menurut Siti (2008), nyeri sebagai mekanisme proteksi bagi tubuh, timbul ketika jaringan sedang rusak, dan menyebabkan individu tersebut bereaksi untuk menghilangkan rasa nyeri. Andarmoro (2013) dalam Hannan et al (2021).

Osteoarthritis (OA) adalah masalah kesehatan utama untuk sendi lutut, dan *osteoarthritis* dapat merusak sendi lainnya. Keluhan terbesar pasien *osteoarthritis* lutut adalah nyeri pada bagian tengah lutut, yang membatasi rentang gerak dan aktivitas fungsional. Berampu et al., (2021). *Osteoarthritis* adalah penyakit bersifat kronis ditandai dengan nyeri sendi, kekakuan sendi di pagi hari, keterbatasan gerakan sendi, krepitasi, pembengkakan sendi, dan derajat inflamasi lokal yang bervariasi. Menurut Pratiwi, (2015) didalam Amelia, (2020).

Berdasarkan data populasi lanjut usia tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lanjut usia di Indonesia. Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun

2020 meningkat menjadi 27.08 juta jiwa, pada tahun 2025 meningkat menjadi 33,69 juta jiwa, pada tahun 2030 meningkat menjadi 40,95 juta. Jumlah tersebut akan terus meningkat menjadi 48,19 juta jiwa pada tahun 2035. Menurut Departemen Kesehatan (2017) didalam N. Dewi Dkk (2020). Sedangkan jumlah penduduk lanjut usia di Sumatera Selatan pada tahun 2019 berjumlah 8,05% dan pada tahun 2020 mengalami peningkatan berjumlah 8,35%. Sedangkan jumlah lansia kota Palembang berjumlah 8,04% (Purbowati, 2015).

World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa di Amerika Serikat kejadian *osteoarthritis* berdasarkan diagnosis dan gejala dokter telah mencapai 24,7%, dan diperkirakan terus meningkat hingga tahun 2040 dengan indikasi lebih dari 25,9% akan mengalami kelumpuhan atau kecacatan akibat *osteoarthritis*. Akbar dan Santoso, (2019) dalam Ningrum, (2020).

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018 berhasil memetakan jumlah penderita *Osteoarthritis* hasil 11,5% lebih orang Indonesia menderita *Osteoarthritis* artinya, pada setiap penduduk Indonesia terdapat satu orang penderita *Osteoarthritis*. Berampu et al.,(2021). Menurut data dari divisi reumatologi RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang, didapatkan jumlah kunjungan pasien yang menderita *osteoarthritis* pada tahun 2018 sebanyak 1.113 pasien dengan rata-rata 94 per bulan. (Harahap, 2020).

Nyeri sendi merupakan salah satu faktor pencetus dan keluhan utama yang muncul pada penderita *osteoarthritis*. Masalah muskuloskeletal seperti arthritis dan gangguan pada tulang menjadi masalah yang sering terjadi pada lansia karena mempengaruhi mobilitas dan aktivitas yang merupakan hal vital bagi kesehatan lansia. Arthritis dan gangguan pada tulang menyebabkan munculnya nyeri sendi. Nyeri sendi merupakan pengalaman subjektif yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia termasuk gangguan aktivitas fungsional lansia. Menurut Dida,(2018) didalam Wijaya (2020).

Strategi penatalaksanaan nyeri dengan menggunakan pendekatan manajemen farmakologis merupakan tindakan

menurunkan respons nyeri tanpa sedikitpun menggunakan agen-agen farmakologi. Pemasangan kompres hangat biasanya dilakukan hanya setempat saja pada bagian tubuh tertentu. Dengan pemberian panas, pembuluh-pembuluh darah akan melebar sehingga memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut. Dengan cara ini penyaluran zat asam dan bahan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat yang dibuang akan diperbaiki. Aktivitas sel yang meningkat akan mengurangi rasa sakit atau nyeri dan akan menunjang proses penyembuhan luka dan proses peradangan. Menurut Stevens dkk,(2002) didalam Hannan et al., (2019). Jika nyeri tidak ditangani maka akan meningkatkan rasa ketidaknyamanan serta dapat mengganggu aktivitas lanjut usia. Pada saat sebelum diberikan terapi kompres air hangat, lansia merasakan nyeri dan kekakuan pada sendi yang nyeri terutama pada pagihari. Riyanto (2011) didalam Hannan et al., (2021).

Berdasarkan data yang didapat dari pengambilan data awal di Panti Sosial Harapan Kita pada tanggal 27 September 2021. Jurnal terapi utama yang diarahkan adalah untuk mengetahui bahwa jumlah lanjut usia yang menderita *osteoarthritis* pada tahun 2019 yaitu berjumlah 9 orang, tahun 2020 yaitu berjumlah 15 orang, dan pada tahun 2021 sebanyak 25 orang. Lansia yang menetap di Panti hingga Oktober yaitu berjumlah 60 orang, dengan komposisi 36 orang perempuan dan 24 orang laki-laki di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita KM.5 Palembang. Keluhan utama pada penyakit *osteoarthritis* adalah nyeri pada bagian tengah lutut, yang membatasi rentang gerak dan aktivitas fungsional. Cara penanganan dengan menggunakan pendekatan manajemen farmakologis merupakan tindakan menurunkan respons nyeri tanpa sedikitpun menggunakan agen-agen farmakologi. Pemasangan kompres hangat biasanya dilakukan hanya setempat saja pada bagian tubuh tertentu. (Profil Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang, 2021).

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi *osteoarthritis* pada lansia”

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, desain penelitian yang digunakan adalah *experimen* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design test*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu yang digunakan peneliti untuk penelitian ini dilaksanakan sejak tanggal dikeluarkan izin penelitian dalam kurun waktu kurang lebih 2 (dua) minggu, 1 minggu pengumpulan data dan 1 minggu pengolahan data yang meliputi pengkajian.

Target/Subjek Penelitian

Populasi yang diteliti pada penelitian ini adalah seluruh lansia di Panti Sosial Lanjut usia Harapan Kita KM 5 Palembang sebanyak 60 partisipan, sampel penelitian sebagian dari populasi berjumlah 25 orang dengan cara pengambilan sampel *non probability sampling* menggunakan metode *purposive sampling*.

Prosedur

Sebelum diberikan perlakuan terlebih dahulu dilakukan pengukuran nyeri menggunakan *Wong Baker Faces*, kemudian diberikan kompres hangat selama 15 menit mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Asmawi (2021) dan Hannan dkk (2021), setelah itu kembali dilakukan pengukuran nyeri untuk membuktikan pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi pada responden yang menjadi sampel penelitian ini.

Data, Instrumen, dan Teknik

Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, data yang diperoleh berasal dari sumber primer, sumber data primer merupakan sumber data yang diperoleh secara langsung di lapangan. Sumber data primer ini meliputi wawancara dan observasi dimana wawancara akan dilakukan pada lansia.

Dalam melakukan penelitian ini penulis melakukan teknik pengumpulan data sebagai berikut: wawancara dan observasi.

Teknik Analisis Data

Analisis Univariat

Analisis univariat pada penelitian ini dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian yaitu skala responden sebelum terapi kompres hangat dalam tabel frekuensi dan persentase.

Analisis Bivariat

Pada penelitian ini, analisis bivariat dilakukan dengan terlebih dahulu melakukan uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena sampel kurang dari 50 dengan ketentuan jika $p\text{ value} \geq 0,05$ berarti data terdistribusi normal dan jika $p\text{ value} < 0,05$ berarti data tidak terdistribusi normal (Dahlan, 2015).

Setelah itu untuk uji pengaruh menggunakan uji statistik *t testpaired test* dengan tingkat kemaknaan alpha 0,05 bila data terdistribusi normal dan uji *Wilcoxon* bila data tidak terdistribusi normal dengan ketentuan jika $p\text{ value} < 0,05$ berarti ada pengaruh dan jika jika $p\text{ value} \geq 0,05$ berarti tidak ada pengaruh (Dahlan, 2015).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Analisis univariat pada penelitian ini dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian yaitu skala responden sebelum terapi kompres hangat dalam tabel frekuensi dan persentase.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Responden Sebelum dan Sesudah Terapi Kompres Hangat

| Variabel | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------------------------------|---------------|----------------|
| Skala Nyeri Sebelum Intervensi | | |
| Nyeri ringan | 10 | 40 |
| Nyeri sedang | 15 | 60 |
| Jumlah | 25 | 100 |
| Skala Nyeri Setelah Intervensi | | |
| Nyeri ringan | 17 | 68 |
| Nyeri sedang | 9 | 36 |
| Jumlah | 25 | 100 |

Sumber: Hasil Penelitian tahun 2021

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui distribusi frekuensi skala nyeri responden sebelum diberikan terapi kompres hangat yang mengalami nyeriringan sebanyak 10 responden (40%) dan nyeri sedang sebanyak 15 responden (60%). Sedangkan skala nyeri responden setelah diberikan terapi kompres hangat yang mengalami nyeriringan sebanyak 17 responden (68%) dan nyeri sedang sebanyak 9 responden (36%).

Analisis Bivariat

Pada penelitian ini, sebelum analisis bivariat dilakukan dengan terlebih dahulu melakukan uji normalitas data skala nyeri sendi sebelum dan sesudah terapi kompres hangat menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel 25 orang. Adapun hasil uji sebagaimana terlihat pada tabel:

Tabel 2
Uji Normalitas Skala Nyeri Sendi Sesudah Terapi Hangat

| No | Variabel | <i>Shapiro-Wilk</i> | <i>P</i> |
|----|---|---------------------|----------|
| 1 | Nyeri sendi sebelum terapi kompres hangat | 0,794 | 0,000 |
| 2 | Nyeri sendi sesudah terapi kompres hangat | 0,819 | 0,000 |

Sumber: Data primer diolah tahun 2021

Berdasarkan tabel 2di atas, diketahui hasil uji data skala nyeri sendi sebelum dan sesudah terapi kompres hangat, mendapatkan nilai $p = 0,000$ dan $0,000 < \alpha < 0,05$, maka distribusi data dinyatakan tidak normal.

Distribusi data skala nyeri sendi dinyatakan tidak normal maka analisis bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi *osteartritis* pada lansia, menggunakan uji *wilcoxon* dengan ketentuan jika hasil analisis didapatkan $p\text{ value} < 0,05$ berarti ada pengaruh dan jika $p\text{ value} \geq 0,05$ berarti tidak ada pengaruh.

Tabel 3
Hasil Analisis uji *Wilcoxon* Penurunan Nyeri Sendi Sebelum dan Sesudah Terapi Kompres Hangat

| Skala Nyeri Sendi | Mean | Std. Deviasi | Min | Max | <i>p value</i> |
|-------------------|------|--------------|-----|-----|----------------|
| Sebelum | 4,36 | 1,29 | 3 | 1 | 0,000 |

| | | | | |
|---------|------|------|---|---|
| Sesudah | 2,60 | 1,22 | 6 | 4 |
|---------|------|------|---|---|

Sumber: Data primer diolah tahun 2021

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa rata-rata (*mean*) skala nyeri sendi sebelum terapi kompres hangat adalah 4,36 dengan standar deviasi 1,29, sedangkan rata-rata (*mean*) skala nyeri sendi sesudah terapi kompres hangat adalah 2,60 dengan standar deviasi 1,22, maka terdapat penurunan skala nyeri sendi sesudah terapi kompres sebesar $4,36 - 2,60 = 1,76$. Hasil uji statistik *wilcoxon* didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi *osteartritis* pada lansia di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Palembang

Pembahasan

Analisis Univariat

Hasil analisis univariat menunjukkan sebagian besar nyeri sendi responden sebelum terapi kompres hangat adalah nyeri sedang 15 sebanyak orang (60%) dan sebagian besar nyeri sendi responden sesudah terapi kompres hangat adalah nyeri ringan sebanyak 9 orang (36%).

Nyeri merupakan pengalaman emosional dan sensorik yang tidak meyakinkan atau yang muncul dari kerusakan jaringan secara aktual atau potensial atau menunjukkan adanya kerusakan. Menurut Nanda Maryunani (2018), secara umum, nyeri diartikan sebagai suatu keadaan yang tidak menyenangkan akibat terjadinya rangsangan fisik maupun dari serabut dalam serabut saraf dalam tubuh ke otak dan diikuti oleh reaksi fisik, psikologis maupun emosional (Hidayat, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Mujib Hannan (2019), menunjukkan sebagian besar skala nyeri responden sebelum diberikan terapi kompres hangat adalah nyeri sedang yaitu sebanyak 22 responden (68,7%) dan sebagian besar skala nyeri responden sesudah diberikan terapi kompres hangat adalah nyeri ringan yaitu sebanyak 18 responden (56,3%).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Asmawi dan Sugiarti (2021), sebagian besar skala nyeri responden

sebelum dilakukan kompres hangat adalah nyeri sedang yaitu sebanyak 33 responden (94,3%) dan sebagian besar skala nyeri responden setelah dilakukan kompres hangat adalah nyeri ringan yaitu sebanyak 26 responden (74,3%).

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil analisis bivariat diketahui bahwa rata-rata (*mean*) skala nyeri sendi sebelum terapi kompres hangat adalah 4,36 dengan standar deviasi 1,29, sedangkan rata-rata (*mean*) skala nyeri sendi sesudah terapi kompres hangat adalah 2,60 dengan standar deviasi 1,22, maka terdapat penurunan skala nyeri sendi sesudah terapi kompres sebesar $4,36 - 2,60 = 1,76$. Hasil uji statistik *wilcoxon* didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi *osteartritis* pada lansia di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Palembang.

Kompres hangat adalah suatu metode alternatif non farmakologi untuk mengurangi nyeri *osteoarthritis* pada lansia menggunakan waslap maupun bulih-bulih dengan suhu $35-37^{\circ}\text{C}$ kemudian menempatkan pada kaki pemberian dilakukan selama 15 kali dengan 3 kali pemberian kompres hangat selama 5 menit pemberian kompres hangat dan tidak diberikan perlakuan kompres hangat (Indrawah dkk, 2020).

Terapi kompres hangat merupakan tindakan dengan pemberian kompres hangat yang bertujuan memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan pemberian rasa hangat. Didalam Uliyah dkk, (2021). Tindakan kompres dapat menurunkan tingkat nyeri, kompres dapat meningkatkan suhu jaringan dan sirkulasi darah lokal, yang dapat menghambat produk metabolisme inflamasi seperti prostaglandin, bradikinin dan histamine sehingga dapat mengurangi nyeri. Christina (2016) dalam Rahmawati (2021).

Hasil penelitian sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yohana, dkk

(2017) dengan judul “Perbedaan Intensitas Nyeri *Osteoarthritis* Pada Lansia Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Di Kelurahan Tlogomas Malang” di dapat data hasil uji statistik yaitu *Paired Simple T-Test* dengan teknik komputerisasi dengan tingkat signifikansi (α) sebesar 0,05 dan tingkat kesalahan 95%. Hasil perhitungan di dapat $p\text{ value} = 0,00 < \alpha (0,05)$ yang berarti H_0 ditolak. Hasil yang didapat peneliti ada perbedaan intensitas nyeri *osteoarthritis* pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di Kelurahan Tlogomas RT 02 RW 06 Malang. Usia pertengahan cenderung akan mengalami penurunan aktifitas dan berlanjut sampai tua karena terjadinya penurunan fungsi tubuh akibat proses penuaan. Organ-organ tubuh yang dulunya berfungsi dengan baik tanpa adanya gangguan, sekarang mengalami kemunduran karena dalam proses penuaan.

Hasil penelitian sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan di Posyandu Puskesmas Pandian Sumenep dalam 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. 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.

Dari hasil penelitian, teori dan jurnal peneliti berasumsi, bahwa kompres hangat adalah memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu, tindakan kompres hangat dalam

upaya menurunkan nyeri bekerja dengan mengurangi ransangan pada ujung saraf atau memblokir arah berjalannya implus nyeri yang menuju ke otak. Daerah nyeri diberikan kompres hangat akan memberikan sinyal ke hipotalamus melalui sumsum tulang belakang, ketika reseptor panas di hipotalamus diberikan rangsangan. Sistem efektor mengeluarkan sinyal dan menyebabkan terjadinya vasodilatasi perifer, vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah meningkat sehingga kompres hangat juga meningkatkan pergerakan zat sisa dan nutrisi didalam tubuh, pengaruh setelah diberikan terapi kompres hangat responden terlihat lebih santai, rileks, mobilitas dengan baik dan merasakan nyeri sendi berkurang.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres hangat terbukti dapat menurunkan nyeri sendi lansia. Hal ini karena dengan melakukan kompres hangat dapat menurunkan tingkat nyeri, kompres dapat mengurangi nyeri. Kompres hangat juga berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah, menstimulasi sirkulasi darah, dan mengurangi kekakuan. Selain itu, kompres juga dapat menghilangkan sensasi rasa sakit.

KESIMPULAN

1. Hasil analisis univariat menunjukkan sebagian besar nyeri sendi responden sebelum terapi kompres hangat adalah nyeri sedang 15 sebanyak orang (60%) dan sebagian besar nyeri sendi responden sesudah terapi kompres hangat adalah nyeri ringan sebanyak 9 orang (36%).
2. Analisis bivariat diketahui bahwa rata-rata (*mean*) skala nyeri sendi sebelum terapi kompres hangat adalah 4,36 dengan standar deviasi 1,29, sedangkan rata-rata (*mean*) skala nyeri sendi sesudah terapi kompres hangat adalah 2,60 dengan standar deviasi 1,22, maka terdapat penurunan skala nyeri sendi sesudah terapi kompres sebesar $4,36 - 2,60 = 1,76$. Hasil uji statistik *wilcoxon* didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan

nyeri sendi osteoarthritis pada lansia di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Palembang.

SARAN

Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi petugas kesehatan terutama yang berada di Panti Sosial Lansia Usia Harapan Kita Palembang untuk dapat menyarankan atau mengajarkan kepada pasien lansia cara kompres hangat guna mengurangi nyeri sendi yang dirasakan.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi peneliti selanjutnya untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi *Osteoarthritis* Pada Lansia dan dilakukan penelitian lebih lanjut dengan metode penelitian yang berbeda, variabel yang berbeda, perlakuan yang lebih sering, kombinasi kompres, jumlah populasi dan sampel yang lebih banyak sehingga akan diperoleh

DAFTAR PUSTAKA

Amelia, A. T. (2020). Pengaruh Latihan Hidroterapi Terhadap Intensitas Nyeri Dan Kemampuan Fungsional Pada Pasien *Osteoarthritis* Genu. tanggal 2 desember 2021 pukul :20.00

Asmawi & Sugiarti. (2021). Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Kualitas Nyeri Sendi Pada Lansia Di Panti Bina Usia Lanjut Jayapura. *Healthy Papua*, 4(1), 206–212. tanggal 07 oktober 2021 pukul : 10.00

Berampu, D. (2021). Pelaksanaan Manual Traksi Dan Isometrik Exercise Terhadap Peningkatan Aktivitas Fungsional Pada Penderita *Osteoarthritis* Knee Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. *Jurnal Pengmas Kestra (Jpk)*, 1(1), 173–179. <https://doi.org/10.35451/jpk.v1i1.76> tanggal 8 oktober 2021 pukul 11.11

Hannan, Dkk (2019). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan

Nyeri Sendi *Osteoarthritis* Pada Lansia Di Posyandu Lansia Puskesmas Pandian Sumenep. *Wiraraja Medika*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.24929/fik.v9i1.68> tanggal 30 september 2021 pukul 12.33

Hannan, M, ... E. S.-W. M. J., & 2019, U. (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> tanggal 30 september 2021 pukul : 22.00

Harahap, V. H. (2020). Hubungan Disabilitas Dengan Depresi Pada Pasien *Osteoarthritis* Di Poliklinik Rsup Dr. Mohammad Hoesin Palembang. Tesis.

N. Dewi Dkk. (2020). Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Lansia Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku. Tanggal Uprate Sep 25 pukul 21.34

Ningrum, N. (2020). Mobilitas Fisik Pada Diagnosa Medis *Osteoarthritis* Di Desa Pasirian Lumajang.

Purbowati. (2020). Proyeksi Penduduk Kabupaten/Kota Provinsi Sumatera Selatan. Badan Pusat Statistik. Danggal Uprate Okt 12 pukul 01.43

Rahmawati, Anis. (2021). Potensi Kompres Hangat Jahe Merah Sebagai Terapi Komplementer Terhadap Pengurangan Nyeri Arthritis Gout. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 3(1), 7–15. <https://doi.org/10.53599/jip.v3i1.76> tanggal 12 oktober 2021 pukul 09.35

Wijaya, E., & Nurhidayati, T. (2020). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Skala Nyeri Sendi Lansia. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i2.5643> tanggal 21 september 2021 pukul 21.21