

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DENGAN *SLOW BACK MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN NYERI SENDI PADA LANSIA DENGAN *OSTEOARTRITIS* DI DESA KORLEKO SELATAN WILAYAH KERJA PUSKESMAS KORLEKO**

Suhirman Jayadi<sup>1</sup>, Maruli Taufandas<sup>2</sup>, Ahyar Rosidi<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** *Osteoarthritis* lutut adalah nyeri pada bagian tengah lutut, yang membatasi rentang gerak dan aktivitas fungsional, *Osteoarthritis* adalah penyakit bersifat kronis ditandai dengan nyeri sendi, kekakuan sendi di pagi hari strategi yang bisa digunakan adalah kompres hangat dan *Slow Back Massage*.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbandingan antara kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis* di desa korleko selatan wilayah kerja Puskesmas Korleko.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *quasi experimental* yang melibatkan, 2 kelompok yang bertujuan untuk menggambarkan ada tidaknya perbandingan antara kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi *osteoarthritis* dengan jumlah responden sebanyak 32 responden dan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Data yang diolah menggunakan statistik uji *mann whitney*

**Hasil:** Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan perbandingan efektivitas pemberian kompres hangat dengan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis*, Penelitian ini menunjukkan hasil uji statistik dengan menggunakan *mann whitney* diperoleh nilai *p value* sig yaitu = 0,811 >  $\alpha = 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

**Kesimpulan:** Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbandingan antara pemberian kompres hangat dengan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis* di desa korleko selatan wilayah kerja puskesmas korleko.

**Kata kunci** : Kunci :Efektifitas Kompres Hangat Dan *Slow Back Massage*, Nyeri Sendi *Osteoarthritis*

**Pustaka** : 5 buku, 20 jurnal

**Halaman** : 60 halaman

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Hamzar Lombok Timur

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Hamzar Lombok Timur

<sup>3</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Hamzar Lombok Timur

**THE EFFECTIVENESS OF WARM COMPRESSES AND SLOW BACK MASSAGE  
TO REDUCE JOINT PAIN IN ELDERLY WITH OSTEOARTRITIS  
IN THE SOUTH KORLEKO VILLAGE WORKING AREA  
OF THE KORLEKO PUBLIC HEALTH CENTER**

Suhirman Jayadi<sup>1</sup>, Maruli Taufandas<sup>2</sup>, Ahyar Rosidi.

**ABSTRACT**

**Background:** Osteoarthritis of the knee is pain in the middle of the knee which limits range of motion and functional activity, osteoarthritis is a chronic disease characterized by joint pain, joint stiffness in the morning, strategies that can be used are warm compresses and slow back massage.

**Objective:** This study aims to see a comparison between warm compresses and slow back massage to reduce joint pain in the elderly with osteoarthritis in Korleko village, south of the working area of the Korleko health center.

**Methods:** This study used a quasi-experimental study involving 2 groups which aimed to describe whether there was a comparison between warm compresses and slow back massage to reduce osteoarthritis joint pain with a total of 32 respondents and a simple random sampling technique, the data were processed using the Mann-Whitney test statistic.

**Results:** This study shows that there is no difference in comparison of the effectiveness of warm compresses and slow back massage to reduce joint pain in the elderly with osteoarthritis, this study shows the results of statistical test using Mann-Whitney obtained values  $p$  value  $sig$  that = 0,811  $> \alpha = 0,05$  which means  $H_a$  is rejected and  $H_0$  is accepted.

**Conclusion:** This study can be concluded that there is no comparison between warm compresses and slow back massage to reduce joint pain in the elderly with osteoarthritis in Korleko village, south Korleko health center working area.

**Keywords** : The Effectiveness Of Warm Compresses And Slow Back Massage, Osteoarthritis Joint Pain

**References** : 5 book, 14 journals

**Page** : 60 pages

<sup>1</sup>Student of Nursing Science Study Program STIKes Hamzar East Lombok

<sup>2</sup>Lecturer of Nursing Science Study Program STIKes Hamzar East Lombok

<sup>3</sup>Lecturer of Nursing Science Study Program STIKes Hamzar East Lombok

## PENDAHULUAN

Menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia, menua merupakan proses hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua adalah proses alamiah, yaitu anak, dewasa, dan tua. Nugroho, 2014 Dalam H annan et al 2021. seiring dengan proses menua tersebut, tubuh akan mengalami berbagai masalah kesehatan atau yang biasa disebut sebagai penyakit degeneratif.

*World Health Organisation* (WHO) menggolongkan lansia menjadi 4 yaitu: usia pertengahan (*middle age*) adalah 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) adalah 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) adalah 75-90 tahun dan usia sangat tua (*very old*) diatas 90 tahun (Nugroho, 2012). Sedangkan menurut Undang-undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia pada Bab 1 Pasal 1 Ayat, menyebutkan yang disebut usia lanjut adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas, baik pria maupun wanita (Nugroho, 2012). Jumlah lansia setiap tahun selalu meningkat, pada tahun 2017 jumlah penduduk lansia di seluruh dunia mencapai 424 juta atau sekitar 6,8% dari total populasi. Jumlah ini diperkirakan akan mencapai peningkatan dua kali pada tahun 2025, dimana terdapat 828 juta lansia atau sekitar 9,7% dari jumlah penduduk dunia (Maryam,2011).

Jumlah penduduk lansia di Indonesia juga mengalami kecenderungan yang sama yaitu meningkat setiap tahunnya. Tahun 2017 jumlah penduduk usia lanjut di Indonesia sebesar 23,4 atau 8,975% juta jiwa, Jumlah ini termasuk terbesar ke -5 dunia (Kemenkes RI, 2017). Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) merupakan Provinsi dengan presentase lansia No 7 di Indonesia. Jumlah usia lanjut di Daerah Nusa Tenggara Barat (NTB) 305,024 jiwa dari jumlah keseluruhan di Kabupaten maupun kota (Dinkes, Provinsi NTB, 2017). Provinsi

Daerah Nusa Tenggara Barat (NTB) memiliki 10 Kabupaten yaitu Kabupaten Lombok Timur dengan jumlah lansia 58.036 jiwa, Kabupaten Kota Mataram dengan jumlah lansia 28.868 jiwa, Kabupaten Lombok Barat dengan jumlah lansia 34.924 jiwa, Kabupaten Lombok Tengah dengan jumlah lansia 67.024 jiwa, Kabupaten Lombok Utara dengan jumlah lansia 15.934 jiwa, Kabupaten Bima dengan jumlah lansia 39.629 jiwa, Kabupaten Dompu dengan jumlah lansia 8.370 jiwa, Kabupaten Sumbawa dengan jumlah lansia 8.124 jiwa, Kabupaten Sumbawa Barat dengan jumlah lansia 34.400 jiwa, Kota Bima dengan jumlah lansia 9.715 jiwa.

Jumlah penduduk lansia di Indonesia juga mengalami kecenderungan yang sama yaitu meningkat setiap tahunnya. Tahun 2017 jumlah penduduk usia lanjut di Indonesia sebesar 23,4 atau 8,975% juta jiwa, Jumlah ini termasuk terbesar ke -5 dunia (Kemenkes RI, 2017). Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) merupakan Provinsi dengan presentase lansia No 7 di Indonesia. Jumlah usia lanjut di Daerah Nusa Tenggara Barat (NTB) 305,024 jiwa dari jumlah keseluruhan di Kabupaten maupun kota (Dinkes, Provinsi NTB, 2017). Provinsi Daerah Nusa Tenggara Barat (NTB) memiliki 10 Kabupaten yaitu Kabupaten Lombok Timur dengan jumlah lansia 58.036 jiwa, Kabupaten Kota Mataram dengan jumlah lansia 28.868 jiwa, Kabupaten Lombok Barat dengan jumlah lansia 34.924 jiwa, Kabupaten Lombok Tengah dengan jumlah lansia 67.024 jiwa, Kabupaten Lombok Utara dengan jumlah lansia 15.934 jiwa, Kabupaten Bima dengan jumlah lansia 39.629 jiwa, Kabupaten Dompu dengan jumlah lansia 8.370 jiwa, Kabupaten Sumbawa dengan jumlah lansia 8.124 jiwa, Kabupaten Sumbawa Barat dengan jumlah lansia 34.400 jiwa, Kota Bima dengan jumlah lansia 9.715 jiwa.

Salah satu keluhan yang di derita lansia adalah Osteoarthritis *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).

Strategi yang digunakan dalam penatalaksanaan nyeri di antaranya adalah menggunakan pendekatan manajemen farmakologi dan non farmakologis, farmakologi seperti penggunaan obat penurun nyeri, dengan mengonsumsi obat-obat analgetik seperti pemberian Obat Anti Inflamasi Nonsteroid (OAINS) (Sukandar et al 2009), adapun cara non farmakologi menurunkan nyeri antara lain, Pemberian kompres hangat, Pemberian kompres hangat adalah salah satu intervensi keperawatan yang sudah lama diaplikasikan perawat, kompres hangat merupakan mekanisme penghambat reseptor nyeri pada serabut saraf besar dimana akan mengakibatkan terjadinya perubahan mekanisme pada gerbang kontrol nyeri yang akhirnya dapat memodifikasi dan merubah sensasi nyeri yang datang sebelum sampai ke korteks serebri dan menimbulkan persepsi nyeri dari reseptor otot sehingga nyeri dapat berkurang (Potter & Perry 2005 dalam Sriwiyanti dan Noviyanti 2018). Jika nyeri tidak dapat 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 pagi hari Riyanto (2011) di dalam Hannan et al (2021). penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh hannan pada tahun 2021 dimana 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.

Selain kompres salah satu metode yang digunakan adalah *slow back Massage*, *slow back massage* adalah salah satu teknik memberikan tindakan *massage* pada punggung dengan usapan secara perlahan, Usapan dengan lotion/balsem memberikan sensasi hangat dengan mengakibatkan dilatasi pada pembuluh darah lokal, Vasodilatasi pembuluh darah akan meningkatkan peredaran darah pada area yang diusap sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi rasa sakit serta menunjang proses penyembuhan luka (Kristanto, 2017).

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 3 september 2022 di Wilayah Kerja Puskesmas Korleko dari data bulan Mei 2021 jumlah penderita *Osteoarthritis* di Puskesmas Korleko sebanyak 500 lansia, di tempat penelitian yaitu di Desa Korleko Selatan jumlah penderita yang mengalami nyeri sendi *Osteoarthritis* sebanyak 140 lansia. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan 10 orang lanjut usia berusia 65 – 70 tahun didapatkan data bahwa 7 orang responden mengalami *Osteoarthritis* yang sangat terganggu ketika melakukan aktifitas sehari – hari, 3 orang lanjut usia mengatakan dapat melakukan aktifitas seperti biasa dengan nyeri sendi *Osteoarthritis* yang dirasakannya. tetapi, pada kenyataannya lansia di Desa Korleko Selatan Wilayah Kerja Puskesmas Korleko belum mengetahui manfaat dari Kompres Hangat Dan *Slow Back Massage* dalam menurunkan nyeri sendi *Osteoarthritis* anggapan mereka melakukan Kompres hangat dan *Slow Back Massage* tidak berpengaruh apa apa “.

#### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental* yang dimana *quasi*

*experimental* adalah rancangan yang berupaya mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok yang bertujuan untuk menggambarkan ada tidaknya perbandingan antara variabel independent yaitu kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis* di desa korleko selatan wilayah kerja puskesmas korleko dengan menggunakan *pretest-posttest with control group*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian tentang Eektivitas pemberian kompres hangat dengan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis* di desa korleko selatan wilayah kerja puskesmas korleko.

### 1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Di Wilayah Kerja Puskesmas Korleko terdapat salah satu desa yang bernama korleko selatan yang dimana korleko selatan terdapat beberapa dusun di antaranya lembak lauk, lembak daya, banjar getas, dan dasan baru yang dimana di ke empat desa ini merupakan tempat penelitian di langsungkan korleko selatan terletak di sebelah selatan dari pusat kecamatan dengan orbitas, yaitu: jarak dari ibu kota kecamatan 5 km, jarak dari ibu kota Kabupaten 27 km dan jarak dengan ibu kota Propinsi 70 Km dengan batas sebagai berikut:

- a) Sebelah Utara : Desa Tirtanadi
- b) Sebelah Timur : Pantai Korleko
- c) Sebelah Selatan: Desa Lenek
- d) Sebelah Barat : Desa Geres

### 2. Data umum

- a) Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Prosentase (%)
Laki-laki	12	37,5%
Perempuan	20	62,5%
Total	32	100%

Dari tabel diatas diketahui bahwa responden paling sedikit

berjenis kelamin laki-laki dengan 12 responden (37,5%) dan paling banyak perempuan dengan 20 responden (62,5%).

- b) Karakteristik responden berdasarkan tingkat pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah (n)	Prosentase (%)
Pedagang	8	22,9%
Tidak bekerja	11	31,4%
Petani	10	28,6%
Buruh	1	2,9%
Peternak	2	5,7%
Total	32	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui tingkat pekerjaan responden paling banyak tidak bekerja dengan 11 responden (31,4%), petani dengan 10 responden (28,6%), pedagang dengan 8 responden (22,9%), buruh dengan 1 responden (2,9%), dan peternak dengan 2 responden (5,7%)

- c) Karakteristik responden berdasarkan usia

Usia	Jumlah (n)	Persentase (%)
Elderly 60-74	17	53,1%
Old 75-90	15	46,9%
Total	32	100%

Dari tabel diatas diketahui bahwa responden paling banyak berusia 60-74 tahun dengan responden sebanyak 17 (53,1%) dan responden berusia 75-90 tahun dengan 15 responden (46,9%)

### 3. Data khusus

- a. Karakteristik responden sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat pada kelompok intervensi Berdasarkan tingkatan nyeri pada

Sebelum	Jumlah (n)	Persentase (%)
Nyeri sedang	6	37,5%
Nyeri berat	10	62,5%
Total	16	100%

lansia sebelum dilakukan intervensi kompres hangat rata rata responden memiliki nyeri berat dengan 10 responden (62,5%)

Berdasarkan tingkatan nyeri pada lansia sesudah dilakukan intervensi

Sesudah	Jumlah (n)	Persentase (%)
Nyeri ringan	8	50,0%
Nyeri sedang	7	43,8%
Nyeri berat	1	6,2%
Total	16	100%

kompres hangat rata rata responden memiliki nyeri dengan dengan intensitas sedang sebanyak 8 responden (50,0%)

- b. Karakteristik responden sebelum dan sesudah pemberian *Slow Back Massage* pada kelompok control

Sebelum	Jumlah (n)	Persentase (%)
Nyeri ringan	1	6,2%
Nyeri sedang	3	18,8%
Nyeri berat	12	75,0%
Total	16	100%

Berdasarkan tingkatan nyeri pada lansia sebelum dilakukan intervensi *Slow Back Massage* rata rata responden memiliki nyeri dengan dengan intensitas berat sebanyak 12 responden (75,0%)

Sesudah	Jumlah (n)	Persentase (%)
Nyeri ringan	3	18,8%
Nyeri sedang	13	81,2%
Total	16	100%

Berdasarkan tingkatan nyeri pada lansia sesudah dilakukan intervensi *Slow Back Massage* rata rata responden memiliki nyeri dengan dengan intensitas sedang sebanyak 13 responden (81,2%)

- c. Analisis pengaruh kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis*

Test Statistics <sup>b</sup>	
	sesudah kompres hangat - sebelum kompres hangat
Z	-3.314 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Berdasarkan analisis wilcoxon diatas terdapat nilai  $p = 0,001$  yang artinya lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$

yang berarti ada pengaruh kompres hangat untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis*

Test Statistics <sup>b</sup>	
	sesudah sllow back massage - sebelum slow back massage
Z	-3.742 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Bedasarkan analisis wilcoxon diatas terdapat nilai  $p = 0,000$  yang artinya lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  yang berarti ada pengaruh *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis*

- d. Analisis efektivitas kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis*

Test Statistics <sup>b</sup>	
	hasil
Mann-Whitney U	122.000
Wilcoxon W	258.000
Z	-.238
Asymp. Sig. (2-tailed)	.811
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.838 <sup>a</sup>

Bedasarkan analisis mann whitney diatas terdapt nilai  $p = 0,811 > \alpha = 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian disimpulkan tidak ada perbedaan perbandingan efektivitas kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis* di desa korleko selatan wilayah kerja puskesmas korleko.

## PEMBAHASAN

### 1. Data umum

- a) Karaktristik Responden

Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukan bahwa seluruh responden ber jenis kelamin terbanyak pada karakteristik jenis kelamin yaitu

perempuan yaitu sebanyak 20 responden (62,5%) responden dalam penelitian ini adalah lansia dan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan dan pada dasarnya perempuanlah yang paling sering mengikuti pemeriksaan kesehatan. Penelitian ber langsung, rata-rata sampel yang berjenis kelamin lelaki menolak menjadi responden penelitian dikarenakan jumlah populasi lansia laki-laki lebih sedikit dibandingkan perempuan dan mereka juga jarang berada di rumah dan enggan mengikuti pemeriksaan kesehatan

b) Karakteristik Responden Berdasarkan pekerjaan

Pada penelitian ini di dapatkan tingkat pekerjaan responden paling banyak tidak bekerja dengan 11 responden (31,4%), petani dengan 10 responden (28,6%), pedagang dengan 8 responden (22,9%), buruh dengan 1 responden (2,9%), dan peternak dengan 2 responden (5,7%).

penelitian lain dilakukan oleh Deni prasetya utomo (2022). dari penelitian di dapatkan pasien menderita OA sesuai dengan data rekam medis yang di teliti. Antara lain tingkat pekerjaan ringan terdiri atas pekerjaan seperti guru dan pensiunan pegawai negeri, untuk tingkat pekerjaan sedang terdiri atas ibu rumah tangga dan wiraswasta, sedangkan tingkat pekerjaan berat terdiri dari petani dan buruh. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa semakin tinggi tingkat riwayat pekerjaan yang dilakukan pasien akan memperparah derajat OA yang diderita oleh pasien

c) Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Pada penelitian ini terdapat responden Umur lansia di kelompokkan ber dasarkan Batasan usia lanjut menurut WHO (1999) dalam Mujahidullah (2012) menggolongkan lanjut usia berdasarkan usia kronologis atau biologis menjadi 4 kelompok yaitu ,Usia pertengahan (*middle age*), yaitu antara usia 45 sampai 59 tahun, Usia lanjut (*elderly*), yaitu berusia antara 60 sampai 74 tahun, Usia tua (*old*), yaitu usia antara 75 sampai 90 tahun, Usia sangat tua (*very old*), yaitu usia diatas 90 tahun..

Penelitian yang di lakukan Cornelia Paerunan., (2019). Berdasarkan hasil penelitian ini usia paling muda terjadi OA lutut adalah 50 tahun dan yang paling tua terjadi pada usia 75 tahun. Kejadian OA lutut paling banyak terjadi pada kelompok usia 60-75 tahun, yaitu 74% lebih tepatnya pada usia 65 tahun, yaitu sebanyak 3 orang. Pada penelitian yang dilakukan oleh T. David, dkk mendapatkan hasil yang berbeda, dimana menunjukkan OA lutut meningkat seiring bertambahnya usia pada orang usia >65 tahun

2. Data khusus

a). kompres hangat

berdasarkan tabel 4.4 dan 4.5 karakteristi nyeri responden responden dibagi menjadi 3 yaitu nyeri ringan,berat dan sedang, pengukuran kompres hangat di lakukan 2 kali yaitu sebelum dan sesudah intervensi sebelum kompres hangat di dapatkan rata rata responden memliki nyeri berat dengan 10 responden (62,5%), dan sesudah kompres hangat rata rata

responden memiliki nyeri dengan dengan intensitas sedang sebanyak 8 responden (50,0%).

sebelum melakukan perbandingan peneliti juga melakukan uji *wilcoxon* untuk melihat apakah ada pengaruh dari kompres hangat untuk menurunkan nyeri sendi *osteoarthritis* pada lansia, pada tabel 4.7 dapat dilihat hasil dari nilai  $p = 0,001$  yang artinya lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  yang berarti ada pengaruh kompres hangat untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan osteoarthritis.

Terapi kompres merupakan salah satu terapi nonfarmakologis untuk menurunkan nyeri. Kompres dapat dibedakan menjadi dua jenis tindakan, yaitu kompres panas dan kompres dingin. Tindakan kompres panas dilakukan untuk melancarkan sirkulasi darah, juga untuk menghilangkan rasa nyeri, merangsang peristaltik usus, serta memberikan ketenangan dan kesenangan pada klien. Pemberian kompres panas dilakukan pada radang persendian, kekejangan otot, perut kembung, dan kedinginan. Sementara itu, kompres dingin dilakukan untuk menghilangkan rasa nyeri akibat edema atau trauma, namun dapat mengakibatkan konstriksi pembuluh darah dan mengurangi arus darah local, Dengan demikian, pada kondisi nyeri sendi rematik, terapi kompres yang tepat untuk diberikan adalah terapi kompres panas

b). *Slow Back Massage*

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.6 sebelum dilakukan *slow back massage* di dapatkan

rata rata responden memiliki nyeri dengan dengan intensitas berat sebanyak 12 responden (75,0%), dan sesudah *slow back massage* di dapatkan rata rata responden memiliki nyeri dengan dengan intensitas sedang sebanyak 13 responden (81,2%).

Pada tabel 4.8 peneliti juga melakukan uji untuk melihat pengaruh *slow back massage* menggunakan uji *Wilcoxon* di dapatkan nilai  $p = 0,000$  yang artinya lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  yang berarti ada pengaruh *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis*.

Massase merupakan tehnik integrasi sensoris yang memengaruhi aktivitas sistem syaraf otonom. Massase punggung merupakan intervensi non farmakologis dengan menggunakan pendekatan secara fisik. Penggunaan massase punggung tidak mempunyai efek samping berarti dan mudah dalam mengaplikasikannya (Kusyanti dalam Achjar, 2016).

c).Efektivitas kompres hangat dan *Slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis* di desa korleko selatan wilayah kerja puskesmas korleko

Peneliti membuktikan perbandingan antara metode kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis* di desa korleko selatan wilayah kerja puskesmas korleko, setelah diberikan intervensi dan di ambil nilai sesudah intervensi tidak ditemukan perbedaan yang



signifikan dari kedua metode, namun sebelum melakukan perbandingan peneliti juga melihat pengaruh dari kedua metode dalam menurunkan nyeri menggunakan uji *Wilcoxon* pada kompres hangat didapatkan nilai  $p = 0,001$  yang artinya lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  yang berarti ada pengaruh kompres hangat untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan osteoarthritis, sedangkan pada *slow back massage* didapatkan nilai  $p = 0,000$  yang artinya lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  yang berarti ada pengaruh *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis*.

Efektivitas kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis* telah dilakukan uji statistik oleh peneliti dengan menggunakan Uji *mann whitney* pada tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$  dengan nilai ( $\rho$ ) yang diperoleh sebesar 0,811 dengan bantuan spss 16. Karena nilai ( $\rho$ ) lebih besar dari nilai ( $\alpha$ ), maka  $H_a$  ditolak  $H_0$  diterima, tidak ada perbandingan yang signifikan antara kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan osteoarthritis

Berdasarkan penelitian sebelumnya 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 *Peired Simple T-Test* dengan teknik komputerisasi dengan tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) sebesar 0,05 dan tingkat kesalahan 95%. Hasil

perhitungan di dapat  $P\ value = 0,00 < \alpha (0,05)$  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

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas peneliti berasumsi bahwa tidak ada perbedaan signifikan dari kompres hangat dan *slow back massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *osteoarthritis*, Karena kompres hangat bisa melancarkan sirkulasi darah, juga untuk menghilangkan rasa nyeri, merangsang peristaltik usus, serta memberikan ketenangan dan kesenangan pada klien dan *slow back massage* juga Pelebaran pembuluh darah dan memperbaiki peredaran darah di dalam Jaringan tersebut. Dengan cara ini penyaluran zat dan bahan makanan Ke sel- sel diperbesar dan Pembuangan dari zat- zat yang tidak terpakai akan diperbaiki.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar nyeri yang di alami masyarakat puskesmas korleko sebelum di berikan terapi kompres hangat pada kategorik (75,0%) sebanyak 12 responden dengan nyeri berat, dan setelah terapi kompres hangat rata rata

- nyeri responden berada pada kategorik (50,0%) sebanyak 8 responden dengan nyeri ringan.
2. Sebagian besar nyeri yang di alami masyarakat puskesmas korleko sebelum di berikan terapi *slow back massage* pada kategorik (75,0%). sebanyak 12 responden dengan nyeri berat, sedangkan setelah pemberian terapi di dapat (81,2%). sebanyak 13 responden mengalami nyeri sedang.
  3. Tidak ada perbandingan efektivitas kompres hangat dan *Slow Back Massage* untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan *Osteoarthritis* didapatkan nilai  $p = 0,811 > \alpha = 0,05$ .

#### SARAN

1. Bagi Tempat penelitian, kompres hangat dan *slow back massage* ini memiliki pengaruh terhadap tingkat nyeri yang dialami lansia penting bagi puskesmas untuk meningkatkan pengetahuan lansia untuk menguramgi rasa nyeri yang di
2. Bagi pembaca, kompres hangat dan *slow back massage* ini sangat penting untuk menunjang kinerja perawat pada dunia kerja
3. Bagi institusi pendidikan, perlu melakukan seminar atau pelatihan pelatihan terkait dengan *kompres hangat dan slow back massage* ini untuk menunjang pengetahuan mahasiswa, agar menghasilkan mahasiswa yang berkopeten khususnya dalam bidang keperawatan
4. Bagi peneliti berikutnya lebih di eksplere lagi tentang metode kompres hangat dan *slow back massage* dengan responden yang tentunya lebih banyak lagi dari penelitian ini

#### DAFTAR PUSTAKA

Andarmoyo, (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media.

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

Pratiwi, A.I. (2015). 'Diagnosis and Treatment Osteotritis', *Diagnosis and treatment osteotritis*, 4, pp. 10-17

Potter, P.A, Perry, A.G.(2005). Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, proses, dan Praktik Edisi 4. Volume 1. Alih Bahasa : Yasmin Asih, dkk. Jakarta : EGC.

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

Rifham. (2010) . *Hubungan antara Waisthip Ratio dengan Derajat Nyeri Penyakit Osteotritis Lutut pada pasien di RSUP H.Adam malik, Medan* : Universitas Sumatera utara

Stanley, M., & Patricia, G.B.(2007). *Buku Ajar Keperawatan Geroontik, Edisi 2*. Alih bahasa Nety J. dan Sari K Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Sudoyo, A.W. (2010). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. jilid II. edisi V. Jakarta : Balai Penerbit FK UI.

Sriyanti., R. Eka (2016). *Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Asuhan Keperawatan TnM dengan Gout Athritis di Puskemas Gajahan Surakarta*. Program Studi DIII Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada Surakarta.

Trihartini, Mira. (2016). *Stimulasi Kutaneus Slow-Stroke Back Massage Menurunkan Intensitas Nyeri Osteoarthritis Pada Lansia*. *Jurnal Ners Vol. 5 No. 1 April 2010*: 87–92

Wijaya, (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

Wachjudi, Gunadi, dkk. (2006). *Diagnosis dan Terapi Reumatik* Jakarta : Sagung Seto.

Yuliasri, A. (2012). *Pengaruh Kompres Panas dengan Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Pada Osteoarthritis Sendi Lutut*. (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta)

PERPUSTAKAAN  
STIKES HAMZAR LOMBOK TIMUR

PERPUSTAKAAN  
STIKES HAMZAR LOMBOK TIMUR

PERPUSTAKAAN  
STIKES HAMZAR LOMBOK TIMUR