

**PENGARUH TERAPI KOMPRES HANGAT TERHADAP  
PENURUNAN NYERI SENDI OSTEOARTHRITIS PADA  
LANSIA PALEMBANG 2021**

Oleh

Elfrida Dela Rosadi<sup>1</sup>, Dian Nila Kusuma<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa DIII Program Diploma III Keperawatan Akper Kesdam II Sriwijaya

Email : [elfridadelarosady00@gmail.com](mailto:elfridadelarosady00@gmail.com)

<sup>2</sup> Dosen DIII Program Diploma III Keperawatan Akper Kesdam II Sriwijaya

Email :

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Osteoarthritis adalah penyakit sendi yang terjadi pada cartilago (tulang rawan) yang ditandai dengan timbulnya nyeri saat terjadi penekanan sendi yang terkena. Kelainan pada kartilago akan berakibat tulang bergesekan satu sama lain, sehingga timbul gejala kekakuan, Nyeri pembatasan gerak pada sendi **Metode :** Metode yang digunakan dalam pengumpulan jurnal ini Goggle Scholar yang diterbitkan dari tahun 2014-2020. **Hasil Penelitian :** literature ini Ada pengaruh yang signifikan antara kompres hangat dengan kejadian tingkat nyeri pada pasien dengan osteoarthritis **.Kesimpulan :** Sehingga dapat disimpulkan dari hasil 5 artikel diatas bahwa Terdapat penurunan nyeri sendi secara signifikan baik pada kelompok kontrol maupun intervensi, tetapi pada kelompok intervensi penurunan nyeri sendi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Kompres hangat merupakan salah satu terapi modalitas dalam intervensi keperawatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan rasa nyaman pada lansia dengan nyeri sendi.

**Kata kunci :** *kompres hangat, nyeri sendi, osteoarthritis*

**Daftar Pustaka :** 15 sumber (2014-2021)

**ABSTRACT**

**Background:** Osteoarthritis is a joint disease that occurs in cartilage (cartilage) which is characterized by the onset of pain when pressing on the affected joint. Cartilage abnormalities will result in the bones rubbing against each other, causing symptoms of stiffness, Pain restriction of motion in the joints **Method:** The method used in the collection of this journal is Goggle Scholar published from 2014-2020. **Results:** In this literature, there is a significant effect between warm compresses and the incidence of pain levels in patients with osteoarthritis. **Conclusion:** So it can be concluded from the results of the 5 articles above that there was a significant reduction in joint pain in both the control and intervention groups, but in the intervention group a decrease joint pain was greater than the control group. Warm compresses are a therapeutic modality in nursing interventions that can be used to increase comfort in the elderly with joint pain.

Key words: warm compress, joint pain, osteoarthritis

Bibliography: 15 sources (2014-2021)

## 1. PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Usia lanjut (lansia) adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih (WHO, 2015). Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis, kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kesepakatan secara individual (Effendi, 2014). Menua atau menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya yaitu anak, dewasa, dan tua. Tiga tahap ini berbeda, baik secara biologis maupun psikologis (Nugroho W, 2018).

Osteoarthritis adalah penyakit sendi yang terjadi pada cartilago (tulang rawan) yang ditandai dengan timbulnya nyeri saat terjadi penekanan sendi yang terkena. Kelainan pada kartilago akan berakibat tulang bergesekan satu sama lain, sehingga timbul gejala kekakuan, Nyeri pembatasan gerak pada sendi (Helmi, 2016).

Osteoarthritis merupakan suatu kelainan degenerasi sendi yang terjadi pada cartilage ( tulang rawan) yang ditandai dengan timbulnya nyeri saat terjadi penekanan pada sendi yang terkena . faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya osteoarthritis yaitu genetika, usia lanjut , jenis kelamin , perempuan dan obesitas. (Zhang el al , 2016).

WHO memperkirakan 40% populasi usia diatas 70 tahun menderita osteoarthritis dan 80% mengalami keterbatasan gerak (Isbagio, 2001). Lansia yang mengalami nyeri karena osteoarthritis jumlahnya mencapai 50- 60% pada penderita osteoarthritis . masalah osteoarthritis di Indonesia jumlahnya lebih besar dibandingkan Negara barat, jika melihat tingginya prevalensi penyakit osteoarthritis di malang lebih Data hasil Kementrian Kesehatan RI, jumlah lansia di Indonesia sebanyak 23,66 juta jiwa. Keluhan kesehatan yang sering terjadi yaitu rematik, asam

urat, darah tinggi, dan diabetes dengan prevalensi 32,99% (Susenas, 2012).Data lansia Dinas

Kesehatan Kabupaten Sumenep tahun 2016, lansia yang mengalami nyeri sendi sebanyak 1077 orang, dengan lansia laki-laki sebanyak 447 orang dan lansia perempuan sebanyak 630 orang. Strategi penatalaksanaan nyeri dengan menggunakan pendekatan manajemen farmakologis merupakan tindakan menurunkan respons nyeri tanpa sedikitpun menggunakan 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/nyeri dan akan menunjang proses penyembuhan luka dan proses peradangan (Stevens dkk, 2010). Pemberian kompres hangat adalah memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukannya. Tujuannya adalah memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, merangsang peristaltik usus, memperlancar pengeluaran getah radang (eksudat), memberikan rasa nyaman atau hangat dan tenang.

Data lansia di posyandu lansia puskesmas Pandian Sumenep tahun 2017 jumlah lansia sebanyak 591 orang, dengan pra lansia (45 – 59 tahun) 256 orang dan lansia dan resti (60/80 tahun keatas) sebanyak 335 orang. Jumlah lansia yang mengalami nyeri sendi akibat osteoarthritis sebanyak 40 orang, diantaranya laki-laki sebanyak 16 orang dan perempuan sebanyak 24 orang. Prevalensi penyakit tersebut sebanyak 7% dari total lansia di seluruh posyandu lansia puskesmas

Pandian Sumenep. Strategi penatalaksanaan nyeri dengan menggunakan pendekatan manajemen farmakologis merupakan tindakan menurunkan respons nyeri tanpa sedikitpun menggunakan 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/nyeri dan akan menunjang proses penyembuhan luka dan proses peradangan (Stevens dkk, 2010). Pemberian kompres hangat adalah memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukannya. Tujuannya adalah memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, merangsang peristaltik usus, memperlancar pengeluaran getah radang (eksudat), memberikan rasa nyaman atau hangat dan tenang.

Pemberian kompres panas dilakukan pada klien dengan perut kembung, klien yang mengalami radang, kekejangan otot (spasmus), adanya abses (bengkak) akibat suntikan, tubuh dengan abses atau hematoma (Kusyati, 2016)

## 1.2. Tujuan Penelitian

### 1.2.1 Tujuan umum

1. Memperoleh gambaran penerapan terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia.

### 1.2.2 Tujuan khusus

Secara khusus tujuan penelitian ini :

1. Mampu Mengidentifikasi penelitian/artikel

gambaran terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

2. Mampu Menganalisis hasil penelitian gambaran terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia
3. Mampu merumuskannya rekomendasi hasil penelitian tentang gambaran penerapan terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

## 1.3. Manfaat Penelitian

- a. Bagi Institusi

hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pengembangan standar atau pedoman tentang terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

- b. Bagi Mahasiswa

Memberi masukan bagi pengembangan ilmu keperawatan dan penelitian selanjutnya tentang terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

## Secara keilmuan hasil penelitian ini diharapkan dapat member manfaat :

- a. Evidance Base Nursing Practice implementasi terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia
- b. Sebagai data dasar bagi pengembangan studi atau penelitian yang mengembangkan tentang terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan design penelitian dengan menggunakan sumber literatur yang berbentuk buku, jurnal, artikel ilmiah khususnya yang terpublikasi yang merupakan hasil penelitian atau karya ilmiah sebelumnya. Literatur review adalah sebuah metode yang sistematis, eksplisit dan reproduisibel untuk melakukan identifikasi, evaluasi dan sintesis terhadap karya-karya hasil penelitian dan hasil pemikiran yang sudah dihasilkan oleh para penelitian dan hasil pemikiran yang sudah dihasilkan oleh para peneliti praktis

(Zulfikar, 2020) Penelitian ini merupakan penelitian naratif studi literatur yang menggambarkan hasil hasil pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

## 1. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 penelitian

Hasil penelitian studi literatur ini disajikan secara naratif untuk menggambarkan hasil penelitian dari 5 artikel/ hasil yang relevan dengan topik/ masalah pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri haid (Dismenore) pada remaja akhir

**Artikel Pertama** Hannan, Dkk (2020) yang berjudul Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Osteoarthritis Pada Lansia, yang dilaksanakan tanggal 03 januari 2020 di wilayah puskesmas pandian sumenep. Berdasarkan tabel hasil penelitian menunjukkan 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. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Ada pengaruh yang signifikan antara kompres hangat dengan kejadian tingkat nyeri pada pasien dengan osteoarthritis di posyandu lansia Puskesmas Pandian Sumenep.

**Artikel kedua** pratintya, Dkk (2014) yang berjudul kompres hangat menurunkan Nyeri persendian osteoarthritis pada lanjut usia yang dilaksanakan tanggal 01 juni 2014 di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan, Umbulharjo, Yogyakarta. Hasil dari

penelitian Untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri persendian osteoarthritis padalanjut usiadapat dilihatdengan analisis data menggunakan independent test pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen didapatkan bahwa nilai rata-ratanya adalah 2,83 sedangkan pvalue=0,000, nilai p kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ). Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan tingkat nyeriantara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Perubahan yang terjadi pada tingkat nyeri persendian pre test dan post test menunjukkan bahwa kompres hangat berpengaruh terhadap tingkat nyeri persendian osteoarthritis pada lanjut usia. Hal ini disebabkan karena adanya stimulasi yang digunakan untuk mengurangi nyeri persendian dengan menggunakan kompres hangat.

- **Artikel ketiga** Sinaga Dkk (2015) yang berjudul pengaruh kompres hangat terhadap Nyeri sendi pada lansia (60-74) yang dilaksanakan 2015. bahwa sebagian besar skala nyeri responden sebelum diberikan kompres hangat adalah 3,5 dan setelah diberikan kompres hangat adalah 2,5.
- Hasil penelitian membandingkan 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 skala 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. Kesimpulan Terdapat penurunan nyeri sendi secara signifikan baik pada kelompok kontrol maupun intervensi, tetapi pada kelompok intervensi penurunan nyeri sendi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Kompres hangat merupakan salah satu terapi modalitas dalam intervensi keperawatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan rasa nyaman pada lansia dengan nyeri sendi.

**Artikel keempat** Sinaga Dkk (2015) yang berjudul pengaruh kompres hangat terhadap Nyeri sendi pada lansia (60-74) yang dilaksanakan 2015.

Hasil penelitian membandingkan 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 skala nyeri sendi lansia pada kelompok intervensi jauh lebih tinggi dibanding kelompok kontrol. Hasil uji menunjukkan saat pengukuran kedua ada perbedaan skala nyeri dalam

**Penelitian 4:** Maghfiroh Dkk, (2016) yang berjudul upaya penurunan nyeri pada pasien osteoarthritis post total knee replacement yang dilaksanakan tanggal 4 juni 2016 di rsop DR.soeharso Surakarta. Hasil penelitian Hasil evaluasi pada tanggal 30 Maret 2016 subjektif: pasien mengatakan masih nyeri sedikit, pasien mengatakan nyeri post total knee replacement, nyeri seperti tertusuk-tusuk, nyeri pada lutut kanan, nyeri dalam skala 6 nyeri terasa hilang timbul, objektif: pasien terlihat sedikit relaks setelah diberi kompres hangat, assigment: masalah teratasi sebagian, planning: lanjutkan intervensi pemberian kompres hangat dan tehnik relaksasi nafas dalam dan pemberian terapi farmakologi. Kesimpulan Adanya pengaruh pemberian kompres hangat untuk mengurangi nyeri pada pasien menjadi metode terapi pada penurunan nyeri sendi osteoarthritis . Kompres hangat dapat menyebabkan vasodilatasi yang terjadi pada saat pemberian kompres hangat, dapat melebarkan pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan aliran darah pada bagian nyeri.

**Penelitian 5:** Nurwahidah, (2019) yang berjudul pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas Nyeri pada lansia yang mengalami osteoarthritis yang dilaksanakan tanggal 01 juni 2019 di Balai Sosial Werdha Provinsi NTB Kota Bima

Hasil penelitian 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 hasil  $p = 0.001$  atau lebih kecil dari 0.05 dengan T-temuan = -

kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Kesimpulan Terdapat penurunan nyeri sendi secara signifikan baik pada kelompok kontrol maupun intervensi, tetapi pada kelompok intervensi penurunan nyeri sendi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Kompres hangat merupakan salah satu terapi modalitas dalam intervensi keperawatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan rasa nyaman pada lansia dengan nyeri sendi.

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 kesimpulan Berdasarkan uji statistik didapatkan ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita osteoarthritis di Balai Sosial Lanjut Usia Kota Bima.

### 3.2 Pembahasan

#### Pembahasan

Pembahasan penelitian ini difokuskan pada hasil penelitian dari lima (5) artikel yang di dapatkan bahwa terjadi pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia.

Menurut artikel Hannan, Dkk (2020), sebelum diberikan kompres panas, pasien lansia dengan nyeri rematik di PSTW Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7,70%, nyeri sedang sebanyak 57,69%, dan nyeri berat terkontrol sebanyak 34,61%. Sesudah diberikan terapi kompres panas, pasien lansia dengan nyeri rematik di PSTW Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan yang mengalami nyeri ringan sebanyak 57,69%, dan nyeri sedang sebanyak 42,31%. Pemberian terapi kompres panas pada lansia dengan nyeri rematik di PSTW Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan berpengaruh secara bermakna terhadap penurunan tingkat nyeri ( $p = 0,000$ ) Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Ani Dwi Pratintya (2014) dengan judul “Kompres Hangat Menurunkan Nyeri Persendian Osteoarthritis Pada Lanjut Usia”

dengan nilai rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan kompres hangat pada kelompok kontrol sebesar 5,5 dan pada kelompok eksperimen sebesar 5,25. Nilai rata-rata nyeri sesudah diberikan kompres hangat pada kelompok kontrol menjadi 4,3 dan pada kelompok eksperimen menjadi 1,25. Terdapat perbedaan penurunan tingkat nyeri sebesar 1,16 pada kelompok kontrol dan sebesar 4,00 pada kelompok eksperimen. Hal tersebut menunjukkan terdapat penurunan tingkat nyeri persendian osteoarthritis pada lanjut usia setelah diberikan perlakuan berupa kompres hangat.

Menurut artikel pratinya, Dkk (2014), untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri persendian osteoarthritis pada lanjut usia dapat dilihat dengan analisis data menggunakan independen t test pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen didapatkan bahwa nilai rata-ratanya adalah 2,83 sedangkan p value=0,000, nilai p kurang dari 0,05 . medulla oblongata dari tungkai otak, di bawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah ke setiap jaringan khususnya yang mengalami radang dan nyeri bertambah sehingga mengalami penurunan skala nyeri pada jaringan yang meradang.

Menurut artikel Maghfiroh Dkk, (2016) Untuk mengatasi nyeri salah satunya adalah dengan menggunakan metode non-farmakologi yaitu kompres hangat. Metode non-farmakologi ini adalah metode yang paling sering dipakai untuk mengurangi rasa nyeri. Metode kompres hangat ini memiliki resiko yang sangat rendah, simpel, bersifat murah, efektif, tanpa efek yang merugikan, dan dapat menurunkan rasa nyeri. Efek fisiologi kompres hangat bersifat vasodilatasi, guna meredakan nyeri dengan merelaksasi otot, meningkatkan aliran darah, mempunyai efek sedatif dan menurunkan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi yang dapat menimbulkan nyeri. Panas dapat

merangsang serat saraf yang menutup gerbang hingga transmisi implus nyeri ke medula spinalis dan ke otak terhambat (Felina, Masrul, Iryani, 2015). Kompres hangat bekerja dengan cara konduksi, yaitu terjadi dengan cara menstimulasi reseptor nyeri (nociceptor) untuk memblok reseptor nyeri (Muttaqin, 2008). kompres hangat menurut metode dalam penggunaan suhu hangat dapat menimbulkan efek fisiologis. Kompres hangat dapat digunakan untuk menurunkan intensitas nyeri dan merelaksasi otot-otot yang tegang. Kompres hangat dilakukan dengan menggunakan buli- buli panas atau kantung air panas secara konduksi dimana akan menjadi pemindahan panas dari buli-buli ke tubuh hingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah akan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga intensitas nyeri yang dirasakan dapat berkurang (Anugraheni, Wahyuningsih, 2013)

Menurut Nurwahidah, (2019), 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 hasiluji 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 efektif hasil  $p = 0.001$  atau

lebih kecil dari 0.05 dengan T-temuan = -4.690 atau lebih besar dari T-tebel = 1.79588. dimana H0 ditolak dan H1 diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri di Balai Sosial Werdha Provinsi NTB Kota Bima.

## 4. SIMPULAN DAN SARAN

### 4.1. Simpulan

- 4.1.1 Terdapat 5 (lima) artikel yang memiliki relevansi dengan pengaruh Terapi kompres hangta terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia.
- 4.1.2 Pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan Nyeri sendi osteoarthritis pada lansia
- 4.1.3 Penerapan terapi kompres hangat terhadap penurunan Nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

### 4.2. Saran

Hasil Penelitian menyarankan :

#### 4.2.1 Bagi fasilitas pelayanan kesehatan

hendaknya menerapkan terapi kompres hangat dalam penatalaksanaan penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

#### 4.2.2 Bagi pengembangan keilmuan

Bagi instansi pendidikan atau komunitas pengembangan keilmuan diharapkan untuk menjadi bahan acuan dan referensi untuk bahan penelitian yang akan dikembangkan nantinya terkait dengan pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

#### 4.2.3 Bagi Penelitian

Bagi penelitian selanjutnya hendaknya mengembangkan metode atau terapi

kompres hangat dalam penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia

## DAFTAR PUSTAKA

Nurwahidah, 2019. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Yang Mengalami Osteoarthritis

Magfiroh N lukluatul, 2016. Upaya Penurunan Nyeri Pada Pasien Osteoarthritis Post Total Knee Replacement Di Rsoop DR.Soeharso Surakarta

Rochana, Nana Dkk. 2015. *Holistic nursing In Emergency And Disaster : issue and future*

Hannan mujib, 2016. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Osteoarthritis Pada Lansia Di Posyandu Lansia puskesmas Pandian Sumenep

Pratintya ani, 2014. Kompres Hangat Menurunkan Nyeri Persendian Osteoarthritis Pada Lanjut Usia

Suardianto, H dan Astuti. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Kritis Pendekatan Evidence Base Practice Nursing*. Kediri: Chakra Brahmanda Lentera.

PPNI, T.P. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Edisi 1 Cetakan III (Revisi)*. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Purwanto, Hadi. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Medikal Bedah II*. Jakarta: Kemenkes RI.

Riswanto dan Insani, Uswatun. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medikal Bedah (Sistem Muskuloskeletal)*. Yogyakarta: Deepublish.

Kurniati, Amelia, et al. (2018). *Keperawatan Gawat Darurat dan Bencana Sheehy*. . Singapore: Elsevier.

Manengkey, Olvin, et al. (2019). *Journal Of Community And Perbandingan Pemberian Kompres Dingin dan Hangat Terhadap Nyeri pada Pasien Fraktur Ekstermitas Tertutup Di Instalasi Gawat Darurat RS Bhayangkara Tk III Manado*, 7(2), 244-254.

Mawardah, Athiyyah. (2014). *Sistem Gerak pada Manusia*. Jakarta.

Nurarif, A.H dan Kusuma. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & Nanda Nic-Noc jilid 2*. Yogyakarta: Media Action.

Nusdin. (2020). *Keperawatan Gawat Darurat*. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing.

Adrianto, Hebert. et al. (2019). *Modul Workshop Biologi Abdimas*. Jawa Barat: CV. Jejak, anggota IKAPI.

Asmadi. (2018). *Teknik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Selemba Medika.

Astuti, Lenny dan Aini, Lela. (2020). *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Fraktur*, 12(1), 171-178.