



JURNAL KESEHATAN

Vol. 11 No. 1 Tahun 2020

DOI: <http://dx.doi.org/10.38165/jk>.

e-ISSN: 2721-9518

p-ISSN: 2088-0278

LP3M Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Cirebon

PENGARUH TERAPI KOMPRES HANGAT DENGAN WWZ (WARM WATER ZACK) TERHADAP NYERI PADA PASIEN *DYSPEPSIA*

R. Nur Abdurakhman*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon
radenabdurakhman73@gmail.com

Suzana Indragiri**

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon

Leny Nur Setiyowati***

Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon

Abstrak

Dyspepsia merupakan suatu kondisi medis yang ditandai dengan nyeri atau rasa tidak nyaman pada perut bagian atas atau ulu hati. Hal ini yang dapat menyebabkan gangguan rasa nyaman dan aman yaitu nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) terhadap nyeri pada pasien *dyspepsia* di RSIA Pala Raya Kabupaten Tegal Tahun 2020.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Pre-eksperimental* dengan tipe *the one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang didiagnosa *dyspepsia* sebanyak 15 pasien pada tanggal 12 - 14 Maret 2020, pengambilan sampel dengan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian berupa lembar ceklist dan NRS (*Numeric Rating Scale*) menggunakan metode *Paired T-Test*.

Hasil penelitian didapatkan bahwa intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi sebagian besar responden mengalami nyeri berat 7 - 10 (66,66%) dan intensitas nyeri setelah dilakukan intervensi adalah sebagian besar responden mengalami nyeri ringan 1 - 3 (60%). Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000$ dan jika $\alpha = 0,05$ maka $p < (0,000 < 0,05)$, yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) terhadap nyeri pada pasien *dyspepsia*

Kata Kunci: Terapi Kompres Hangat, WWZ (*Warm Water Zack*), Nyeri, *Dyspepsia*.

Abstract

Dyspepsia is a medical condition characterized by pain or discomfort in the upper abdomen or solar plexus. This can cause discomfort and safety, namely pain. The purpose of this study was to determine the effect of warm compress therapy with WWZ (*Warm Water Zack*) on pain in *dyspepsia* patients at RSIA Pala Raya Kabupaten Tegal 2020.

This study uses a *Pre-experimental* research design with the type of the one group pretest-posttest design. The population in this study were all patients diagnosed with *dyspepsia* as many as 15 patients on March 12-14, 2020, sampling with an *total sampling* technique. The research instruments were checklist sheets and NRS (*Numeric Rating Scale*) using the *Paired T-Test* method.

The results is the intensity of pain before the intervention was done most of the respondents experienced severe pain 7 - 10 (66,66%) and the intensity of pain after the intervention was that the majority of respondents experienced mild pain 1 - 3 (60%). Statistical test results obtained the value of $p = 0,000$ and if $\alpha = 0.05$ then $p < (0,000 < 0.05)$, which means there is a significant effect between warm compress therapy with WWZ (*Warm Water Zack*) on pain in *dyspepsia* patients.

Keywords: Warm Compress Therapy, WWZ (*Warm Water Zack*), Pain, *Dyspepsia*.

PENDAHULUAN

Gangguan rasa nyaman adalah keadaan ketika individu mengalami sensasi ketidaknyamanan dalam merespon suatu rangsangan yang tidak menyenangkan.¹ Nyeri merupakan keadaan ketika individu mengalami dan mengeluhkan ketidaknyamanan yang hebat atau sensasi yang tidak menyenangkan selama satu detik hingga kurang dari enam bulan.²

Nyeri merupakan sebuah tanda dan gejala dari sebuah penyakit, hampir semua penyakit didasari oleh nyeri, salah satunya adalah *dyspepsia*. *Dyspepsia* berasal dari bahasa Yunani, yaitu *dys-* (buruk) dan *-peptein* (pencernaan).³ Secara lebih jelas, arti kata *dyspepsia* adalah sekumpulan gejala nyeri, perasaan tidak enak pada perut bagian atas yang menetap, atau berulang yang berlangsung sejak tiga bulan terakhir, dengan awal gejala timbul enam bulan sebelumnya.⁴ Gejalanya bisa berupa kepenuhan perut bagian atas, mulas, mual, sendawa, atau sakit perut bagian atas.⁵

Ketidakteraturan makan seperti kebiasaan makan yang buruk, tergesa-gesa, dan jadwal yang tidak teratur dapat menyebabkan *dyspepsia*.⁶ Menurut jurnal ilmiah mahasiswa kedokteran medis yang ditulis oleh Raisha, dkk pada tahun 2018, dijelaskan bahwa responden yang lebih tinggi mengalami *dyspepsia* yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 51 responden (63 %) sedangkan responden berjenis kelamin laki-laki yang mengalami *dyspepsia* fungsional sebanyak 30 responden (37 %).⁷

Prevalensi *dyspepsia* di Amerika Serikat sebesar 23-25,8 %, di India 30,4 %, New Zealand 34,2%, Hongkong 18,4%, dan Inggris 38-41%.⁸ Sedangkan Data Profil Kesehatan Indonesia sendiri pada tahun 2007 menunjukkan *dyspepsia* sudah menempati peringkat ke-10 untuk kategori penyakit terbanyak pasien rawat inap di rumah sakit tahun 2006 dengan jumlah pasien 234.029 atau sekitar 1,59%, dengan 60%-70% pasien dengan *dyspepsia* fungsional yang masuk kebagian *Gastroenterohepatologi* berdasarkan data dari berbagai rumah sakit di Indonesia.^{9,10} Pada tanggal 12 Maret 2020 sampai dengan 14 Maret 2020 ditemukan sebanyak 15 pasien dengan *dyspepsia* di RSIA Pala Raya Kabupaten Tegal.

Perawat memiliki peran penting dalam menangani kejadian *dyspepsia*, sehingga perawat memiliki tugas profesional untuk mengenali dan mencegah hal-hal yang berhubungan dengan terjadinya gejala *dyspepsia* tersebut. Terapi farmakologi yang digunakan dalam menurunkan tingkat nyeri biasanya menggunakan analgetik yang memiliki beberapa efek samping.¹¹

Namun ada hal lain yang bisa kita terapkan salah satunya tindakan yang dilakukan adalah pemberian kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*). WWZ adalah botol karet yang berisi air panas untuk mengompres bagian tubuh yang sakit. Kompres hangat sering digunakan untuk mengurangi nyeri yang berhubungan dengan ketegangan otot walaupun dapat juga dipergunakan untuk mengatasi berbagai jenis nyeri yang lain.¹²

Hal tersebut senada dengan penelitian Rezky, 2013 dan Rizka, 2014 yang dijelaskan dalam jurnal Ners dan Kebidanan tahun 2018 menyatakan bahwa kompres hangat dapat menurunkan nyeri. Kompres hangat meredakan nyeri dengan mengurangi spasme otot, merangsang nyeri, menyebabkan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah. Pembuluh darah akan melebar sehingga memperbaiki peredaran darah dalam jaringan tersebut. Manfaatnya dapat memfokuskan perhatian pada sesuatu selain nyeri, atau dapat tindakan penglihatan seseorang tidak terfokus pada nyeri lagi, dan dapat relaksasi.^{13,14}

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) terhadap nyeri pada pasien *dyspepsia*.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*, dilakukan terhadap satu kelompok tanpa adanya kelompok kontrol atau pembandingan. Penelitian ini digunakan untuk mengetahui perbedaan tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*). Variabel terikat

dalam penelitian ini adalah nyeri. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang didiagnosa *dyspepsia* sebanyak 15 pasien pada tanggal 12 - 14 Maret 2020. Pengambilan sampel dengan teknik *total sampling* karena jika jumlah populasi kurang dari 100 maka seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.⁹

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Pasien *Dyspepsia*

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien *Dyspepsia*

No	Karakteristik	n	Persentase (%)
1	Usia		
	Kurang dari 17 Tahun	5	33,33
	Lebih dari 17 Tahun	10	66,66
2	Jenis Kelamin		
	Perempuan	9	60
	Laki – Laki	6	40
3	Pekerjaan		
	Pelajar / Mahasiswa	8	53,33
	IRT	2	13,33
	Wiraswasta	5	33,33

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa dari 15 responden dengan *dyspepsia* sebagian besar berusia lebih dari 17 tahun sebanyak 10 orang (66,66%) dengan jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan 9 orang (60%), mayoritas responden memiliki pekerjaan sebagai pelajar/mahasiswa sebanyak 8 orang (53,33%).

Skala Nyeri sebelum Terapi Kompres Hangat Dengan WWZ (*Warm Water Zack*)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Sebelum Terapi Kompres Hangat Dengan WWZ (*Warm Water Zack*).

Intensitas Nyeri	n	Persentase (%)
Nyeri Sedang 4-6	5	33,33
Nyeri Berat 7-10	10	66,66
Total	15	100

Pada Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 15 responden, skala nyeri sebelum dilakukan terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) dengan skala 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 5 (33,33%) dan skala nyeri dengan 7-10 (nyeri berat) sebanyak 10 (66,66%) responden.

Skala Nyeri setelah Terapi Kompres Hangat Dengan WWZ (*Warm Water Zack*)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Setelah Terapi Kompres Hangat Dengan WWZ (*Warm Water Zack*).

Intensitas Nyeri	n	Persentase (%)
Nyeri Ringan 1-3	9	60
Nyeri Sedang 4-6	6	40
Total	15	100

Pada Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 15 responden, skala nyeri setelah dilakukan terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) dengan skala 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 9 (60%) dan skala nyeri dengan 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 6 (40%) responden.

Perbedaan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Terapi Kompres Hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*)

Tabel 4. Perbedaan Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Terapi Kompres Hangat Dengan WWZ (*Warm Water Zack*).

Variabel	Mean	SD	P	N
Pre Test Skala Nyeri	2,667	0,4879	0,000	15
Post Test Skala Nyeri	1,400	0,5070		

Pada tabel 4 didapatkan nilai rata-rata skala nyeri sebelum intervensi adalah 2,667 dengan standar deviasi 0,4879. Sedangkan nilai rata-rata skala nyeri sesudah dilakukan intervensi adalah 1,400 dengan standar deviasi 0,5070. Hasil uji statistik *paired sample test* adalah $p = 0,000$ dan jika $\alpha = 0,05$ maka $p < \alpha$ ($0,000 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh antara terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) terhadap nyeri pada pasien dyspepsia

PEMBAHASAN

Nyeri

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 15 responden, skala nyeri sebelum dilakukan terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) dengan skala 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 5 (33,33%) dan skala nyeri dengan 7-10 (nyeri berat) sebanyak 10 (66,66%). Sedangkan skala nyeri sesudah dilakukan terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) dari 15 responden, nyeri terbanyak adalah nyeri dengan skala 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 9 (60%) dan skala nyeri dengan skala 4-6 (nyeri sedang) adalah sebanyak 6 (40%). Data ini menunjukkan bahwa adanya penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*).

Nyeri adalah pengalaman sensori nyeri dan emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual dan potensial yang tidak menyenangkan yang terlokalisasi pada suatu bagian tubuh ataupun sering disebut dengan istilah destruktif dimana jaringan rasanya seperti di tusuk-tusuk, panas terbakar, melilit, seperti emosi, perasaan takut dan mual.¹⁵ Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu. Pengukuran intensitas nyeri bersifat sangat subjektif dan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan berbeda oleh dua orang yang berbeda.¹⁶ Strategi penatalaksanaan nyeri adalah suatu tindakan untuk mengurangi nyeri yang terdiri dari farmakologi dan nonfarmakologi. Manajemen nyeri non farmakologi merupakan tindakan menurunkan respons nyeri tanpa menggunakan agen farmakologi.¹⁷ Salah satu penyembuhan non farmakologi atau fase rehabilitasi untuk menurunkan nyeri pada *dyspepsia* adalah teknik kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diyana (2012) menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata perubahan penurunan skala nyeri antara kompres hangat dengan kompres dingin, pada kompres hangat rata-rata perubahan skala nyeri adalah 1,92 sedangkan pada kompres dingin adalah 1,05. Tingkat keeratan hubungan antara kedua variabel tersebut adalah kategori kuat positif. Selain memberikan analgetik, kompres hangat dapat digunakan untuk menurunkan nyeri pada *dyspepsia*.¹⁷ Hasil penelitian inipun sejalan dengan penelitian Mia (2017) didapatkan bahwa dengan terapi kompres hangat WWZ (*Warm Water Zack*) pasien gastritis mengalami penurunan skala nyeri dari 6 menjadi 3. Terapi kompres hangat terbukti dapat menurunkan nyeri pada pasien gastritis.¹⁸ Penelitian yang dilakukan oleh Chilyatiz (2018)

didapatkan bahwa ada hubungan kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita penyakit asam urat di Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya.¹⁹

Pengaruh Terapi Kompres Hangat Dengan WWZ (*Warm Water Zack*) Terhadap Nyeri Pada Pasien *Dyspepsia*

Hasil penelitian ini didapatkan nilai rata-rata skala nyeri sebelum intervensi adalah 72,667 dengan standar deviasi 0,4879, nilai minimum 6 (nyeri sedang) dan nilai maximum adalah 9 (nyeri berat). Sedangkan nilai rata-rata skala nyeri sesudah dilakukan intervensi adalah 1,400 dengan standar deviasi 0,5070, nilai minimum 2 (nyeri ringan) dan maximum adalah 5 (nyeri sedang). Terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) mempengaruhi skala nyeri pada pasien *dyspepsia* karena dalam pemberian terapi ini dilakukan selama 15 menit tanpa diberikan obat analgesik sebelumnya.

Berdasarkan uji *paired T-Test* diperoleh *p value* 0,000, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) terhadap nyeri pada pasien *dyspepsia*. Hal tersebut senada dengan penelitian Rezky, 2013 dan Rizka, 2014 yang dijelaskan dalam jurnal Ners dan Kebidanan tahun 2018 menyatakan bahwa kompres hangat dapat menurunkan nyeri. Kompres hangat meredakan nyeri dengan mengurangi spasme otot, merangsang nyeri, menyebabkan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah. Pembuluh darah akan melebar sehingga memperbaiki peredaran darah dalam jaringan tersebut. Manfaatnya dapat memfokuskan perhatian pada sesuatu selain nyeri, atau dapat tindakan penglihatan seseorang tidak terfokus pada nyeri lagi, dan dapat relaksasi.^{13, 14} Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diyana (2012) menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata perubahan penurunan skala nyeri antara kompres hangat dengan kompres dingin, pada kompres hangat rata-rata perubahan skala nyeri adalah 1,92 sedangkan pada kompres dingin adalah 1,05. Tingkat keeratan hubungan antara kedua variabel tersebut adalah kategori kuat positif. Selain memberikan analgetik, kompres hangat dapat digunakan untuk menurunkan nyeri pada *dyspepsia*.¹⁷ Hasil penelitian inipun sejalan dengan penelitian Mia (2017) didapatkan bahwa dengan terapi kompres hangat WWZ (*Warm Water Zack*) pasien gastritis mengalami penurunan skala nyeri dari 6 menjadi 3. Terapi kompres hangat terbukti dapat menurunkan nyeri pada pasien gastritis.¹⁸

SIMPULAN

1. Intensitas nyeri sebelum pemberian terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) didapatkan nyeri dengan skala 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 5 (33,33%) dan skala nyeri dengan 7-10 (nyeri berat) sebanyak 10 (66,66%) responden. Intensitas nyeri setelah pemberian terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) didapatkan nyeri dengan skala 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 9 (60%) dan skala nyeri dengan 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 6 (40%).
2. Hasil ujistatistik *paired sample test* adalah $p = 0,000$ maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) terhadap nyeri pada pasien *dyspepsia*

SARAN

1. Bagi Perawat RSIA Pala Raya Kabupaten Tegal
Memberikan dan mengajarkan terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) pada pasien *dyspepsia*, agar pasien dapat secara mandiri mengatasi nyeri yang dirasakan.
2. Bagi Instansi RSIA Pala Raya Kabupaten Tegal
Membuat jadwal khusus untuk refreshing pemberian terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) berdasarkan SOP yang sudah ada, khususnya bagi perawat yang belum melaksanakan terapi kompres hangat dengan WWZ (*Warm Water Zack*) agar hal ini menjadi budaya sehari-hari.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Perlu dilakukan penelitian lanjutan khususnya berkaitan dengan terapi kompres hangat dengan berbagai metode yang berbeda terhadap nyeri pada pasien *dyspepsia*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Capernito Lynda. Buku saku diagnosis keperawatan, Jakarta: EGC; 2013.
2. Indrayani. Asuhan persalinan dan bayi baru lahir, dalam Maidartati, dkk. Jurnal Keperawatan BSI, Vol. VI. Bandung; 2018.
3. Abdullah M, Gunawan J. Dispepsia. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; 2012.
4. *Eka hospital. Kenali penyakit dispepsia; [Diakses 16 Januari 2020]. Tersedia dari: <https://www.ekahospital.com/id/media-detail/health-info/recognizing-dyspepsia-disease>*
5. *Duvnjak, dedit oleh Marko. Dispepsia dalam praktik klinis (1. Aufl. Ed.). New York; 2011. [Diakses pada 16 Januari 2020. Tersedia dari: <https://translate.google.com/translate?u=https://en.wikipedia.org/wiki/Indigestion&hl=id&sl=en&tl=id&client=srp>*
6. *Yuriko Andre. Hubungan pola makan dengan kejadian depresi pada penderita dispepsia fungsional. Jurnal Kesehatan Andalas; 2013.*
7. Raisha, dkk. Jurnal ilmiah mahasiswa kedokteran biomedis. Banda Aceh; 2018.
8. Kumar A, Patel J, Sawant P. Epidemiology of functional dyspepsia. J Assoc Physicians India. 2012;60(6):9–12. [Diakses pada 16 Januari 2020]. Tersedia dari: <https://media.neliti.com/media/publications/186776-ID-gambaran-sindroma-dispepsia-fungsional-p.pdf>
9. Andre, Y., Machmud, R., Widya, A. M. Hubungan pola makan dengan kejadian depresi pada penderita dispepsia fungsional. Retreved Mei 15, 2015; [Diakses pada 16 Januari 2020]. Tersedia dari: https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_dir/dd7313758d98e4c2976ceccaf0de8e4b.pdf
10. Cahyanto, M.E., Ratnasari, N., Siswanto, A. Symptoms of depression and quality of life in functional dispepsia patients .J Med SScii, 46(2): 88 – 93. ; [Diakses pada 16 Januari 2020].
11. Enggal. Terapi komplementer alternatif akupresur dalam menurunkan tingkat nyeri. Jember: Nurseline Journal; 2016.
12. Arovah, N. I. Fisioterapi olahraga. Jakarta: EGC; 2016.
13. Rezky. Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri artritis gout pada lanjut usia di Kampung Tegalegendu Kecamatan Kota Gede Yogyakarta. Jakarta: Jurnal Ners dan Kebidanan; 2018.
14. Rizka. Hubungan tingkat pengetahuan penderita asam urat dengan kepatuhan diet rendah purin di Gawanan Timur Kecamatan Colombu Karanganyar. Jakarta: Jurnal Ners dan Kebidanan; 2018.
15. Hindun, Galuh D. Asuhan keperawatan dengan masalah keperawatan nyeri akut post curretage atas indikasi abortus incomplete pada Ny. Y P0A1 di Ruang Bougenville RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga. Karya Tulis Ilmiah. Purwokerto: D III Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Purwokerto; 2016.
16. Andarmoyo, S. Konsep dan proses keperawatan nyeri. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media; 2013.
17. Diyana. Perbedaan kompres hangat dengan kompres dingin terhadap perubahan skala nyeri pada pasien dyspepsia di Rsu Kardinah Tegal Tahun 2012. Skripsi. Tegal: STIKES BHAMADA SLAWI; 2012
18. Mia Khoirul. Penerapan terapi kompres air hangat untuk mengurangi nyeri pada pasien gastritis di Ruang Dahlia RSUD Dr. Soedirman Kebumen 2017. KTI. Kebumen: STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG; 2017.
19. *Chilyatiz Dkk. Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita penyakit artritis gout. Vol 5, No 3 (2018). Jurnal Ners Dan Kebidanan: 2018.*