

PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI PADA PASIEN GASTRITIS

IMPLEMENTATION OF WARM COMPRESS TO PAIN IN GASTRITIC PATIENTS

Cici Andika¹, Sapti Ayubbana², Indhit Tri Utami³

¹⁻²⁻³Akademi Keperawatan Dharma Wacana Metro

Email : ciciandika05@gmail.com

ABSTRAK

Gastritis merupakan peradangan mukosa lambung. Gejala dari gastritis yaitu nyeri epigastrium. Nyeri epigastrium terjadi karena peningkatan sekresi gastrin yang menyebabkan terjadinya iritasi pada mukosa lambung. Nyeri dapat ditangani dengan pengobatan non farmakologis yaitu dengan kompres hangat. Tujuan penerapan ini adalah untuk mengetahui efektifitas penerapan kompres hangat terhadap skala nyeri pasien gastritis. Metode penerapan ini menggunakan metode studi kasus. Subyek yang digunakan sebanyak 2 (dua) orang. Pengukuran nyeri menggunakan *Numerical Rating Scale/NRS*. Analisa data dilakukan menggunakan analisis deskriptif. Hasil penerapan menunjukkan bahwa skala nyeri epigastrium kedua pasien sebelum dilakukan kompres hangat dengan skala 5 (nyeri sedang). Setelah dilakukan kompres hangat selama 3 hari pada kedua pasien mengalami penurunan skala nyeri epigastrium yaitu 2 dan 1 (nyeri ringan). Kesimpulan penerapan kompres hangat efektif dalam menurunkan skala nyeri epigastrium pada pasien gastritis.

Kata Kunci : Gastritis, Nyeri, Kompres Hangat

ABSTRAK

Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa. Symptoms of gastritis are epigastric pain. Epigastric pain occurs due to increased gastrin secretion which causes irritation of the gastric mucosa. Pain can be treated with non-pharmacological treatment, namely with warm compresses. The purpose of this application is to determine the effectiveness of applying warm compresses to the pain scale of gastritis patients. This application method is to use the case study method. The subjects used are 2 (two) people. Of pain measurement results using the Numerical Rating Scale/ NRS. Data analysis was carried out using descriptive. The results of the application showed that the epigastric pain scale of the two patients before warm compresses was applied pain on a scale of 5 (moderate pain). After a warm compress for 3 days, both patients experienced a decrease in the epigastric pain scale, namely 2 and 1 (mild pain).

Keywords : Gastritis, Pain, Warm Compress

PENDAHULUAN

Gastritis berasal dari kata “gaster” yang artinya lambung dan “itis” yang berarti inflamasi. Secara umum gastritis dikenal dengan sakit maag yang merupakan peradangan dinding lambung terutama pada selaput dinding lambung. Gastritis merupakan inflamasi yang mengenai mukosa lambung. Inflamasi ini dapat mengakibatkan pembengkakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa superficial yang menjadi penyebab terpenting dalam gangguan saluran pencernaan¹.

Kasus gastritis menunjukkan angka yang cukup tinggi di berbagai negara. Persentase penyakit gastritis di negara Afrika 69%, Amerika Selatan 78%, dan di Asia 51%. Penyakit di dunia mencapai 1,8 juta hingga 2,1 juta penduduk setiap tahunnya, sedangkan di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Persentase di Indonesia 40,8%, dengan prevalensi 274,396 kasus dari 238.952 jiwa². Hasil dari Profil Kesehatan Provinsi Lampung (2020), menunjukkan angka kejadian gastritis 19.3749% dan menduduki peringkat ke-2 dari 10 besar penyakit yang ada di Lampung³.

Gejala dari gastritis yang paling sering terjadi yaitu nyeri pada epigastrium. Nyeri epigastrium terjadi karena peningkatan sekresi gastrin yang menyebabkan terjadinya iritasi pada mukosa lambung⁴. Nyeri epigastrium akan mempengaruhi perilaku dan aktivitas sehari-hari yang ditandai dengan klien sering kali meringis, mengerutkan dahi, menggigit bibir, gelisah, imobilisasi, mengalami ketegangan otot, dan melakukan gerakan melindungi bagian tubuh sampai dengan menghindari percakapan⁵. Dampak dari nyeri epigastrium jika tidak segera ditangani akan menyebabkan gastritis akut hingga kronis⁶.

Tindakan mandiri perawat untuk membantu pasien dalam manajemen nyeri adalah dengan pemberian kompres hangat. Tujuan penerapan kompres hangat untuk meningkatkan relaksasi otot-otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan serta memberikan rasa hangat lokal. Panas cukup berguna untuk meredakan iskemia dengan menurunkan kontraksi dan meningkatkan sirkulasi. Kompres hangat dapat menyebabkan pelepasan hormone *endorphin* tubuh sehingga memblokir transmisi stimulasi nyeri⁷.

METODE

Desain Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan desain studi kasus(*case study*.)Terkait penerapan kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri epigastrium pada pasien gastritis di RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro.

Subyek yang digunakan dalam penerapan adalah 2 (dua) oarng pasien gastritis dengan nyeri epigastrium. Instrumen penerapan yang digunakan dalam pengumpulan data adalah lembar informed concent, lembar observasi skala nyeri sebelum dan setelah penerapan kompres hangat, Standar Operasional Prosedure (SOP). Pengkajian pengukuran intensitas nyeri epigastrium menggunakan skala nyeri Numeric Rating Scale (NRS). Analisa data dilakukan menggunakan analisis deskriptif dengan melihat skala nyeri sebelum dan setelah penerapan.

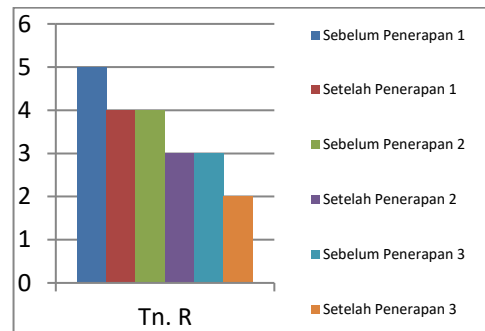
Penelitian ini telah melewati uji lolos etik dari komite etik penelitian kesehatan (KEPK) RSUD Jend. Ahmad Yani Metro nomor : 000/233/KEPK-LE/LL-3/2022.

HASIL

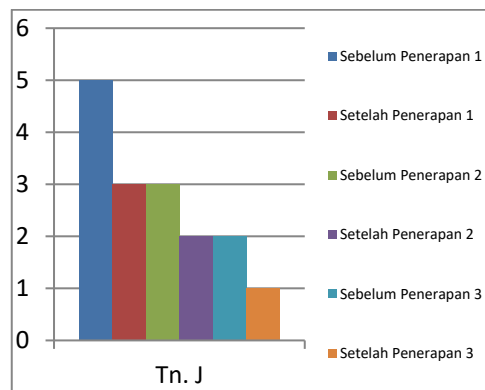
Penerapan telah dilakukan selama 3 hari subyek I pada tanggal 07-09 Juni 2022 dan subyek II pada tanggal 09-11 Juni 2022. Intensitas nyeri epigastrium

sebelum dan setelah penerapan kompres hangat dapat dilihat pada grafik dibawah:

Grafik 1 Gambaran Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Penerapan Kompres Hangat



Grafik 2 Gambaran Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Penerapan Kompres Hangat



PEMBAHASAN

A. Karakteristik Subyek

Gambaran karakteristik subyek dalam penerapan ini meliputi

1. Usia subyek yang terlibat dalam penerapan ini memiliki usia yang berbeda yaitu subyek I berusia 18 tahun dan subyek II berusia

34 tahun. Usia subyek I dalam kategori usia remaja dan rsubyek II dalam kategori usia dewasa. Perbedaan klasifikasi usia ini dapat mempengaruhi respon terhadap nyeri. Terdapat beberapa variasi dalam batas nyeri yang dikaitkan dengan kronologis usia. Individu dewasa mungkin tidak melaporkan adanya nyeri karena takut bahwa hal tersebut mengindikasikan diagnosis yang buruk. Individu remaja akan melaporkan adanya nyeri⁸.

Penelitian yang dilakukan⁹ menyebutkan bahwa usia dan perkembangan seseorang merupakan variable penting yang akan mempengaruhi reaksi dan eskpresi terhadap nyeri, khususnya pada anak-anak dan dewasa/lansia yang mana terjadi perbedaan dalam bereaksi terhadap nyeri. Anak-anak mengalami kesulitan dalam memahami nyeri dan beranggapan bahwa apa yang dilakukan perawat dapat menimbulkan nyeri. Usia remaja respons nyeri tidak dapat ditoleransi. Orang dewasa dan lansia berespons bahwa nyeri merupakan sesuatu yang harus

dilalui sehingga bagian normal dari proses penuaan sehingga nyeri menjadi sesuatu yang harus mereka sangkal karena jika menerima nyeri, berarti mereka menerima kenyataan bahwa mereka bertambah tua.

2. Jenis kelamin

Kedua subyek pada penerapan ini berjenis kelamin laki-laki. Kedua subyek mengatakan bahwa skala nyeri saat dilakukan pengkajian dengan skala nyeri 5. Jenis kelamin dapat menjadikan faktor yang signifikan dalam merespons nyeri, laki-laki lebih jarang melaporkan dan mengespresikan nyeri dibandingkan perempuan. Hal ini tidak berarti bahwa pria jarang merasakan nyeri, hanya saja mereka jarang memperlihatkan hal itu⁸.

3. Faktor Sosiobudaya

Subyek dalam penerapan ini memiliki suku yang sama yaitu suku Jawa. Ras, budaya dan etnik dapat mempengaruhi respons nyeri⁸.

Penelitian yang dilakukan⁹ yang mengungkapkan bahwa setiap orang dengan budaya yang berbeda akan mengatasi nyeri dengan cara yang berbeda-beda.

Ada perbedaan makna dan sikap yang dikaitkan dengan nyeri pada berbagai budaya. Budaya mempengaruhi seseorang bagaimana cara toleransi terhadap nyeri, menginterpretasikan nyeri, dan bereaksi secara verbal atau nonverbal terhadap nyeri.

4. Riwayat nyeri sebelumnya
Subyek I memiliki riwayat nyeri epigastrium sejak 5 bulan yang lalu, pada subyek II baru pertama kali merasakan nyeri pada bagian perut atau epigastrium. Individu yang pernah mengalami nyeri atau menyaksikan penderitaan orang terdekatnya saat mengalami nyeri cenderung merasa terancam dengan peristiwa nyeri yang akan terjadi dibandingkan individu lain yang belum pernah mengalaminya. Seseorang yang berhasil mengatasi nyeri sebelumnya maka orang tersebut akan lebih mudah mengatasi nyeri yang dirasakan⁵.

B. Pengaruh Penerapan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Pada Pasien Gastritis

Penerapan ini mengidentifikasi keefektifan kompres hangat terhadap nyeri epigastrium. Hasil penerapan

pada subyek menunjukkan bahwa terjadi penurunan skala nyeri kedua subyek sebelum dilakukan penerapan kompres hangat berada pada skala nyeri sedang (5). Setelah dilakukan penerapan kompres hangat pada perut skala nyeri kedua subyek menurun, pada Tn. R menurun menjadi skala nyeri ringan (2), pada Tn. J menurun menjadi skala nyeri ringan (1).

Nyeri epigastrium merupakan salah satu tanda gejala yang khas pada penderita gastritis. Nyeri pada gastritis timbul karena pengikisan mukosa lambung yang dapat menyebabkan kenaikan mediator kimia seperti prostaglandin dan histamine pada lambung yang ikut berperan dalam merangsang reseptor nyeri¹⁰. Jika ditemukan korpus dan fundus, biasanya disebabkan stres. Jika ditemukan pada daerah antrum, pada umumnya disebabkan oleh obat-obatan seperti NSAID. Secara mikroskopik, terdapat erosi dengan regenerasi epitel, dan ditemukan reaksi sel inflamasi neutrofil yang minimal¹¹.

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk menurunkan intensitas nyeri epigastrium yaitu memberikan kompres hangat. Pemberian kompres hangat pada

pasien nyeri epigastrium dapat membantu merelaksasi otot-otot sekitar daerah nyeri, sejalan dengan teori Price, Sylvia & Wilson (2013) kompres hangat dilakukan dengan menggunakan buli-buli hangat atau kantong air panas secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan akan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang¹². Kompres hangat memiliki beberapa pengaruh yaitu melebarkan pembuluh darah dan memperbaiki peredaran daerah di dalam jaringan tersebut, pada otot panas memiliki efek menurunkan ketegangan, meningkatkan sel darah putih secara total dan fenomena reaksi peradangan serta adanya dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah serta peningkatan tekanan kapiler. Tekanan oksigen dan karbondioksida didalam darah akan meningkat sedangkan derajat keasaman darah akan mengalami penurunan¹².

Penggunaan kompres hangat dapat membuat sirkulasi darah lancar, vaskularisasi lancar dan terjadi vasodilatasi yang membuat relaksasi

pada otot karena otot mendapatkan nutrisi berlebih yang dibawa oleh darah sehingga kontraksi otot menurun. Kompres hangat dengan suhu 40-50 C mengakibatkan terjadinya vasodilatasi yang membuka aliran darah membuat sirkulasi darah lancar kembali sehingga terjadi relaksasi otot¹².

Hasil penerapan ini relevan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh yang menyebutkan bahwa terdapat pengaruh sebelum dan setelah penerapan kompres hangat skala nyeri 6 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan) setelah penerapan¹³.

KESIMPULAN

Penerapan kompres hangat dapat membantu menurunkan intensitas nyeri epigastrium pada pasien gastritis.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ulumiya, N. (2021). Laskar Bakteri Patogen. Surabaya : UM Surabaya Publishing, ukuran buku : 13 x 20,5 cm, xii + 97 halaman, ISBN : 978-623-5922-56-0.
2. World Health Organization. (2020). Evaluation of specific indicator of Helicobacter Pylori associated gastritis in Egypt: World Health

- Organisations.
<http://apps.embro.who.int/emhj/v18/05.pdf>.
3. Dinas, Kesehatan, Lampung. (2020). Profil Kesehatan Lampung 2020. Lampung: Dinkes Lampung.
 4. Diyono & Mulyani (2013). Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah Sistem Pencernaan Edisi Pertama Jakarta: Salemba Medika.
 5. Mubarak, W. H. Indrawati, L & Susanto, J. (2015). Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar Buku 2. Jakarta: Salemba Medika.
 6. Misnadiarly. (2016). Mengenal Penyakit Organ Cerna Gastritis (Penyakit Maag). Jakarta : Yayasan Pustaka Obor.
 7. Putri, D, S, dkk. (2021). Teknik Relaksasi Air Hangat Pada Pasien Gastritis. Pringsewu: Volume 3, Nomer 1, Febuari 2021, P. 69-74 ISSN 2655-9951 (print), ISSN 2656-0062 (online). <http://wellness>. Journal press. Id/index. Php/wellness/.
 8. Black, J. M. & Hawks, J, H,. (2014). Medical Surgical Nursing Vol. Jakarta: SalembaMedika.
 9. Wijaya, I,P, A. (2014). Analisis Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Intensitas Nyeri Pasien Pasca Bedah Abdomen Dalam Konteks Asuhan Keperawatan di RSUD Bandung Bali. Bali: Jurnal Dunia Kesehatan 5 (1), 76598, 2014.
 10. Sukarmin. (2012). Keperawatan Pada Sistem Pencernaan Yogyakarta: Pelajar
 11. Tane, R. (2014). Studi Literature Mengenai Efektivitas Terapi Relaksai Otogenik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Epigastrium Pada Penderita Gastritis. BIMIKI, Vol. 2 No 2 Januari-Juni 2014. Sumatra Utara: Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara.
 12. Praptini, D, I,. (2019). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Kolik Abdomen. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Penerbit: LPPM dian Husada Mojokerto.
 13. Khomariyah, I. (2021). Penerapan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Pada Pasien Gastritis. Jurnal Cendakia Muda Volume 1, Nomer 1, Maret 2021, ISSN : 2807-3469.