

**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DALAM
PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA AMAN NYAMAN NYERI PADA
PASIEN *LOW BACK PAIN* DI RUANG ANGGREK 2 RSUP Dr. SARDJITO**

Novelia Ramadhani*¹, Maryana², Sapta Rahayu Noamperani³, Harmilah⁴

^{1,2,3}Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,

Jl. Tatabumi No. 3, Banyuraden, Gamping, Sleman

E-mail : novelia.rmdhn@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Gangguan musculoskeletal di dunia menurut data dari WHO tahun 2022 berjumlah 1,71 milyar sedangkan kejadian *low back pain* merupakan masalah kesehatan ke 3 di dunia. Prevalensi pasien dengan *low back pain* yang dirawat di Ruang Anggrek 2 RSUP Dr. Sardjito, dari bulan Maret 2023 – Maret 2024 terdapat 130 kasus. Nyeri pada *low back pain* dapat diatasi dengan melakukan berbagai alternatif, salah satunya adalah terapi panas kompres hangat. Efek terapeutik panas antara lain adalah vasodilatasi dimana meningkatkan aliran darah kebagian tubuh yang mengalami cedera, meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan, meningkatkan aliran darah dan memberikan rasa hangat lokal.

Tujuan: Mampu menerapkan kompres hangat dalam asuhan keperawatan pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan *low back pain*.

Metode: Desain karya ilmiah ini merupakan deskriptif kualitatif. Metode yang digunakan adalah studi kasus penerapan intervensi kompres hangat pada dua subjek dengan masalah keperawatan nyeri akut pada *low back pain* di Ruang Anggrek 2 RSUP Dr. Sardjito. Pengukuran intensitas nyeri dengan *Numeric Rating Scale* (NRS). Kompres hangat dilakukan 20 menit satu kali sehari selama 3 hari perawatan.

Hasil: Masalah keperawatan pada kedua pasien adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera biologis (*retrolithesis*) dan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (*trauma*), setelah dilakukan intervensi terapi panas kompres hangat satu kali sehari selama 3 hari perawatan, masalah keperawatan teratasi dengan terjadi penurunan intensitas nyeri pada kedua pasien.

Kesimpulan: Kompres hangat dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien dengan *low back pain*.

Kata Kunci: Kompres Hangat, Nyeri, *Low Back Pain*.

APPLICATION OF WARM COMPRESS TO FULFILL THE NEED FOR FEEL SAFE COMFORT PAIN IN LOW BACK PAIN PATIENTS IN ANGGREK ROOM 2 RSUP DR. SARDJITO

Novelia Ramadhani*¹, Maryana², Sapta Rahayu Noamperani³, Harmilah⁴

^{1,2,3}Department of Nursing, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Tatabumi street No. 3, Banyuraden, Gamping, Sleman

E-mail : novelia.rmdhn@gmail.com

ABSTRACT

Background: Musculoskeletal disorders in the world according to data from WHO in 2022 amount to 1.71 billion, while the incidence of low back pain is the 3rd health problem in the world. The prevalence of patients with low back pain who are treated in Anggrek Room 2 RSUP Dr. Sardjito, from March 2023 – March 2024 there were 130 cases. Pain in low back pain can be overcome by using various alternatives, one of which is heat therapy with warm compresses. The therapeutic effects of heat include vasodilation which increases blood flow to the injured part of the body, increases muscle relaxation and reduces pain due to spasms or stiffness, increases blood flow and provides a local feeling of warmth.

Objective: Able to apply warm compresses in nursing care to fulfill the need for safety and comfort in patients with low back pain.

Method: The design of this scientific work is descriptive qualitative. The method used is a case study of the application of warm compress intervention to two subjects with acute pain nursing problems in low back pain in Anggrek Room 2 RSUP Dr. Sardjito. Measurement of pain intensity with the Numeric Rating Scale (NRS). Warm compresses are applied for 20 minutes once a day for 3 days of treatment.

Results: The nursing problem in both patients was acute pain related to a biological injury agent (retrolisthesis) and acute pain related to a physical injury agent (trauma), after the intervention of warm compress heat therapy once a day for 3 days of treatment, the nursing problem resolved with decreased pain intensity in both patients.

Conclusion: Warm compresses can reduce pain intensity in patients with low back pain.

Keywords: Warm Compress, Pain, Low Back Pain.