

LITERATURE REVIEW : PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI POST OPERASI

Rizky Eka Yuniarti¹, Tri Suraning Wulandari², Parmilah³

¹⁾ Mahasiswa Program Studi D-III Keperawatan Akademi
Keperawatan Alkautsar Temanggung

^{2),3)} Dosen Program Studi D-III Keperawatan Akademi Keperawatan
Alkautsar Temanggung

ABSTRAK

Latar Belakang: Post operasi merupakan masa setelah dilakukan pembedahan. Pada umumnya pasien post pembedahan akan mengalami keluhan nyeri pada skala ringan sampai berat, jika nyeri tidak ditangani dengan benar dapat mengganggu aktifitas pasien. Intervensi untuk mengurangi nyeri terdiri dari tindakan farmakologi (terapi *analgesic*) dan nonfarmakologi. Salah satu tindakan nonfarmakologi yang dapat mengurangi nyeri adalah kompres hangat. **Tujuan:** telaah *literature review* ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tindakan kompres hangat terhadap nyeri akut pasien post operasi. **Metodologi:** penelitian ini menggunakan metode tinjauan pustaka (*systematic literature review*), pencarian dengan *electronic data base*. Kriteria inklusi yang digunakan yaitu artikel dengan pasien *post* operasi yang mengalami nyeri ringan, sedang, berat dapat diakses *full text*. Tahun jurnal yang digunakan dibatasi 2013-2020. **Hasil :** berdasarkan telaah literatur pada 4 jurnal ditemukan ada penurunan nyeri pada responden setelah dilakukan kompres hangat. Kompres hangat mampu mengurangi spasme otot dan memberikan rasa nyaman pada pasien. **Kesimpulan:** dapat disimpulkan pemberian kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi.

Kata Kunci: kompres hangat, nyeri, post operasi

ABSTRACT

Background: Post surgery is the period after surgery. In general, post-surgical patients will experience pain complaints on a mild to severe scale, if the pain is not handled properly can interfere with patient activity. Interventions to reduce pain consist of pharmacological (analgesic) and nonpharmacological measures. One of nonpharmacological measure that can reduce pain is a warm compress. **Objective:** this literature review study aims to determine the effect of warm compress action on acute pain in postoperative patients. **Methodology:** this research uses the systematic literature review method, searching with an electronic data base. The inclusion criteria used were articles with postoperative patients experiencing mild, moderate, severe pain that can be accessed full text. The year of the journal used is limited to 2013-2020. **Results:** based on literature review in 4 journals found there was a decrease pain in respondents after a warm compress was done. Warm compresses can reduce muscle spasms and provide comfort to patients. **Conclusion:** it can be concluded that giving warm compresses has an effect on pain reduction in postoperative patients.

Keywords: warm compress, pain, post operation

PENDAHULUAN

Operasi atau pembedahan merupakan semua tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani (Syamsuhidajat,2010).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2013, jumlah pasien yang dilakukan tindakan operasi mengalami peningkatan yang sangat signifikan setiap tahunnya. Diketahui pada tahun 2011 terdapat 140 juta pasien yang menjalani pembedahan di seluruh rumah sakit dunia, kemudian pada tahun 2012 diperkirakan meningkat menjadi 148 juta jiwa. Di Indonesia sendiri kasus pembedahan pada tahun 2012 ditemukan sejumlah 1,2 juta jiwa.

Pada tahap *post operatif* banyak timbul masalah atau efek dari pembedahan salah satunya yaitu, nyeri post operasi. Apabila tidak ditangani secara serius dapat berdampak pada perubahan kualitas kebutuhan dasar manusia pada pasien post operasi.

Nyeri akut pasca operasi muncul akibat pemotongan atau peregangan jaringan yang mengakibatkan trauma dan inflamasi pada jaringan sekitar, sehingga menimbulkan stimulus nosiseptif yang merangsang reseptor nosiseptif. Pada reseptor nosiseptif, stimulus tersebut ditransduksi menjadi impuls melalui serat aferen primer c-fiber dan a δ -fiber, kemudian diteruskan ke medulla spinalis. Neuron aferen primer bersinaps dengan neuron aferen sekunder di kornu dorsalis medula spinalis dan diteruskan ke pusat, yaitu korteks serebral dan pusat yang lebih tinggi lainnya, melalui jalur spinotalamikus kontralateral dan spinoretikularis. Impuls tersebut diproses oleh pusat dengan mekanisme yang kompleks menjadi pengalaman

nyeri (Suseno, dkk 2017 dalam Erina Dwi, 2019).

Pada saat terjadi respons inflamasi, mediator inflamasi, seperti sitokin bradikinin, dan prostaglandin, dilepaskan pada jaringan yang mengalami kerusakan, akibatnya nyeri nosiseptif dirasakan. Selain itu, respons inflamasi menyebabkan terjadinya perubahan plastisitas reversible pada reseptor nosiseptor yang membuat ambang rangsang reseptor nosiseptor menurun. Hal tersebut menyebabkan sensitivitas terhadap nyeri meningkat pada daerah yang mengalami kerusakan jaringan, sehingga rangsangan ringan saja dapat menimbulkan rasa sakit. Proses tersebut dikenal sebagai sensitiasi perifer dengan tujuan membantu proses penyembuhan dengan cara melindungi daerah yang mengalami kerusakan jaringan, sehingga terjadinya perbaikan. Sensitasi tersebut akan hilang saat mediator-mediator inflamasi berhenti diproduksi, yaitu pada saat jaringan rusak mengalami penyembuhan (Suseno, dkk 2017 dalam Erina Dwi, 2019).

Nyeri pada pasien post operasi dapat diatasi dengan memberikan manajemen farmakologi dan non farmakologi. Manajemen farmakologi yang biasa digunakan untuk mengatasi nyeri kebanyakan dengan menggunakan obat-obatan analgesik. Penatalaksanaan nyeri non farmakologis yaitu, dengan teknik distraksi (pengalihan), teknik relaksasi (relaksasi nafas dalam dan relaksasi progresif) dan stimulasi kulit (terapi kompres hangat dan dingin serta massage) (Hidayat & Uliyah, 2014).

Kompres dingin dan kompres hangat merupakan terapi modalitas dalam bentuk stimulasi kutaneus. Teknik stimulasi kutaneus dapat meredakan nyeri secara efektif. Teknik ini mendistraksi pasien dan

memfokuskan perhatian pada stimulasi taktil, jauh dari sensasi yang menyakitkan sehingga mengurangi persepsi nyeri (Yovita, 2018).

Kompres merupakan metode pemeliharaan suhu tubuh dengan menggunakan cairan atau alat yang dapat menimbulkan rasa hangat atau dingin pada bagian tubuh yang memerlukan. (Ganda, 2012).

Kompres hangat merupakan tindakan keperawatan yang dilakukan dengan memberikan rasa hangat dengan suhu $43^{\circ} - 46^{\circ}$ C pada daerah tertentu dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan sehingga kebutuhan rasa nyaman terpenuhi (Hidayat & Uliyah, 2004; Istichomah, 2007 dalam Yuliana, 2013).

Prinsip kerja kompres hangat dengan buli-buli hangat yang dibungkus dengan kain yaitu secara konduksi terjadi pemindahan hangat dari buli-buli kedalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelepasan pembuluh darah dan akan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang (Smeltzer & Bare ,2005 dalam Revi Neini, 2018),.

Menurut Makrifatul (2015) dalam Jurnal Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Nyeri Post TURP, kompres hangat merupakan tindakan menggunakan buli-buli dengan suhu $45-50,5^{\circ}\text{C}$ yang mempunyai dampak fisilogis yaitu oksigenasi ke jaringan lancar sehingga dapat mengurangi kekakuan otot, memperlunak jaringan fibrosa, memvasodilatasi serta memperlancar aliran darah ke tubuh, sehingga bisa mengurangi atau menghilangkan nyeri.

Sebagai bentuk ketertarikan penulis terhadap hasil penelitian terdahulu penulis melakukan studi literatur yang berhubungan dengan

tindakan kompres hangat untuk menurunkan nyeri akut pada pasien post operasi.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan *systematic literature review* yaitu sebuah studi literature yang bersifat sistemik, jelas, menyeluruh, dengan mengidentifikasi, menganalisis, mengevaluasi melalui pengumpulan data-data yang sudah ada (Dila, 2012). Penelitian ini dengan pedoman alur PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) yang dimulai dari mengidentifikasi masalah yang akan di *review*, melakukan pencarian artikel menggunakan *electronic data base* melalui portal jurnal PubMed, GARUDA, Google Scholar, Google search dan lainnya dengan *keyword* : kompres hangat, nyeri, post operasi kemudian melakukan *screening* jurnal berdasarkan tahun 2013-2020 yang dapat diakses *fulltext* dengan format *pdf* dan sesuai dengan kriteria inklusi kemudian hasil penelitian diuraikan dalam analisis PICOS untuk dilakukan *review* lebih lanjut.

Study dalam penelitian menekankan pada responden post operasi yang mengalami nyeri pembedahan ringan, sedang, berat yang dilakukan tindakan kompres hangat untuk mengetahui adanya pengaruh terhadap perubahan nyeri yang dirasakan pasien, *study design* dalam artikel yang direview meliputi *pre-experiment*, *experimental*, *quasy experiment*.

Artikel yang dilakukan *review* disajikan dalam tabel berikut :

No	Penulis	Judul	Tahun	Negara	Design	Metode	Responden	Teknik sampling	Kriteria inklusi	Temuan
1	Yovita Handayani I, Vita Maryah, Mia Andinawati	Perbedaan Efektifitas Kompres Dingin Dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendicitis Di RSUD Waikabubak Sumba Barat-NTT	2018	Indonesia	Pretest-posttest kontrol group design	Experiential	Semua pasien post operasi appendicitis di RSUD Waikabubak Sumba Barat-NTT pada bulan April 2017 sejumlah 40	Teknik purposive sampling	- Responden dengan post operasi appendicitis yang mengalami nyeri post op appendicitis sedang dan berat, - Responden yang berusia dewasa, - Responden dengan post operasi appendicitis hari ke 2	Hasil penelitian menunjukkan sebelum kompres dingin hampir seluruhnya dikategorikan nyeri berat sebanyak 19 orang (95,0%), sesudah kompres dingin sebagian besar responden dikategorikan nyeri ringan sebanyak 11 orang (55,5%), sebelum kompres hangat seseluruhnya responden dikategorikan nyeri berat sebanyak 20 orang (100%), sesudah kompres hangat setengah responden dikategorikan nyeri ringan sebanyak 10 orang (50%), hasil analisis ada efektifitas kompres dingin dan hangat terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi appendicitis. Hasil analisis juga didapatkan kompres hangat lebih efektif jika dibandingkan dengan kompres dingin.
2	Erna Dwiningrum, Nurul Sri Wahyuni, Laily Isro'in,	Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post	2020	Indonesia	One group pre post test	Quasy Eksperimen	Semua pasien post op TURP di ruang rawat inap RSI Siti Aisyah Madiun bulan November 2019, dengan	Consecutive sampling	Dari hasil penelitian didapat ada efektifitas kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi TURP di ruang rawat inap	

	Operasi TURP Di Ruang Rawat Inap RSI Siti Aisyah Madiun	jumlah sampel 15 responden	RSI Siti Aisyah Madiun, hasil ini diperoleh dari hasil uji statistic menggunakan Wilcoxon dengan hasil pada shif sore ρ $= 0,005$, dan pada shif malam $\rho =$ $0,009$. Setelah dilakukan kompres hangat pada siang hari didapat jumlah pasien yang mengalami nyeri ringan sebanyak 5 responden (33,3%), dan nyeri sedang 10 responden (66,7%), yang semula sebelum dilakukan kompres hangat ada 5 responden (33,3%) nyeri berat setelah dilakukan kompres hangat sudah teratasi. Pada shif malam setelah dilakukan kompres hangat didapat jumlah pasien yang mengalami nyeri ringan 4 responden (26,7%), dan yang mengalami nyeri sedang 11 responden (73,3%), yang semula sebelum dilakukan kompres hangat ada 6 responden (40%) yang mengalami nyeri berat setelah dilakukan kompres hangat sudah teratasi.	
3	Revi Neini Ikbal, Rahmat Hidayat	Pengaruh Pemberia n Kompres Hangat Terhadap	2018 Indonesia <i>One group pre-test and post- test</i> <i>Quasy eksperi ment</i> 10 pasien post operasi fraktur <i>Purposive sampling</i>	Hasil penelitian didapatkan rata- rata skala nyeri sebelum pemberian kompres hangat

	Nyeri Pada Pasien Fraktur Post Operasi Di RST Dr. Reksodiw iryo Padang Tahun 2017										
4	Yuliana Reginaldis Rosali Krowa, Wenny Savitri	Kompres Hangat Untuk Pasca Operasi <i>Sectio</i> <i>Caesarea</i> <i>n</i>	2013	Indonesia	<i>Pre-test and post- test</i>	Eksperi men semu	Pasien pasca operasi <i>sectio</i> <i>caesarean</i> <i>pada bulan</i> Juli sampai dengan Agustus 2012 sejumlah 30 orang	<i>Quota Sampling</i>	- Pasien yang melahirkan dengan <i>section</i> <i>caesarean</i> atas indikasi medis, antara lain kegawatan janin, posisi janin, bentuk panggul, preeklamsi a/eklamsia, telah menjalani operasi <i>sectio</i> <i>caesarean</i> , - Pasien yang baru pertama kali menjalani operasi <i>sectio</i> <i>caesarean</i> , berusia	adalah 3,60, rata-rata skala nyeri sesudah pemberian kompres hangat adalah 2,20, perbedaan rata- rata nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat adalah sebesar 1,400 dengan standar deviasi 0.177. Berdasarkan hasil uji statistik wilcoxon didapatkan nilai p = 0,006. Dapat disimpulkan bahwa dukungan terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri pada pasien post operasi fraktur di RST. Dr. Reksodiwiryo	Skala nyeri pasien pasca operasi <i>sectio</i> <i>caesarean</i> sebelum dilakukan kompres hangat pada kelompok intervensi dan kelompok control sebagian besar adalah nyeri berat terkontrol. Skala nyeri pasien pasca operasi <i>sectio caesarean</i> setelah dilakukan kompres hangat sebagian besar adalah nyeri sedang, sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar pasien masih mengalami nyeri berat terkontrol. Pemberian kompres hangat

antara 20 sampai dengan 40 tahun,	efektif menurunkan nyeri pasien pasca operasi
- Suku Jawa, mengalami nyeri minimal skala sedang pada hari pertama,	sectioncaesarean .
- Tidak diberikan terapi non farmakolog i lainnya,	
- Pasien dengan anastesi spinal, sadar dan dalam kondisi yang tenang, dan bayi lahir hidup	

PEMBAHASAN

Setelah dilakukan pencarian dilakukan *screening* yaitu penyaringan terhadap artikel sehingga didapatkan 4 artikel dalam bentuk *fulltext* yang selanjutnya dapat dianalisis lebih lanjut.

Dari keempat artikel rata-rata pasien yang menjalani operasi berusia antara 20 sampai 60 tahun. Pada artikel pertama pasien yang menjalani *appendectomy* berusia antara 25-35 tahun dan sebagian besar merupakan laki-laki yang biasanya bekerja berat seperti buruh dan pola makan yang kurang baik. Artikel kedua merupakan pasien dengan post TURP umumnya laki-laki yang berusia 50-60 tahun. Pasien dengan post operasi fraktur berusia > 30 tahun, sedangkan pada pasien dengan section cesarean berusia antara 20-40 tahun. Menurut Potter & Perry (2006) dalam Yovita (2018) usia merupakan variabel penting yang mempengaruhi nyeri terutama pada anak, remaja dan orang dewasa. Anak-anak lebih

kesulitan untuk memahami nyeri sedangkan orang dewasa kadang melaporkan nyeri jika sudah patologis dan mengalami kerusakan fungsi. Berdasarkan hasil dan teori tersebut dapat dikatakan bahwa usia seseorang berdampak pada penurunan fungsional anggota tubuh, sehingga dapat mempengaruhi tingkat nyeri. Selain itu dijelaskan bahwa kebutuhan narkotik *post operative* pada wanita lebih banyak dibandingkan dengan pria. Ini menunjukkan bahwa individu berjenis kelamin perempuan lebih mengartikan negatif terhadap nyeri.

Artikel Pertama:

Pada penelitian yang dilakukan oleh Yovita Handayani (2018) tentang efektivitas kompres hangat dan kompres dingin pada pasien *post appendicitis* menggunakan instrument berupa kuesioner untuk mengetahui pengaruh kompres hangat dan kompres dingin serta mengetahui efektivitas kompres

hangat dibandingkan dengan kompres dingin.

Dalam artikel ini dijelaskan bahwa ada efektifitas kompres dingin terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi, menurut Prasetyo (2010) dalam Yovita (2018) kompres dingin bekerja dengan menstimulasi permukaan kulit untuk mengontrol nyeri, terapi dingin yang diberikan akan mempengaruhi impuls yang dibawa oleh serabut taktil ad untuk lebih mendominasi sehingga “gerbang” akan menutup dan impuls nyeri akan terhalangi, nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang untuk sementara waktu. Selain itu, dijelaskan bahwa ada efektifitas kompres hangat terhadap penurunan nyeri post operasi *appendicitis* karena efek pemberian terapi panas mampu meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan dan meningkatkan aliran darah (Perry & Potter 2010 dalam Yovita 2018).

Penurunan intensitas nyeri pada kelompok yang diberikan kompres hangat lebih banyak jika dibandingkan dengan kompres dingin maka dapat dikatakan bahwa kompres hangat lebih efektif terhadap penurunan intensitas nyeri jika dibandingkan dengan kompres dingin, dengan nilai kompres hangat $\text{Sig.} = 0,024$ ($p \leq 0,05$) jika dibandingkan dengan kompres dingin yang memiliki nilai $\text{Sig.} = 0,032$ ($\alpha \leq 0,05$).

Artikel kedua:

Penelitian ini dilakukan oleh Erna Dwi (2020), waktu yang digunakan untuk melakukan intervensi dalam penelitian ini dua kali selama 24 jam yaitu dilakukan pada sore hari dan malam hari, suhu air $45-50,5^{\circ}\text{C}$ yang diletakkan diatas simpisis pubis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi perlakuan kompres hangat terhadap perubahan tingkat

nyeri. Tindakan pemberian kompres dilakukan 4 jam setelah pemberian analgesik. Hal ini mengacu pada teori dalam artikelnya oleh Adi Hidayat (2006) bahwa dalam pemberian, obat-obat analgesic memiliki khasiat rata-rata 4 sampai 6 jam dengan efek puncak obat antara 30-60 menit. Setelah dilakukan kompres, skala nyeri diukur menggunakan *numeric rating scale*, pada lembar observasi dan didapat hasil ada efektifitas kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi TURP.

Dalam artikel disebutkan penurunan nyeri terjadi disebabkan karena pemberian kompres hangat mampu memberikan rasa nyaman pada pasien, melancarkan sirkulasi darah sehingga mampu mengurangi sensasi nyeri yang dirasakan pasien. Dibuktikan dengan hasil analisis uji *Wilcoxon* nilai $\rho = 0,005$ ($\rho = \text{value} < 0,05$) pada shif sore dan $\rho = 0,008$ ($\rho = \text{value} < 0,05$) pada shif malam.

Artikel ketiga:

Revi Neini (2018) melakukan tindakan kompres hangat pada pasien post fraktur selama 3 hari. Menurut asumsinya, nyeri yang timbul pada pasien fraktur disebabkan karena adanya kerusakan jaringan tubuh yang disebabkan karena fraktur dan karena spasme otot sebagai salah satu respon tubuh adanya kerusakan jaringan tubuh. Berdasarkan teori-teori yang ada, kompres hangat mampu menurunkan respon nyeri dikarenakan kompres hangat dapat menurunkan salah satu zat neurotransmitter yaitu prostaglandin yang memperkuat sensitivitas reseptor nyeri dengan cara menurunkan inflamasi (disebabkan spasme otot). Dengan menurunnya inflamasi maka prostaglandin akan menurun pula produksinya, sehingga nyeri yang disebabkan spasme otot dan kerusakan jaringan berkurang. Hal ini dibuktikan

dengan setelah dilakukan pemberian kompres hangat selama 3 hari berturut-turut, menunjukkan adanya penurunan skala nyeri dari hari 1 sampai hari ke 3 namun pada hari kedua ada peningkatan nyeri disebabkan karena faktor lingkungan, faktor usia dan ansietas sehingga mempengaruhi tingkat emosi klien dan akhirnya mempengaruhi skala nyeri.

Berdasarkan hasil uji statistik *wilcoxon* terdapat pengaruh kompres hangat terhadap nyeri pasien fraktur dengan nilai $p = 0,006 < 0,05$. Peneliti menganjurkan untuk melakukan intervensi kompres hangat mandiri khususnya pada pasien post fraktur ekstremitas tertutup.

Artikel keempat:

Pada penelitian yang dilakukan Yuliana (2013) dijelaskan bahwa kompres hangat pada pasien post SC dilakukan disekitar area insisi *sectio caesarean* selama 5 sampai dengan 10 menit dengan menggunakan buli-buli yang berisi air hangat, sebanyak 1 kali sehari selama 3 hari. Dalam artikel ini menggunakan teori Perry & Potter (2010) bahwa kompres hangat bertujuan untuk melebarkan pembuluh darah sehingga meningkatkan sirkulasi darah ke bagian yang nyeri, menurunkan ketegangan otot sehingga mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan otot.

Hasil uji *Paired Sample t-test* pada masing-masing kelompok intervensi dan kontrol diperoleh *p*-value sebesar $0,000 < 0,05$, artinya ada perbedaan skala nyeri pasca operasi *section caesarean* antara hari pertama dan hari ketiga.

HASIL

Penelitian yang direview memiliki latar belakang yang sama yaitu cara mengatasi nyeri menggunakan tindakan non farmakologi kompres hangat. Secara garis besar

keempat artikel menilai pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri pasien post operasi. Selain itu, ditemukan perbedaan dari masing-masing artikel yang dinilai sebagai keunggulan dari artikel penelitian tersebut. Artikel pertama memiliki perbedaan dengan artikel lain karena tidak memilih responden yang mengalami nyeri ringan dan memilih responden yang tidak menggunakan *analgesic*, sementara itu artikel kedua dan keempat melakukan tindakan kompres hangat 4 jam setelah pemberian *analgesic* pada responden, yang diharapkan penurunan nyeri terjadi lebih cepat. Penelitian yang dilakukan oleh Yovita Handayani (2018) berbeda dengan artikel lain karena menunjukkan keefektifan kompres hangat dibandingkan dengan kompres dingin sehingga menggunakan dua kelompok intervensi, satu kelompok diberi kompres hangat dan satu kelompok diberi intervensi kompres dingin.

Dari empat artikel yang direview didapatkan hasil bahwa pemberian kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi terutama pada pasien dengan pembedahan area abdomen seperti *appendectomy* dan *sectio caesarea*, selain itu dapat dilakukan kompres untuk mengurangi nyeri pada pasien post fraktur tertutup di area sekitar jahitan. Dalam melakukan tindakan kompres hangat sebaiknya dikaji secara benar tentang luka jahitan, apakah memungkinkan dilakukan kompres atau tidak. Selain itu perlu diperhatikan suhu air dan lama waktu yang digunakan dalam tindakan, jangan sampai pemberian tindakan kompres dengan air yang terlalu panas dan waktu yang lama justru akan menimbulkan ketidaknyamanan pada pasien. Setelah dilakukan review rata-rata suhu yang digunakan antara $43^{\circ}\text{C}-50^{\circ}\text{C}$ sedangkan

waktu yang digunakan selama melakukan tindakan kompres antara 10-30 menit. Menurut Ria Andreine (2016) efektivitas kompres hangat terhadap penurunan nyeri post persalinan ditunjang oleh beberapa faktor, diantaranya adalah media yang digunakan, yaitu dengan menggunakan handuk sebagai media pengompresan; suhu air, dimana suhu yang paling efektif untuk menurunkan nyeri dan aman adalah pada suhu kehangatan 38°C - 40°C waktu pengompresan yang efektif adalah 20 menit. Penurunan nyeri setiap individu yang diberi tindakan kompres hangat berbeda-beda, hal ini juga disebabkan oleh faktor lain, diantaranya faktor usia dan faktor lingkungan selain itu disebabkan karena perbedaan persepsi seseorang terhadap nyeri yang dirasakannya.

Setelah dilakukan kompres hangat pada pasien post operasi, diharapkan terjadi penurunan nyeri pada pasien. Panas air didalam buli-buli secara konduksi mampu berpindah ke area tubuh yang diberi kompres, sehingga ketegangan otot dan adanya kekakuan otot akibat luka insisi akan berkurang, selain itu akan mengakibatkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga memperlancar aliran darah dan menimbulkan rasa nyaman pada pasien Hal ini sejalan dengan teori oleh Perry & Potter (2006) dalam Yovita (2018) bahwa efek pemberian terapi hangat terhadap tubuh antara lain meningkatkan aliran darah ke bagian tubuh yang mengalami cedera; untuk meningkatkan pengiriman leukosit dan antibiotik ke daerah luka; untuk meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan; meningkatkan aliran darah; dan juga meningkatkan pergerakan zat sisa dan nutrisi. Berdasarkan *review* artikel terdapat implikasi keperawatan yang telah dibandingkan, didapatkan

bahwa tindakan nonfarmakologi untuk mengatasi nyeri berupa kompres hangat dapat diaplikasikan perawat dalam mengatasi masalah keperawatan nyeri akut yang muncul pada pasien post operasi. Terapi kompres hangat pada pasien post operasi hendaknya dilakukan oleh perawat yang harus mempunyai pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan teknik-teknik tindakan terapis dan harus sesuai dengan standar operasional prosedur sebagai alternatif terapi.

KESIMPULAN

1. Pemberian kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi terutama pada pasien *post appendectomy*, *post ftraktur tertutup* dan *post SC*.
2. Kompres hangat dapat mengurangi nyeri akibat spasme otot dan memberikan rasa hangat pada area sekitar nyeri sehingga akan menimbulkan rasa nyaman bagi pasien yang menjalani *post pembedahan*.
3. Dari hasil penelitian, kompres hangat dapat diberikan pada daerah sekitar pasien post operasi dengan suhu antara 43°C - 50°C dengan waktu antara 10-30 menit, pada pasien yang mendapatkan terapi *analgesic* pemberian kompres hangat lebih efektif diberikan pada pasien 4 jam setelah mengkonsumsi *analgesic*.

SARAN

Literature review selanjutnya tentang penerapan kompres hangat terhadap nyeri akut diharapkan dapat dilakukan untuk digunakan sebagai bukti ilmiah dalam tindakan keperawatan yang dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, Ria. 2016. *Analisis Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan melalui* <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/2112/2139> [26/06/20]
- Dwiningrum, Erna dkk. 2020. *Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi TURP Di Ruang Rawat Inap RSI Siti Aisyah Madiun* Health Sciences Journal Vol 4(No 1)(2020):32-43melalui <http://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ/article/view/32> [05/06/20]
- Hidayat, A. Aziz Alimul & Musrifatul Uliyah. 2014. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika
- Ikbal, Revi Neini. 2017. *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri Pada Pasien Fraktur Post Operasi Di RST Dr. Reksodiwiryo Padang* Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK) April 2018 Volume 2 Nomor 1 P-ISSN : 2597-8594 http://jik.stikesalifah.ac.id/index.php/jurnalkes/article/download/75/pdf_html [05/06/20]
- Ina Talu, Yovita Handayani, dkk. 2018. *Perbedaan Efektifitas Kompres Dingin dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendicitis di RSUD Waikabubak Sumba Barat –NTT*. Nursing News Volume 3, Nomor 1, 2018 melalui <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/877> html [05/06/20]
- Krowa, Yuliana Reginaldis Rosali. 2013. *Kompres Hangat Untuk Pasca Operasi Sectio Caesarean*. Media Ilmu Kesehatan Vol. 2, No.1, April 2013 melalui https://www.researchgate.net/profile/Wenny_Savitri/ html [05/06/20]
- PEMPROVJATENG. *Jumlah Tindakan Operasi di Instalasi Bedah Sentral (IBS) Bulan Agustus 2018* <http://data.jatengprov.go.id/dataset/jumlah-tindakan-operasi-di-instalasi-bedah-sentral-ibs-bulan-agustus-2018> [05/06/20]
- Sartika, Erna Dwi. 2019. *Perbandingan Pengaruh Kompres Hangat Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomni Di Ruang Mawar RSUD. Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung 2019* Melalui <http://repository.poltekkes-tjk.ac.id/520/> [05/06/20]
- Sigalingging, Ganda. 2012. *Kebutuhan Dasar Manusia : Buku Panduan Laboratorium*. Editor Wuri Praptiani. Jakarta : EGC
- Sjamsuhidajat. 2010. *Buku Ajar Ilmu Bedah, Edisi 2*. Jakarta: EGC
- Surya Dila, Kadek Agus. 2012. *Telaah Kritis Artikel Review Sistematik Dan Meta Analisis* melalui <http://figshare.u-files.s3.amazonaws.com/101123/> [05/07/20]
- WHO. 2013. *Postoperativecare*