

PENGUNAAN KOMPRES AIR HANGAT UNTUK MENGATASI NYERI AKUT PADA TN "J" DENGAN FRAKTUR HUMERUS PASCA OPERASI

Firmansyah, Lisda Anggraeni
Akper Mappaoudang Makassar, Indonesia
e-mail co Author: psmikfirmansyah@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Fraktur humerus adalah cedera yang terjadi pada tulang humerus akibat benturan keras yang menyebabkan trauma langsung atau tidak langsung. Menurut WHO 2022, fraktur humerus meningkat menjadi 21 juta orang, dengan angka prevalensi 3,8%. Menurut Riskesdas 2022, kasus fraktur humerus di Indonesia sendiri mencapai prevalensi sebesar 5,5% provinsi dengan kasus tertinggi adalah Sulawesi Selatan 12,8%. Menurut data BPS Sul-Sel 2022, dari total jenis kasus fraktur, tercatat kota Makassar 4,3%. Berdasarkan data Rekam Medik Rumah Sakit Bhayangkara Makassar 2025 tercatat keseluruhan jumlah pasien yang mengalami fraktur humerus sebanyak 3.399 (0,96%) jiwa yang terdiri dari rawat inap 325 kasus (9,56%) dan untuk rawat jalan sebanyak 3.074 kasus (90,44%). Tujuan: Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penerapan kompres air hangat untuk mengatasi nyeri akut pada Tn. "J" dengan post op fraktur humerus di ruangan manyar rumah sakit bhayangkara makassar. Metode Penelitian: Metode pada penelitian ini menggunakan 4 metode yang efektif untuk mengumpulkan data yaitu metode Wawancara, Observasi, Pemeriksaan Fisik & Dokumentasi. Hasil evaluasi Selama 3 hari didapatkan masalah keperawatan Pasien mengaku mulai tidur dengan nyaman, tampak lebih tenang, sesekali meringis, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak, nyeri lengan kanan seperti tertusuk-tusuk dirasakan hilang timbul dengan intensitas nyeri dari skala 6 pada hari pertama menjadi skala nyeri 3 di hari ketiga.. Kesimpulan: Setelah dilakukan penerapan kompres air hangat, masalah nyeri akut mengalami penurunan yang cukup signifikan pada Tn. "J", pada hari terakhir penelitian ditemukan keluhan nyeri yang menurun menjadi skala 3, klien tampak lebih tenang dan mengatakan mulai tidur dengan nyaman

Kata kunci : Nyeri akut, Kompres Air Hangat, Fraktur Humerus

PENDAHULUAN

Fraktur humerus adalah cedera yang terjadi pada tulang humerus akibat benturan keras yang menyebabkan trauma langsung atau tidak langsung. dapat menyebabkan seseorang terserang radang sendi jika cedera yang terjadi meluas ke arah jaringan tulang yang paling dalam dan mencederai otot atau saraf-saraf disekitarnya [1]. Dalam kesehariannya, seseorang akan melakukan aktivitas untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Namun, ketika beraktivitas, beberapa hal dapat terjadi di luar kendali seseorang tersebut. Ketidaksengajaan tersebut dapat berupa hal negatif, seperti cedera saat beraktivitas. Salah satu jenis cedera yang dapat terjadi adalah fraktur humerus. Fraktur humerus dapat disebabkan oleh faktor ekstrinsik dan intrinsik. Faktor ekstrinsik meliputi insiden saat berkendara, cedera saat olahraga, bencana kebakaran, bencana alam, dan sebagainya. Sementara itu, faktor intrinsik berasal dari ketidaknormalan struktur bagian-bagian pada tulang [2].

Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2022, menyatakan bahwa insiden fraktur humerus terus meningkat tercatat kurang lebih 15 juta orang di dunia dengan angka prevalensi 3,2% . Terhitung sejak tahun 2021, terdapat 20 juta orang dengan prevalensi 4,2% yang mengalami fraktur humerus. Kemudian, meningkat menjadi 21 juta orang pada tahun 2022, dengan angka prevelensi 3,8% [3]. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2022, kasus fraktur humerus di Indonesia sendiri mencapai prevelensi sebesar 5,5% provinsi dengan kasus tertinggi adalah Sulawesi Selatan 12,8%, Bangka Belitung dengan 9,1% diikuti oleh Kalimantan Utara dengan 8,1% dan Aceh dengan 7,9% [4].

Menurut data Badan Pusat Statistika Sulawesi Selatan, angka kejadian fraktur humerus di Sulawesi Selatan mencapai 12,8% dari total jenis kasus fraktur, tercatat kota Makassar 4,3%, Kabupaten Gowa 2,70%, Kabupaten Takalar 2,00%, Kabupaten Jeneponto 1,58%, dan Kota Pare-pare 1,3% [5]. Menurut data Dinkes Kota Makassar, pada tahun 2022 angka kejadian fraktur humerus di Kota Makassar relatif tinggi, yaitu sekitar 1.753 jiwa, yang merupakan sekitar 4,3% dari total penduduk kota. Kota Makassar merupakan kota besar dengan volume lalu lintas yang tinggi, sehingga kecelakaan lalu lintas menjadi penyebab utama kasus fraktur humerus [6]. Berdasarkan data yang diperoleh dari rekam medik Rumah sakit Bhayangkara Makassar tahun (2024), tercatat keseluruhan pasien sebanyak 350.828 jiwa. Dari keseluruhan jumlah pasien yang mengalami fraktur humerus sebanyak 3.399 (0,96%) jiwa yang terdiri dari rawat inap 325 kasus (9,56%) dan untuk rawat jalan sebanyak 3.074 kasus (90,44%) [7].

Pasien yang menjalani operasi fraktur humerus sering mengalami keluhan nyeri. Nyeri merupakan masalah keperawatan utama yang perlu ditangani pada pasien dengan fraktur humerus. Nyeri ini dapat timbul akibat kerusakan jaringan akibat insisi yang aktual dan potensial. Nyeri dapat terjadi bersamaan dengan proses penyakit atau proses pengobatan [8]. Dalam mengatasi masalah nyeri pada pasien post operasi fraktur humerus dapat dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Penanganan secara farmakologis yaitu dengan memberikan analgesik menjadi pilihan banyak pasien dalam mengatasi nyeri.

Sedangkan terapi non farmakologis salah satunya yaitu dengan pemberian kompres air hangat dan kompres dingin [9].

Kompres air hangat merupakan salah satu intervensi non-farmakologi yang dilakukan dengan memberikan cairan hangat untuk meningkatkan rasa nyaman, mengurangi atau menghilangkan nyeri, serta mengurangi atau mencegah spasme otot. Tujuan dari tindakan ini adalah untuk memperlancar sirkulasi darah dan mengurangi intensitas nyeri [10]. Pada penelitian yang dilakukan oleh Wulandeka & Sulistyawati (2024) kompres air hangat dapat memberikan rasa nyaman dan mengurangi rasa nyeri dibuktikan dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri 6 ke skala nyeri 3 pada hari kedua intervensi pada pasien dengan diagnosa ROI radius dextra yang mengalami nyeri post pembedahan [11]. Hal ini sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti dkk (2023) berdasarkan hasil penelitian, kompres air hangat dapat diberikan pada daerah sekitar luka pasien post-operasi dengan suhu antara 43°C hingga 50°C dan waktu pemberian antara 10 hingga 30 menit. Pada pasien yang menerima terapi analgesik, pemberian kompres hangat lebih efektif jika dilakukan 4 jam setelah konsumsi analgesik. Kesimpulan ini menunjukkan bahwa penerapan teknik non-farmakologi berupa kompres air hangat terbukti efektif di gunakan dalam asuhan keperawatan manajemen nyeri untuk membantu mengurangi nyeri akut pada pasien post op fraktur, Yang dimana dilakukan karena penerapannya mudah diterapkan kepada pasien

METODE

Jenis desain penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi Penerapan Kompres Air Hangat Untuk Mengatasi Nyeri Akut pada pasien yang menderita Fraktur Humerus. Instrumen yang digunakan dalam peneliti ini adalah Format pengkajian untuk mengumpulkan data dari pasien secara lengkap dan sistematis untuk dikaji dan dianalisis masalah kesehatan dan keperawatan yang dihadapi pasien, Format pengkajian Penerapan Kompres Air Hangat ini mencakup identitas pasien, identitas penanggung jawab, keluhan pasien, riwayat kesehatan, dan hasil pemeriksaan fisik, lembar observasi, tanda-tanda Resiko Infeksi dan nursing kit. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan cara observasi, wawancara, pemeriksaan fisik dan studi dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pasien yang bernama Tn."J"" berusia 23 tahun, berjenis kelamin Laki-laki, beragama islam, alamat Taman Sudiang Indah Blok K, dengan No RM 4338693 masuk rumah sakit pada tanggal 22 Maret 2025 dan dilakukan penelitian pada tanggal 23 s/d 25 Maret 2025.

Berdasarkan hasil pengkajian pasien ditemukan satu masalah keperawatan yaitu nyeri akut yang dinyatakan rumusan diagnosis Fraktur Humerus dimana sesuai dengan data yang didapatkan. Dengan data subjektif Pasien mengatakan telah

melakukan operasi Fraktur Humerus. Pasien mengeluh nyeri pada bagian lengan kanan dan disekitar lengan bekas operasi, sulit tidur, sulit bergerak serta nyeri memberat Ketika bergerak. Terdapat nyeri yang dialami terus menerus seperti terutususuk-tusuk. Hasil evaluasi penerapan intervensi keperawatan yaitu Penerapan Kompres Air Hangat. Adapun indikator evaluasi adalah dengan membandingkan kriteria objektif seperti Tampak lengan kanan pasien terbalut perban elastis dengan rapi terpasang serta penyangga lengan (arm sling), pasien tampak gelisah dan ekspresi wajah pasien tampak meringis. Sebelum dan setelah Penerapan Kompres Air Hangat selama tiga hari yaitu pada tanggal 23 s/d 25 Maret 2025.

Tabel 1.4
Evaluasi Penerapan Kompres Air Hangat

Hari/Tanggal)	Kriteria Objektif	Sebelum dilakukan penerapan	Setelah dilakukan penerapan
Hari ke-I 23/04/2025	Keluhan nyeri	Pasien mengeluh nyeri pada lengan kanan (skala sedang)	Pasien mengeluh masih nyeri (skala sedang)
	Meringis	Pasien tampak meringis	Pasien tampak meringis
	Kesulitan tidur	Pasien mengatakan sulit tidur akibat nyerinya	Pasien mengatakan sulit tidur akibat nyerinya
	Bersikap protektif	Pasien tampak bersikap protektif, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak	Pasien tampak bersikap protektif, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak
Hari ke-II 24/04/2025	Keluhan nyeri	Pasien mengeluh nyeri pada lengan kanan (skala sedang)	Pasien mengeluh masih nyeri (skala sedang)
	Sesekali Meringis	Pasien tampak sesekali meringis	Pasien tampak sesekali meringis
	Kesulitan tidur	Pasien mengatakan sulit tidur akibat nyerinya	Pasien mengatakan sulit tidur akibat nyerinya
	Bersikap protektif	Pasien tampak bersikap protektif, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak	Pasien tampak bersikap protektif, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak

Hari ke- III 25/04/2025	Keluhan nyeri	Pasien mengeluh nyeri pada lengan kanan (skala sedang)	Pasien mengeluh masih nyeri (skala ringan)
	Sesekali Meringis	Pasien tampak sesekali meringis	Pasien tampak sesekali meringis
	Pola tidur mulai nyaman	Pasien mengatakan mulai tidur dengan nyaman	Pasien mengatakan mulai tidur dengan nyaman
	Bersikap protektif	Pasien tampak bersikap protektif, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak	Pasien tampak bersikap protektif, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak

Pengkajian merupakan tahap awal dan dasar dalam proses keperawatan. Pengkajian ini merupakan tahap paling menentukan untuk tahap berikutnya. Pengkajian pada penelitian ini dengan pemberian intervensi keperawatan yang bertujuan untuk membantu status kesehatan pasien secara sistematis dan akurat dengan cara menganalisis adanya tanda dan gejala mayor dan minor yang merumuskan pada suatu diagnosa keperawatan.

Pada pengkajian ditemukan kondisi pasien Tn. "J" yang berbaring ditempat tidur yang telah berusia 23 tahun dengan jenis kelamin laki-laki yang mengalami Post Op Fraktur Humerus. Dari data pengkajian ditemukan klien mengatakan nyeri pada bagian lengan kanan dikarenakan cedera dan bekas luka operasi. Klien mengatakan sulit untuk tidur. dan nyeri memberat Ketika bergerak. Dari hasil pengkajian fisik didapatkan tekanan darah 143/90mmHg, suhu 36°C, pernapasan 22x/menit, dan nadi 70x/menit.

Penelitian ini terkait gambaran intervensi keperawatan pemberian terapi obat intravena (analgesik) pada pasien yang berdiagnosa Post Op Fraktur Humerus. Dalam pelaksanaan Tindakan Penerapan Kompres Air Hangat yang terlebih dahulu peneliti melakukan indentifikasi identitas pasien seperti menyebutkan nama dan umur kemudian menjelaskan tujuan dan langkah-langkah prosedur, Mengkaji skala nyeri pasien dengan PQRST, kemudian Mengidentifikasi respon nyeri secara non-verbal, Menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan, Menjaga privasi pasien, Mencuci tangan dengan 6 langkah dan memakai handscoon, Memasukkan air hangat kedalam buli-buli, Meletakkan kompres hangat pada bagian lengan kanan pasien, Dikompres selama 10 menit, Memonitor respon pasien selama prosedur, Mengobservasi skala nyeri, Menjelaskan periode, penyebab dan pemicu nyeri, Menganjurkan memantau nyeri secara mandiri, Observasi skala nyari dan dokumentasikan prosedur dan juga respons pasien.

Hari pertama sebelum dilakukan Kompres Air Hangat keluhan nyeri sedang (6), ditandai dengan pasien mengatakan nyeri lengan kanan seperti tertusuk-tusuk dirasakan secara terus menerus, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak dan sulit tidur, pasien tampak meringis dan gelisah. Setelah melakukan tindakan Kompres Air Hangat sesuai Standar Prosedur Operasional (SPO) kepada Tn. "J" selama 10 menit, skala nyeri pasien mengalami penurunan dibuktikan dengan nyeri menurun (skala nyeri 5), TD 143/90mmHg, suhu 36°C, pernapasan 22x/menit, dan nadi 70x/menit.. Setelah dilakukan Penerapan Kompres Air Hangat keluhan nyeri cukup menurun menjadi nyeri sedang (5) ditandai dengan pasien masih mengeluh nyeri, pasien tampak sesekali meringis dan masih membatasi gerak. Terdapat penurunan skala nyeri pada area lengan kanan post operasi antara sebelum dan sesudah pemberian kompres air hangat. Alasannya disebabkan karena pemberian kompres hangat dapat melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot menjadi rileks.

Hari ke dua sebelum dilakukan Kompres Air Hangat keluhan nyeri sedang (5), ditandai dengan pasien mengatakan masih merasakan nyeri lengan kanan seperti tertusuk-tusuk dirasakan hilang timbul, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak dan sulit tidur, pasien tampak sesekali meringis. Setelah melakukan tindakan Kompres Air Hangat sesuai Standar Prosedur Operasional (SPO) kepada Tn. "J" selama 10 menit, skala nyeri pasien mengalami penurunan dibuktikan dengan nyeri menurun (skala nyeri 4), TD: 133/80mmHg, Pernapasan 20x/menit, suhu 37,9°C, nadi 77x/menit. Setelah dilakukan Penerapan Kompres Air Hangat keluhan nyeri cukup menurun menjadi nyeri sedang (4) ditandai dengan pasien tampak sesekali meringis, nyeri saat bergerak, pasien mengatakan sulit tidur, nyeri pada lengan kanan seperti tertusuk-tusuk dirasakan hilang timbul. Terdapat penurunan skala nyeri pada area lengan kanan post operasi antara sebelum dan sesudah pemberian kompres air hangat. Alasannya disebabkan karena pemberian kompres hangat dapat melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot menjadi rileks.

Hari ke tiga sebelum dilakukan Kompres Air Hangat keluhan nyeri sedang (4), ditandai dengan pasien tampak lebih rileks, sesekali nyeri saat bergerak, nyeri ringan pada lengan kanan seperti tertusuk-tusuk dirasakan hilang timbul. Setelah melakukan tindakan Kompres Air Hangat sesuai Standar Prosedur Operasional (SPO) kepada Tn. "J" selama 10 menit, skala nyeri pasien mengalami penurunan dibuktikan dengan nyeri menurun (skala nyeri 3), TD: 119/69mmHg, Pernapasan: 20x/menit, Suhu 36°C, Nadi:83x/menit. Setelah dilakukan Penerapan Kompres Air Hangat keluhan nyeri cukup menurun menjadi nyeri ringan (3) ditandai dengan pasien mengatakan masih merasakan nyeri lengan kanan seperti tertusuk-tusuk dirasakan hilang timbul, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak dan merasa mulai nyaman saat tidur, pasien tampak sesekali meringis. Terdapat penurunan skala nyeri pada area lengan kanan post operasi antara sebelum dan sesudah pemberian kompres air hangat. Alasannya disebabkan karena pemberian

kompres hangat dapat melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot menjadi rileks.

Setelah dilakukan Penerapan Kompres Air Hangat selama 3 hari berturut-turut terdapat perubahan yang signifikan dalam menurunkan skala nyeri pada pasien Post Op Fraktur Humerus dari hari pertama sampai hari ketiga yang dimana terjadi perubahan skala nyeri yang cukup menurun dan membaik disertai penurunan gejala lainnya. Terdapat penurunan skala nyeri pada area lengan kanan post operasi antara sebelum dan sesudah pemberian kompres air hangat disebabkan karena pemberian kompres hangat dapat melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot menjadi rileks.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandeka & Sulistyawati (2024) kompres air hangat dapat memberikan rasa nyaman dan mengurangi rasa nyeri dibuktikan dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri 6 ke skala nyeri 3 pada hari kedua intervensi pada pasien dengan diagnosa ROI radius dextra yang mengalami nyeri post pembedahan [11]. al ini sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti dkk (2023) dari hasil penelitian, kompres air hangat dapat diberikan pada daerah sekitar pasien post operasi dengan suhu antara 43°-50°C dengan waktu pemberian antara 10-30 menit, pada pasien yang mendapatkan terapi analgesic pemberian kompres hangat lebih efektif diberikan pada pasien 4 jam setelah mengkonsumsi analgesic [12].

Maka dari paparan hasil evaluasi dari penerapan kompres air hangat yang dilaksanakan oleh peneliti dan juga dari hasil penelitian-penelitian yang dilakukan sebelumnya sebagaimana dijelaskan diatas, Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kompres air hangat yang baik dan sesuai SOP dinilai mampu menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan oleh pasien.

KESIMPULAN

Penelitian yang dilakukan selama 3 hari di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar pada pasien Tn "J" pasca operasi Fraktur Humerus menunjukkan bahwa Kompres Air Hangat efektif menurunkan intensitas nyeri. Hasil penelitian menunjukkan perubahan signifikan pada skala nyeri sebelum dan setelah pemberian terapi, yaitu dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 3 (nyeri ringan), ditandai dengan pasien mengatakan masih merasakan nyeri lengan kanan seperti tertusuk-tusuk dirasakan hilang timbul, pasien mengatakan nyeri memberat saat bergerak dan merasa mulai nyaman saat tidur, pasien tampak sesekali meringis.. Setelah melakukan penelitian tentang penerapan Kompres Air Hangat pada pasien post-op Fraktur Humerus dengan nyeri akut, peneliti mengharapkan bagi pihak rumah sakit Hasil penelitian studi kasus ini dapat menjadi masukan bagi Rumah Sakit, utamanya dalam mendukung penelitian-penelitian keperawatan yang bersifat aplikatif dan berorientasi pada peningkatan mutu pelayanan. Bagi Pasien/Keluarga/Masyarakat Hasil penelitian ini diharapkan menjadi informasi edukatif bagi pasien, keluarga hingga Masyarakat untuk mengetahui manfaat terapi sederhana seperti kompres air

hangat khususnya menggunakan alat buli-buli dalam membantu proses penyembuhan dan mengurangi nyeri.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Sari, N.K.D.D., Asmara, A.A.G.Y. (2020). Artikel Gambaran prevalensi fraktur humerus di Rumah Sakit Umum Pusat (RSUP) Sanglah, Bali, Indonesia periode tahun 2015-2016. *Intisari Sains Medis* 11.
- [2] Azwar (2020). *Terapi Non Farmakologi Pada Fraktur*. Pustaka Taman Ilmu E-ISBN : 978-623-6998-30-4
- [3] WHO. (2022), *Musculoskeletal Conditions*. Retrieved from.
- [4] Riskesdas (2022), *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI. Tahun 2022*. Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia .
- [5] BPS Provinsi Sulawesi Selatan. (2022), *Angka Kejadian Fraktur Humerus di Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2022*. Badan Pusat Statistik Sulawesi Selatan.
- [6] Dinkes (2022), *Profil Kesehatan Kota Makassar Tahun 2022*.
- [7] Rumah Sakit Bhayangkara Makassar. (2024). *Rekam Medik*.
- [8] Suryani, M. dan Soesanto, E. (2020). "Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Fraktur Tertutup dengan Pemberian Terapi Kompres Dingin" *Ners Muda*, 1(3), hal.172–177.doi: <https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6304>.
- [9] Junita Sari Nanda .(2022). *Karakteristik Fraktur Suprakondiler Humerus Pada Anak-Anak*. *Medika Udayana*, Vol. 12 no.2 Februari 2023.
- [10] Rizky Eka dkk, (2023). *Manajemen Keperawatan dan Kesehatan (MKK)*. E- ISSN : 2963-9042.
- [11] Wulandeka & Sulistyawati. (2024), *Penerapan Kompres Hangat Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post ROI Radius Dextra*. Vol.2. *Bibliogrhapthy : (2014-2023)*
- [12] Yuniarti dkk, (2023), *Jurnal Ilmiah Keperawatan dan Kesehatan Alkautsar (JIKKA)* e-ISSN : 2963-9042