

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP  
NYERI PERSENDIAN *OSTEOARTRITIS* PADA LANJUT  
USIA DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA  
PONGGALAN UMBULHARJO  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh:**

**ANI DWI PRATINTYA  
080201026**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2012**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP  
NYERI PERSENDIAN *OSTEOARTRITIS* PADA LANJUT  
USIA DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA  
PONGGALAN UMBULHARJO  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



Disusun oleh:

**ANI DWI PRATIPTYA**  
**080201026**

Telah Disetujui Oleh Pembimbing:  
Pada tanggal:

27 Juni 2012

Pembimbing

Ns. Harmilah, S.Pd., M.Kep., Sp. KMB

# PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI PERSENDIAN *OSTEOARTRITIS* PADA LANJUT USIA DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA PONGGALAN UMBULHARJO YOGYAKARTA<sup>1</sup>

*Ani Dwi Pratintya<sup>2</sup>, Harmilah<sup>3</sup>*

## INTISARI

**Latar Belakang :** Nyeri persendian merupakan keluhan yang sering dirasakan oleh lanjut usia. Nyeri persendian *osteoarthritis* terjadi saat *osteofit* tumbuh pada sendi dan akan menimbulkan nyeri jika sendi digerakkan. Nyeri persendian dapat diatasi secara farmakologis dan non farmakologis, untuk mengatasi nyeri secara non farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian kompres hangat. Kompres hangat dapat menyebabkan *vasodilatasi* dan akan meningkatkan suplay darah serta oksigen pada daerah nyeri.

**Tujuan :** Untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persendian *osteoarthritis* pada lanjut usia di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperimen*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 12 orang, sampel diambil secara *total sampling*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah lanjut usia yang mengalami nyeri persendian *osteoarthritis* di Panti Wredha Budhi Dharma. Instrument yang dipakai untuk mengukur nyeri dengan menggunakan skala Numerik yang dilakukan saat sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat selama tiga hari. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis *paired t test* dan *independen t test*.

**Hasil :** Hasil yang diperoleh dengan menggunakan uji *paired t test* diperoleh nilai *p.value* sebesar 0.000 yang berarti ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri persendian pada lanjut usia. Hasil uji *independen t test* dengan nilai *p.value* 0.000 ( $p < 0.05$ ) dengan nilai rata-rata 2.83, yang artinya terdapat perbedaan penurunan nyeri sendi antara kelompok kontrol dan eksperimen sebesar 2.83.

**Kesimpulan :** Pemberian kompres hangat dapat mengatasi nyeri persendian *osteoarthritis* pada lanjut usia di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta.

**Saran :** Kompres hangat dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan dalam bidang keperawatan untuk mengatasi nyeri persendian *osteoarthritis*.

Kata kunci : Nyeri Persendian, *Osteoarthritis*, Kompres Hangat  
Kepustakaan : 36 buku  
Jumlah Halaman : 67 Lembar

---

<sup>1</sup> Judul Skripsi

<sup>2</sup> Mahasiswa Program Pendidikan Ners-PSIK STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen Keperawatan POLTEKKES KEMENKES Yogyakarta

# THE INFLUENCE OF WARM COMPRESS ADMINISTRATION ON JOINT PAIN OF ELDERLY PEOPLE WITH OSTEOARTHRITIS IN NURSING HOME BUDHI DHARMA PONGGALAN UMBULHARJO YOGYAKARTA<sup>1</sup>

*Ani Dwi Pratintya<sup>2</sup>, Harmilah<sup>3</sup>*

## ABSTRACT

**Background to the problem:** Elderly people often complaint to have joint pain. Joint pain in osteoarthritis occurs when osteophytes grow in the joint and causes pain when the joint is moved. Joint pain can be cured pharmacologically and non-pharmacologically. Curing joint pain pharmacologically can be done by using a warm compress. A warm compress can create vasodilatation and will increase the blood and oxygen supply in the pain area.

**Purpose of the research:** To examine the influence of a warm compress on the joint pain in elderly people with osteoarthritis in Budhi Dharma nursing home in Ponggalan, Umbulharjo, Yogyakarta.

**Research methodology:** This research was a quasi experiment. The sample of this research consisted of 12 people and chosen by total sampling. The sample included the elderly people in Dharma nursing home who had osteoarthritis and had experienced joint pain. The instrument used to measure the pain was Numeric Scale by which the measurement was conducted before and after the administration of warm compress for three days. The data analysis was conducted by paired t test and independent t test.

**Result of the research:** The result gained by paired t test showed a p value of 0.000 which means that there is influence of warm compress administration on the joint pain of elderly people. The independent t test showed a p value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) with the mean value of 2.83, which means that there is different joint pain decrease of the control group from experiment group as much as 2.83.

**Conclusion:** The administration of a warm compress can decrease the joint pain from osteoarthritis in elderly people in Budhi Dharma Nursing home in Ponggalan, Umbulharjo, Yogyakarta.

**Suggestions :** A warm compresses can be used as an alternative medical on implementation of nursing care to ease the joint pain of osteoarthritis.

Keywords : Joint Pain, Osteoarthritis, Warm Compress

References : 36 books

Pages : 67

---

<sup>1</sup> Title of the Thesis

<sup>2</sup> Student of School of Nursing, 'Aisiyiah Health Sciences College of Yogyakarta

<sup>3</sup> Lecturer of Nursing, Yogyakarta Health Polytechnic of Ministry of Health

## PENDAHULUAN

Bersamaan dengan keberhasilan Pemerintah dalam Pembangunan Nasional, yang telah dapat mewujudkan hasil yang positif dalam berbagai bidang yaitu adanya kemajuan ekonomi, perbaikan lingkungan hidup, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama dalam bidang medis atau ilmu kedokteran. Kemajuan yang ada dalam berbagai bidang tersebut dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan penduduk, serta dapat meningkatkan umur harapan hidup manusia sehingga jumlah penduduk yang berusia lanjut meningkat dan cenderung bertambah lebih cepat (Nugroho, 2000).

Nyeri pada pergerakan sendi (*arthritis*) dapat disebabkan oleh berbagai macam penyebab, salah satu yang dapat menimbulkan nyeri dan yang paling banyak dijumpai serta prevalensinya semakin meningkat karena berhubungan dengan bertambahnya usia adalah karena *osteoarthritis*. *Osteoarthritis* merupakan penyakit sendi yang paling banyak dijumpai (60%) dibandingkan dengan penyakit sendi lain seperti *arthritis gout* atau *arthritis rheumatoid*. WHO memperkirakan 40% populasi usia diatas 70 tahun menderita *osteoarthritis* dan 80% mengalami keterbatasan keterbatasan gerak (Isbagio, 2001). Lansia yang mengalami nyeri karena *osteoarthritis* jumlahnya mencapai 50-60% pada penderita *osteoarthritis*. Masalah *osteoarthritis* di Indonesia jumlahnya lebih besar dibandingkan negara barat, jika melihat tingginya prevalensi penyakit *osteoarthritis* di Malang lebih dari 855 pasien *osteoarthritis* terganggu aktifitasnya terutama untuk melakukan kegiatan jongkok, naik tangga, dan berjalan (Sudoyo, 2006).

*Osteoarthritis* merupakan penyakit sendi degeneratif yang berkaitan dengan kerusakan kartilago sendi. Bagian yang paling sering terkena *osteoarthritis* adalah vertebra, panggul, lutut, dan pergelangan kaki. Prevalensi *osteoarthritis* lutut radiologis di Indonesia cukup tinggi yaitu mencapai 15,5% pada pria dan 12,7% pada wanita. Karena prevalensi yang cukup tinggi dan sifatnya yang kronik-progresif. *Osteoarthritis* mempunyai dampak sosio-ekonomi yang besar baik di negara maju maupun di negara berkembang. Diperkirakan 1 sampai 2 juta orang lanjut usia di Indonesia mengalami kecacatan karena *osteoarthritis* (Sudoyo, 2006).

Nyeri yang dirasakan pada daerah persendian dan tidak mendapat penanganan dengan baik akan mempengaruhi kenyamanan tubuh dan akan berdampak pada penurunan aktivitas (*immobilisasi*), isolasi sosial akibat tidak berinteraksi dengan teman sebaya, gangguan tidur dan jatuh akibat dari penggunaan kaki yang sakit digunakan untuk berjalan, depresi akibat rasa nyeri yang tidak sembuh-sembuh (Stanly, 2007). Apabila seseorang mengalami nyeri, maka akan mempengaruhi fisiologis dan psikologis dari orang tersebut (Tamsuri, 2006). Perawat perlu untuk memiliki kemampuan dalam mengidentifikasi dan mengatasi rasa nyeri yang dialami klien (Asmadi, 2008). Beberapa manajemen nyeri dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri pada persendian yaitu dapat dilakukan dengan cara terapi fisik, *splinting*, aplikasi bungkusan dingin dan panas, *paraffin wax dips*, obat-obatan anti peradangan, terapi pembedahan (Potter & Perry, 2005).

Salah satu manajemen nyeri yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan adalah dengan menggunakan terapi panas. Terapi panas yang dilakukan dapat digunakan dengan menggunakan kompres hangat, kompres tersebut dapat memberikan efek fisiologis dengan meningkatkan relaksasi otot pergerakan sendi (Potter & Perry, 2005). Tindakan paliatif harus dilakukan terlebih dahulu sebelum penggunaan obat-obatan misalnya dengan mengatur posisi yang tepat, *massage*, atau kompres hangat. Kompres

hangat bersuhu 40,5<sup>0</sup>-43<sup>0</sup>C akan diberikan pada daerah sendi yang mengalami nyeri selama 20 menit (Kusyati, 2006).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Panti Werdha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta, didapatkan data bahwa jumlah penghuni panti terdapat 49 orang, dari jumlah keseluruhan penghuni panti terdapat 19 orang yang mengalami nyeri *osteoarthritis*. Nyeri yang dialami lansia sangat mengganggu aktivitas keseharian lansia. Hasil observasi yang dilakukan pada pengurus panti didapatkan keterangan bahwa penanganan yang diberikan oleh petugas panti untuk mengatasi nyeri adalah dengan memberikan obat penghilang nyeri, obat yang diberikan adalah aspirin. Obat tersebut jika diberikan terus menerus akan menimbulkan efek samping yang dapat merusak dinding lambung. Sudah ada dua orang yang mengalami tukak lambung karena terlalu sering mengkonsumsi obat tersebut. Hasil observasi yang didapat oleh peneliti, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri Persendian *Osteoarthritis* Pada Lanjut Usia di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperimen*, dengan rancangan penelitian *pre test-post test* kelompok tunggal yang *ekuivalen*. Desain penelitian ini dilakukan dengan menggunakan satu kelompok yang berfungsi sebagai kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Prosedur yang dilakukan pada putaran pertama sebagai kelompok kontrol dan dilakukan *pre test* dan *post test*. Putaran kedua sebagai kelompok perlakuan, diberikan *pre test* lalu diberikan perlakuan dan diakhiri dengan *post test* (Antoro, 2008, Research in ELT, ¶ dalam <http://e-humaniora.fisip.ut.ac.id/suplemen/pbis4401/2d.html>, diperoleh tanggal 13 Desember 2011).

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 19 orang yang mengalami nyeri persendian *osteoarthritis*. Berdasarkan Kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, sampel dalam penelitian ini berjumlah 12 orang yang berfungsi sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Alat yang digunakan adalah Instrument skala nyeri dengan skala Numerik, kuesioner tingkat kecemasan dengan menggunakan *Hamilton Rating Scale Anxiety (HRSA)*, buli-buli (kntong air panas), termometer air, kain sebagai pengalas saat pemberian kompres hangat.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### HASIL PENELITIAN

**Tabel 4.1**  
**Rata-rata Usia pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen**  
**Di Panti Wreda Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo**  
**Tahun 2012**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Min-Max	N
Kontrol	71	6.993	60-83	12
Eksperimen	71	6.993	60-83	12

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa usia responden pada kelompok kontrol dan eksperimen memiliki nilai rata-rata usia 71 tahun. Kedua kelompok memiliki rata-rata usia yang sama, karena pada penelitian ini peneliti menggunakan satu kelompok yang dijadikan kelompok kontrol dan eksperimen.

**Tabel 4.2**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Tahun 2012**

Jenis Kelamin	Frek	%
Laki-laki	2	16,7%
Perempuan	10	83,3%
Jumlah	12	100%

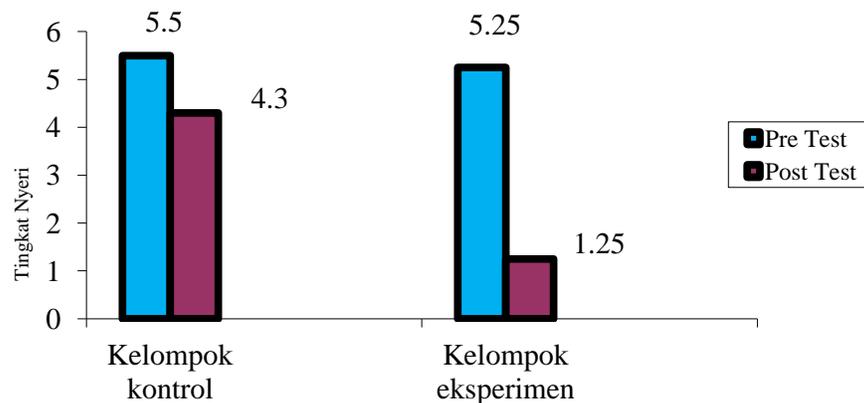
Berdasarkan tabel 4.2 distribusi frekuensi di atas, karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin diketahui bahwa lanjut usia yang mengalami nyeri sendi paling banyak berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 10 responden (83,3%).

**Tabel 4.3**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Tahun 2012**

Kecemasan	Frek	%
Tidak cemas	12	100%
Jumlah	12	100%

Berdasarkan tabel 4.3 distribusi frekuensi di atas, karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan diketahui bahwa seluruh lanjut usia tidak mengalami kecemasan.

**Gambar 4.1**  
**Rata-rata Tingkat Nyeri *Pre test* dan *Post test* pada Kelompok Kontrol dan Eksperimen di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Tahun 2012**



Berdasarkan hasil penelitian pada gambar 4.1 dapat diketahui bahwa rata-rata nilai *pre test* pada kelompok kontrol sebesar 5,5 dan rata-rata nilai *post test* pada kelompok kontrol sebesar 4,3. Nilai rata-rata *pre test* pada kelompok eksperimen sebesar 5,25 dan nilai *post test* pada kelompok eksperimen sebesar 1,25.

**Tabel 4.4**  
**Hasil Uji Normalitas Data pada Kelompok Kontrol dan**  
**Eksperimen di Panti Wredha Budhi Dharma**  
**Ponggalan Umbulharjo Tahun 2012**

No	Variabel	Rata-rata	<i>P.value</i>	N
1	Kontrol	5.5000	0.524	12
2	Eksperimen	5.2500	0.407	12

Berdasarkan tabel 4.4 hasil uji normalitas variabel penelitian dapat diketahui bahwa semua data variabel penelitian mempunyai nilai *p.value* lebih besar dari 0.05 ( $p > 0.05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian terdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas data tersebut sehingga analisis data yang digunakan adalah *Paired T-test* dan *Independent T-test*.

**Tabel 4.5**  
**Rata-rata Penurunan Tingkat Nyeri Sendi pada Kelompok Kontrol**  
**dan Eksperimen di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan**  
**Umbulharjo Tahun 2012**

No	Kelompok	Rata-rata	Sd	<i>p.value</i>	N
1	Kontrol	1.16	0.93744	0.001	12
2	Eksperimen	4.00	1.04447	0.000	12

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa pada kelompok eksperimen mempunyai nilai rata-rata 4.00 dan mempunyai nilai *p.value* 0.000 ( $p < 0.05$ ), hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara nilai *pre test* dan *post test*. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri persendian pada lanjut usia.

**Tabel 4.6**  
**Perbedaan Penurunan Tingkat Nyeri Sendi Pada Kelompok Kontrol**  
**dan Eksperimen di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan**  
**Umbulharjo Tahun 2012**

Kelompok	Rata-rata	<i>p.value</i>	N
Kontrol dan eksperimen	2.83	0.000	12

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen menunjukkan nilai rata-rata 2.83 dengan *p.value* 0.000 ( $p < 0.05$ ). Nilai dari tabel tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kelompok kontrol dan eksperimen.

## PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa usia responden yang menjadi penelitian berusia diatas 60 tahun. Hasil tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Sudoyo (2006) yaitu pada usia di atas 60 tahun merupakan faktor resiko seseorang menderita *osteoarthritis*. Menurut Misnadiarly (2010) rasa nyeri dan kaku yang menyertai perubahan degeneratif pada penderita *osteoarthritis* disebabkan karena adanya degenerasi kartilago artikularis, perubahan pada membran sinovia, serta adanya hipertrofi tulang pada tepinya. Rata-rata usia yang mengalami keluhan nyeri sendi pada lanjut usia yaitu 71 tahun dengan keluhan nyeri terbanyak ada pada lanjut usia yang berusia 60-74 tahun. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2009) yang menyebutkan bahwa lanjut usia yang paling banyak mengeluhkan nyeri adalah lanjut usia yang berusia antara 60-74 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa jenis kelamin penderita nyeri persendian paling banyak terdapat pada jenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 10 responden (83,3%). Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2009) yang menyebutkan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak menderita nyeri persendian dibandingkan dengan laki-laki. Namun hasil ini tidak sesuai dengan pendapat Gill (1990) dalam Potter & Perry (2005) yang menyebutkan bahwa secara umum jenis kelamin laki-laki dan perempuan tidak berbeda dalam berespon terhadap nyeri.

Berdasarkan tingkat kecemasan menunjukkan bahwa seluruh responden tidak mengalami kecemasan sehingga dapat dilakukan penelitian pada responden yang tidak mengalami kecemasan. Menurut Potter & Perry (2005) menyatakan bahwa stimulus nyeri mengaktifkan bagian sistem limbik yang dapat mengendalikan emosi seseorang khususnya *ansietas*, sistem limbik dapat memproses reaksi emosi terhadap nyeri yaitu dapat memperburuk atau menghilangkan nyeri. Individu yang sehat secara emosional lebih mampu mentoleransi nyeri sedang hingga berat dibandingkan dengan individu yang memiliki status emosional yang kurang stabil.

Untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hanga terhadap nyeri persendian *osteoarthritis* pada lanjut usia dapat dilihat dengan analisis data menggunakan *independen t test* pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen didapatkan bahwa nilai rata-ratanya adalah 2.83 sedangkan nilai *p.value* 0.000 nilai *p.value* kurang dari 0.05 ( $p < 0.05$ ). Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan tingkat nyeri antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Perubahan yang terjadi pada tingkat nyeri persendian *pre test* dan *post test* menunjukkan bahwa kompres hangat berpengaruh terhadap tingkat nyeri persendian *osteoarthritis* pada lanjut usia. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rasyidah (2011) tentang pengaruh teknik kompres hangat terhadap perubahan nyeri sendi pada pasien asam urat, dimana dalam penelitian ini menyebutkan bahwa terdapat perbedaan rerata skala nyeri sebelum pemberian kompres hangat dan setelah pemberian kompres hangat dan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kompres hangat terhadap perubahan nyeri sendi pada pasien asam urat. Hal ini disebabkan karena adanya stimulasi yang digunakan untuk mengurangi nyeri persendian dengan menggunakan kompres hangat.

Menurut Misnadiarly (2010) penggunaan terapi panas lebih nyaman dan aman untuk dilakukan untuk menurunkan nyeri. Kompres yang diberikan pada terapi tersebut adalah kompres panas kering, keuntungan dari pemberian terapi panas kering adalah

tidak menyebabkan maserasi pada kulit. Panas kering dapat menahan suhu lebih lama karena tidak dipengaruhi oleh evaporasi (Potter & Perry, 2005).

Proses *vasodilatasi* yang terjadi pada saat pemberian kompres hangat dapat melebarkan pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan aliran darah pada bagian yang nyeri. Kompres hangat juga dapat meningkatkan relaksasi otot serta mengurangi nyeri akibat spasme dan kekakuan (Potter & Perry, 2005). Kompres hangat bekerja dengan cara konduksi, yaitu terjadinya perpindahan panas dari buli-buli ke dalam sendi yang terasa nyeri. Panas bekerja dengan cara menstimulasi reseptor nyeri (*nociceptor*) untuk memblokir reseptor nyeri (Muttaqin, 2008).

Penurunan intensitas nyeri sendi yang dirasakan responden, dapat disebabkan karena adanya impuls-impuls yang menekan rasa nyeri, sehingga rasa nyeri dapat berkurang. Impuls tersebut adalah suhu hangat yang diberikan serta mengenai bagian yang terasa nyeri. Respon lokal terhadap panas terjadi melalui stimulasi ujung syaraf yang berada di dalam kulit. Stimulasi tersebut akan mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus. Jika perubahan tersebut terjadi terus menerus melalui jalur sensasi suhu maka penerimaan dan persepsi terhadap stimulus akan dirubah (Potter & Perry, 2005).

## KESIMPULAN DAN SARAN

### KESIMPULAN

Kesimpulan dari hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat penurunan tingkat nyeri persendian *osteoarthritis* pada lanjut usia setelah diberikan perlakuan berupa kompres hangat

1. Rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan kompres hangat pada saat menjadi kelompok kontrol sebesar 5,5 dan pada saat menjadi kelompok eksperimen tingkat nyeri sebesar 5,25.
2. Rata-rata tingkat nyeri sesudah diberikan kompres hangat pada saat menjadi kelompok kontrol sebesar 4,3 dan pada saat menjadi kelompok eksperimen tingkat nyeri sebesar 1,25.
3. Terdapat perbedaan penurunan tingkat nyeri pada kelompok kontrol sebesar 1,16 dan pada kelompok eksperimen sebesar 4,00.
4. Kompres hangat efektif untuk menurunkan nyeri persendian osteoarthritis pada lanjut usia.

### SARAN

1. Bagi lanjut usia  
Dapat menggunakan kompres hangat untuk mengurangi nyeri persendian yang dirasakan.
2. Bagi Pramukti  
Dapat membantu memberikan kompres hangat untuk lanjut usia yang mengalami nyeri persendian.

3. Bagi peneliti lain  
Dapat memberikan terapi selain kompres hangat seperti pemijatan (*massage*), teknik distraksi dan relaksasi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri pada lanjut usia serta dapat melakukan penelitian di tempat yang berbeda, dan dapat menggunakan jumlah sampel yang lebih banyak.
4. Bagi kepala panti  
Dapat dijadikan sebagai acuan untuk menentukan kebijakan dalam mengatasi dan meningkatkan kesehatan khususnya lanjut usia yang mengalami nyeri persendian.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, 2008. *Obat Rematik Merusak Lambung*, <http://lifestyle.okezone.com>. diperoleh tanggal 25 November 2011.
- Antoro, 2008, *Research in ELT*, <http://e-humaniora.fisip.ut.ac.id/suplemen/pbis4401/2d.html>, diperoleh tanggal 13 Desember 2011.
- Asmadi, 2008. *Teknik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*, Salemba Medika, Jakarta.
- Hawari, D., 2006. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.
- Isbagio, 2001. *Simposium Curent Diagnosis and Treatment*, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.
- Kusyati, E., 2006. *Keterampilan dan Prosedur Laboraturium*, EGC, Jakarta.
- Misnadiarly, 2010. *Osteoarthritis Penyakit Sendi pada Orang Dewasa dan Anak*, Pustaka Populer Obor, Jakarta.
- Muttaqin, 2008. *Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Persarafan*, Salemba Medika, Jakarta.
- Nugroho, W., 2000. *Keperawatan Gerontik*, EGC, Jakarta.
- Potter & Perry, 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Volume 1*, EGC, Jakarta.
- Potter & Perry, 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Volume 2*, EGC, Jakarta.
- Rahayu, N.W., 2009. *Efektifitas Pemberian Olesan Jahe Merah Terhadap Penurunan Keluhan Nyeri Sendi Pada Lansia di Panti Werda Budhi Luhur Yogyakarta*, Tidak Dipublikasikan, Yogyakarta.

Rasyidah, N., 2011. *Pengaruh Teknik Kompres Hangat Terhadap Perubahan Nyeri Sendi Pada Pasien Asam Urat di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2011*, Tidak Dipublikasikan. Jakarta.

Sudoyo, A. W., 2006. *Ilmu Penyakit Dalam Jilid II*, Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.

Sudoyo, A. W., 2006. *Ilmu Penyakit Dalam Jilid III*, Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.

Sugiyono, 2010. *Statistika Untuk Penelitian*, Alfabeta, Bandung.

Stanly, M., 2007. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 2*, EGC, Jakarta.

Tamsuri, A., 2006. *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*, EGC, Jakarta.



STIKES  
Aisyiyah  
YOGYAKARTA