

BAB IV

HASIL STUDI DAN PEMBAHASAN

A. Tinjauan Tentang Lokasi Studi Kasus

Loka Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia (LRSLU) “Minaula” Kendari terletak di Konawe selatan jalan Bandara Haluoleo Sulawesi Tenggara 93871. Loka rehabilitasi sosial lanjut usia (LRSLU) minaula kendari merupakan salah satu panti yang berada dibawah naungan pemerintah. Yang memiliki fasilitas dan layanan seperti kamar, ruang rawat, instalasi gizi, poli, dokter umum dan serta memiliki fasilitas pelayanan penunjang medis.

B. Hasil Studi Kasus

1. Keluhan utama dan riwayat kesehatan

Pasien Ny H, umur 65 tahun alamat onewila ranometo Sulawesi Tenggara, klien masuk di panti sudah 13 tahun, Klien datang sendiri dipanti. Klien mempunyai riwayat reuhmathoid arthritis 3 tahun yang lalu, klien juga mempunyai riwayat katarak, Klien menyatakan tidak mempunyai riwayat penyakit keturunan maupun penyakit menular. Klien menyatakan tidak ketergantungan obat maupun alergi obat

2. Keluhan saat ini

Saat dikaji pada tanggal 13 Mei 2019, klien menyatakan sudah merasakan nyeri lutut sebelah kanan sejak 3 tahun yang lalu,

pengkajian nyeri (PQRST) di dapatkan hasil : Paliatif (P) adalah hal yang menjadi faktor prepitasi nyeri adalah peradangan yang terjadi pada lutut bagian kanan yang dirasakan oleh klien. Saat dikaji klien mengatakan tidak mengetahui penyebab dari nyeri tersebut. Qualitatif (Q) atau kualitas nyeri adalah tingkat atau derajat untuk mengukur nyeri seperti nyeri pada reumahtoid arthritis yang dirasakan atau digambarkan klien bersifat menusuk atau hilang timbul. Regio (R) adalah daerah nyeri yang dirasakan. Klien mengatakan merasakan nyeri pada daerah lutut sebelah kanan. Saver (S) atau skala nyeri adalah intensitas nyeri yang dapat diukur dengan menggunakan angka. Klien menyatakan skala nyeri yang dirasakan ada di skala 6 dari skala 1-10 (kategori sedang). Time (T) atau waktu timbulnya nyeri. Klien mengatakan nyeri timbul tidak menentu dan nyeri biasanya timbul jika klien banyak bergerak dan beraktivitas yang berat. Dari pemeriksaan fisik didapatkan pasien Nampak lemas, ekspresi wajah tanpa meringis menahan sakit, gelisah, kesadaran composmentis, tekanan darah 160/90 mmhg, nadi 95x/m, laju respirasi 20x/m, dan suhu axilla 36,2⁰c. pada saat pemeriksaan fisik pada ekstermitas bawah ada nyeri tekan pada daerah ekstermitas bawah bagian sebelah kanan (lutut).

Berdasarkan data dari pengkajian yang dilakukan dan merujuk pada batasan karakteristik diagnosa nyeri kronis padaa diagnosa keperawatan nanda maka terdapat kesesuaian data dan diagnosa

keperawatan tersebut. Maka peneliti menegakan diagnosa keperawatan nyeri kronis, berdasarkan *Nursing Intervention Classification* (NIC) aplikasi panas dingin dan teknik relaksasi nafas dalam untuk diagnosa keperawatan tersebut dilakukan penerapan terapi kompres air hangat dan teknik relaksasi nafas dalam. Karena penerapan kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam dapat mengurangi intensitas nyeri pada pasien reuhmathoid arthritis. Terapi ini bertujuan untuk meningkatkan kenyamanan dan menurunkan tingkat nyeri terapi ini dilakukan untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri kronis dengan melakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam penerapan ini dilakukan selama 3 hari yaitu 2 kali sehari dan ditetapkan pada pukul 09.00 dan 14.00 wita.

2. Variabel Penelitian

Penerapan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam dilaksanakan selama 3 hari, dengan frekuensi latihan 2 kali dalam sehari yang di berikan pada jam 09.00 dan 14.00. Sebelum latihan dilaksanakan, peneliti mengukur tanda-tanda vital untuk memastikan kondisi pasien dapat melakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam. Setelah dilakukan terapi dilakukan pengukuran, hasil yang di peroleh meliputi :

- a. **Diketahuinya Gambaran Tingkat Nyeri Sebelum Terapi Kompres Air Hangat Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien *Rheumatoid Arthritis*.**

Tabel 4.1

Hasil dari pengukuran intensitas nyeri pada hari ke-1 sebelum intervensi kompres air hangat dan teknik relaksasi nafas dalam

Sebelum Intervensi Hari Ke-I		
Hari Ke-I	Sesi I	Sesi II
Intensitas	6	6
Kategori	Sedang	Sedang

(Sumber : Data primer 2019)

Tabel 4.2

Hasil dari pengukuran intensitas nyeri pada hari ke-II sebelum intervensi kompres air hangat dan teknik relaksasi nafas dalam

Sebelum Intervensi Hari Ke-II		
Hari Ke-II	Sesi I	Sesi II
Intensitas	6	5
Kategori	Sedang	Sedang

(Sumber : Data primer 2019)

Tabel 4.3

Hasil dari pengukuran intensitas nyeri pada hari ke-III sebelum intervensi kompres air hangat dan teknik relaksasi nafas dalam

Sebelum Intervensi Hari Ke- III		
Hari Ke-III	Sesi I	Sesi II
Intensitas	5	4
Kategori	Sedang	Sedang

(Sumber : Data primer 2019)

b. Diterapkan Terapi Kompres Air Hangat Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien *Rheumatoid Arthritis*

Kompres Hangat

Kompres hangat adalah memberikan rasa hangat (40-50 °C) kepada pasien dengan mempergunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan (Bandiyah,2009). Metode panas adalah cara terbaik untuk sendi dan jaringan lunak yang terkena arthritis dalam jangka waktu lama (Charlis,2010) tindakan ini selain melancarkan sirkulasi darah juga untuk menghilangkan rasa sakit, merangsang peristaltic usus, pengeluaran getah-getah menjadi lancar, serta memberikan ketenangan dan kenyamanan pada klien

(Zakiah,2015). Cara ini pengaluran zat asam dan bahan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat yang dibuang akan diperbaiki. Aktivitas sel yang meningkat akan mengurangi rasa sakit/nyeri dan akan menunjang proses peradangan (Stevann dkk tahun,2000 dalam Andarmoyo,2013).

Terapi hangat mempunyai keuntungan meningkatkan aliran darah kesuatu area dan kemungkinan dapat menurunkan nyeri dengan mempercepat penyembuhan (Andarmoyo,2013). Menurut Bandiah (2009) Tujuan dari pemberian komres hangat adalah memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, memperlancar pengeluaran cairan (exudat), merangsang eristaltik usus, memberi rasa nyaman dan tenang pada pasien.

Relaksasi Nafas Dalam

Relaksasi merupakan bentuk dari teknik distraksi yang lebih khusus dan efektif untuk nyeri kronis (Sulistiyarni,2015). Nyeri kronis berlangsung lama, intensitas bervariasi dan biasanya berlangsung lebih dari 6 bulan (McCaffery, 1986 dalam Andarmoyo, 2013). Hampir semua orang dengan nyeri kronis mendapatkan manfaat dari metode-metode relaksasi. Periode relaksasi yang teratur dapat membantu untuk melawan kelelahan dan ketegangan otot yang terjadi dengan nyeri kronis yang meningkatkan nyeri (Smeltzer dan Bare tahun, 2002 dalam Andarmoyo,2013). Hal yang perlu diperhatikan dalam teknik relaksasi adalah postur tubuh yang benar, menenangkan pikiran dan

lingkungan yang sunyi 9 Sulistyarni, 2015. Penting bagi perawat untuk memberikan posisi yang nyaman dalam pelaksanaan relaksasi ini. Posisi yang tidak nyaman akan membuat pasien menjadi kelelahan. Teknik Relaksasi dapat dilakukan duduk maupun dengan berbaring.

Relaksasi adalah suatu tindakan untuk “membebaskan” mental dan fisik dari ketegangan dan stres, sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Berbagai metode relaksasi digunakan untuk menurunkan kecemasan dan ketegangan otot sehingga didapatkan penurunan denyut jantung, penurunan respirasi serta penurunan ketegangan otot. Contoh tindakan relaksasi yang dapat dilakukan untuk menurunkan nyeri adalah nafas dalam dan relaksasi otot.

Prosedur Kompres hangat dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam

- Prosedur tindakan kompres hangat Persiapan alat dan bahan adalah sebagai berikut:
 - 1) Alat
 - Handscoen
 - Baskom kecil
 - Waslap/handuk kecil
 - Termometer suhu air
 - 2) Bahan
 - Air secukupnya yang bersuhu 40-50 °C
 - 3) Cara kerja

Untuk pelaksanaan kompres hangat dapat mengikuti langkah langkah sebagai berikut:

- a) Inform consent
 - b) Siapkan wadah dan isi dengan air hangat suhu 40-50 °C secukupnya Rendam kain kedalam wadah tersebut.
 - c) Pengompresan dilakukan selama 20 menit
 - d) Setelah selesai bereskan semua peralatan yang telah dipakai.
- Prosedur tindakan teknik relaksasi nafas dalam
 - a) Mempersiapkan pasien
 - b) Meminta pasien meletakkan satu tangan di dada dan
 - c) satu tangan di abdomen
 - d) Melatih pasien melakukan nafas perut (menarik nafas dalam melalui hidung hingga 3 hitungan,jaga mulut tetap tertutup)
 - e) Meminta pasien merasakan mengembangnya abdomen (cegah lengkung pada punggung)
 - f) Meminta pasien menahan nafas hingga 3 hitungan
 - g) Meminta menghembuskan nafas perlahan dalam 3 hitungan (lewat mulut, bibir seperti meniup)
 - h) Meminta pasien merasakan mengempisnya abdomen dan kontraksi dari otot

- Kedua tindakan ini di gabungkan pertama- tama melakukan pengompresan dulu setelah itu di lakukan tindakan teknik relaksasi nafas dalam.

c. Evaluasi Gambaran Tingkat Nyeri Setelah Terapi Kompres Air Hangat Dan Teknik Relakasasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien *Rheumatoid Arthritis*

Hasil dari pengukuran intensitas nyeri pada hari ke-1 setelah intervensi kompres air hangat dan teknik relaksasi nafaas dalam diterapkan

Setelah Intervensi Hari Ke-1		
Hari ke-1	I	II
Intensitas	6	6
Kategori	Sedang	Sedang

(Sumber : Data primer 2019)

Setelah Intervensi Hari Ke-II		
Hari ke-II	I	II
Intensitas	6	5
Kategori	Sedang	Sedang

(Sumber : Data primer 2019)

Setelah Intervensi Hari Ke-III		
Hari ke-III	I	II
Intensitas	5	4
Kategori	Sedang	Sedang

(Sumber : Data primer 2019)

Dari hasil tabel 4.1 menunjukkan pada sesi ke-1 sebelum dilakukan intervensi kompres hangat dan tehnik relaksasi nafas dalam yaitu skala nyeri 6 (kategori sedang),setelah dilakukan intervensi kompres hangat dan tehnik relaksasi nafas dalam skala nyeri masih berada pada skala 6 (kategori sedang). Sedangkan pada sesi ke-2 sebelum dilakukan intervensi kompres hangat dan tehnik relaksasi nafas dalam skala nyeri 6 setelah dilakukan intervensi kompres hangat dan tehnik relaksasi nafas dalam intensitas nyeri masih berada pada skala 5

Tabel 4.2

Hasil dari pengukuran intensitas nyeri pada hari ke-1I sebelum dan setelah intervensi kompres air hangat dan tehnik relaksasi nafaas dalam

Dari hasil tabel 4.2 sebelum dilakukan intervensi kompres hangat dan tehnik relaksasi nafas dalam skala nyeri 6, setelah dilakukan intervensi kompres hangat dan tehnik relaksasi nafas dalam skala nyeri menurun menjadi 5.

Tabel 4.3

Hasil dari pengukuran intensitas nyeri pada hari ke-11 l sebelum dan setelah intervensi kompres air hangat dan teknik relaksasi nafaas dalam

Dari hasil tabel 4.3 menunjukkan pada sesi 1 sebelum dilakukan intervensi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam skala nyeri 5, setelah dilakukan intervensi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam skala nyeri 5. Pada sesi ke-2 sebelum dilakukan intervensi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam skala nyeri 5, setelah dilakukan intervensi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam skala nyeri menurun menjadi skala 4.

b. Durasi Nyeri

Tabel 4.4
Hasil dari pengukuran durasi nyeri

No.	Hari Terapi	Sesi 1 Pagi jam 09.00	Kriteria	Sesi 2 sore jam 14.00	Kriteria
1	Hari ke-1	90 menit	Nyeri Berat	90 menit	Nyeri Sedang
2	Hari ke-2	80 menit	Nyeri Berat	60 menit	Nyeri Sedang
3	Hari ke-3	60 menit	Nyeri Sedang	50 menit	Nyeri Sedang

(Sumber : Data primer 2019)

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa kondisi pasien pada hari pertama setelah dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam berada pada kriteria nyeri berat dimana pada sesi 1 klien mengalami nyeri dengan durasi 90 menit dan di sesi ke 2 klien masih mengalami nyeri dengan durasi 90 menit. di hari ke dua dan hari ke tetiga dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam di dapatkan hasil pada kriteria nyeri sedang.

c. Interval Nyeri

Tabel 4.5
Hasil dari pengukran interval nyeri

No	Hari Terapi	Sesi 1 jam 09.00	Kriteria	Sesi 2 jam 14.00	Kriteria
1	Hari ke-1	45 menit	Nyeri Berat	50 menit	Nyeri berat
2	Hari ke-2	60 mennit	Nyeri Sedang	70 menit	Nyeri Sedang
3	Hari ke-3	75 menit	Nyeri Sedang	80 menit	Nyeri Sedang

(Sumber : Data primer 2019)

pengukuran pada hari pertama setelah dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam termasuk dalam kriteria Nyeri berat yaitu pada sesi 1 dan 2 masing masing intervalnya yaitu 45 menit dan 50 menit. Dan pada hari

ke dua dan hari ke tiga setelah dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam didapatkan hasil dalam kriteria Nyeri sedang

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa pada hari pertama dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam, diketahui intensitas nyeri, durasi nyeri dan interval nyeri pada sesi 1 dan 2 berada pada kriteria deviasi berat sehingga dapat dinilai bahwa nyeri berat. Dan dimulai dari hari ketiga atau hari terakhir dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam, dapat dinilai bahwa nyeri pasien terkontrol karena intensitas nyeri, durasi nyeri, dan interval nyeri mengalami perubahan yaitu berada dalam kriteria deviasi sedang.

C. Pembahasan hasil penelitian

Menurut peneliti keluhan utama pada kasus RA yaitu nyeri lutut sebelah kanan yang ditemukan pada Ny.H. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Junaidi (2016), menjelaskan reumathoid Athritis adalah suatu penyakit autoimun dimana, secara simetris persendian (biasanya sendi tangan dan kaki) mengalami peradangan sehingga menyebabkan terjadinya pembengkakan, nyeri, dan sering kali menyebabkan kerusakan pada bagian dalam sendi.

Menurut peneliti, hasil pengkajian tersebut sesuai dengan teori Muttaqin (2010), bahwa pasien dengan RA saat dilakukan pengkajian yang ditemukan meliputi, Didapatkan adanya pembengkakan yang tidak biasa (abnormal), deformitas pada daerah sendi kecil tangan, pergelangan kaki,

dan sendi besar lutut, panggul, dan pergelangan tangan. Adanya degenerasi serabut otot memungkinkan terjadinya pengecilan, atrofi otot yang disebabkan oleh tidak digunakannya otot akibat inflamasi sendi, Sering di temukan nodul subkutan multipel, nyeri tekan pada sendi yang sakit.

Hasil Penelitian

Dari hasil Penelitian yang dilakukan penelitian selama 3 hari dimana Terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam dilakukan 2 kali dalam sehari karena sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Rahmawati dan Yanti 2014, dan dinilai efektif untuk mengurangi intensitas nyeri pada pasien RA. Pengukuran hasil terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam dilakukan langsung setelah terapi diberikan dengan alasan bahwa pada saat itu kondisi pasien berada dalam keadaan normal sehingga tidak ada hal lain yang mempengaruhi hasil pengukuran yang meliputi intensitas nyeri, durasi nyeri, dan interval nyeri.

a. Intensitas Nyeri

Pada hari pertama dilakukan latihan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam didapatkan bahwa intensitas nyeri pasien berada pada kriteria deviasi sedang yaitu pada skala 6. Hal ini masuk dalam batas deviasi sedang dari kisaran normal, dimana intensitas nyeri yang dapat ditoleransi tubuh yaitu pada kisaran skala 1-6.

Kompres menggunakan air hangat akan meningkatkan aliran darah, dan meredakan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi, seperti bradikinin, histamin dan prostaglandin yang menimbulkan

nyeri lokal. Panas akan merangsang serat saraf yang menutup gerbang sehingga transmisi nyeri ke medulla spinalis dan ke otak dihambat.

Hal tersebut disebabkan karena setelah 20 menit pemberian kompres hangat pada daerah tubuh akan memberikan sinyal ke hipotalamus melalui sumsum tulang belakang. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus dirangsang, sistem efektor mengeluarkan sinyal yang memulai berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah diatur oleh pusat vasomotor pada medulla oblongata dari tungkai otak, di bawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi.

Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah ke setiap jaringan khususnya yang mengalami radang dan nyeri bertambah sehingga mengalami penurunan intensitas nyeri pada jaringan yang meradang. Setelah dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam selama 3 hari maka didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri pasien yang berada dalam kriteria deviasi ringan yaitu dengan skala nyeri 4 sehingga dapat dikatakan bahwa terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri. (Davey, 2005).

b. Durasi Nyeri

Pada hari pertama dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam didapatkan data bahwa durasi nyeri pasien berada pada deviasi berat. Menurut teori pada pasien RA rata-rata

klien mengalami lamanya nyeri bisa berjam-jam bahkan berhari-hari, hal ini diakibatkan karena kerusakan jaringan sendi, kerusakan tulang rawan (kartilago) sendi dan tulang didekatnya, disertai perforasi dari tulang dan jaringan lunak didalam dan sekitar daerah yang terkena, untuk menurunkan durasi nyeri pasien maka diharapkan pasien dapat melakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam, sebagai upaya untuk menurunkan durasi nyeri. Setelah dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam selama 3 hari maka didapatkan hasil bahwa durasi nyeri pasien berada pada kriteria deviasi sedang.

c. .Interval Nyeri

Pada hari pertama dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam didapatkan hasil pada sesi pertama interval 45 menit dan pada sesi ke dua interval 50 menit . Hal ini masuk dalam batas deviasi berat dari kisaran normal, dimana normalnya interval nyeri yaitu lebih dari 120 menit. Menurut teori Karakteristik Arthritis rheumatoid adalah radang cairan sendi (*sinovitis inflamatoir*) yang persisten, biasanya menyerang sendi-sendi perifer dengan penyebaran yang simetris. Sehingga untuk meningkatkan interval nyeri diharapkan pasien dapat melakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam agar dapat meningkatkan interval nyeri pasien. Setelah dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam

selama 3 hari maka didapatkan hasil bahwa keadaan pasien termasuk dalam kriteria deviasi sedang.

d. Karakteristik Nyeri

Karakteristik nyeri pasien pada hari pertama sebelum dilakukan terapi yaitu intrnsitas nyeri pada skala 6, durasi nyeeri 90 menit dan interval nyeri 45 menit sehingga karakteristik nyeri pasien berada pada kriteria nyeri berat. Setelah dilakukan terapi kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam di pagi dan sore hari selama 3 hari, pada hari ke-3 di sesi ke-2 karakteristik nyeri pasien sudah berada pada kriteria nyeri terkontrol. Hal ini terjadi karena kombinasi terapi komprs hangat dan teknik relaksasi nafas dalam, dimana terapi kompres hangat akan meningkatkan aliran darah, vasodilatasi meningkatkan penyerapan nutrisi, leukosit dan anti bodi dan meningkatkan pembuangan sisa metabolik dan sisa jaringan sehingga membantu resolusi kondisi inflamasi (Chandra, 2002).

Penggunaan terapi hangat permukaan pada tubuh dapat memperbaiki fleksibilitas tendon dan ligament, mengurangi spasme otot, meredakan nyeri, meningkatkan aliran darah dan meningkatkan metabolisme dan Prinsip yang mendasari penurunan nyeri oleh teknik relaksasi nafas dalam terletak pada fisiologi sistem syaraf otonom yang merupakan bagian dari sistem syaraf perifer yang mempertahankan homeostatis lingkungan internal individu,pada saat terjadi pelepasan mediator kimia seperti bradikinin, prostaglandin dan substansi, akan

merangsang syaraf simpatis sehingga menyebabkan vasodilatasi yang akhirnya meningkatkan tonus otot yang menimbulkan pelebaran pembuluh darah, meningkatkan aliran darah dan meningkatkan kecepatan metabolisme sehingga dapat mengurangi intensitas nyeri, durasi nyeri dan interval nyeri. (Wachjudi, Dewi, Hamijaya, & Pramudiyo, 2006; Kozier & Erb's, 2009),