

**PENERAPAN KOMPRES HANGAT MENGGUNAKAN WARM WATER ZACK
(WWZ) TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN *DYSPEPSIA***

Maria Handayani¹⁾, Dian Nur Wulaningrum²⁾

¹⁾Mahasiswa Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾Dosen Universitas Kusuma Husada Surakarta

mariahandayani94@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : *Dyspepsia* merupakan penyakit sindroma yang ditandai dengan adanya rasa tidak nyaman pada bagian atas atau ulu hati. Tanda dan gejala *dyspepsia* berupa rasa nyeri dan bersumber pada organ yang terdapat dalam abdomen. Salah satu intervensi mengatasi nyeri dengan pemberian kompres hangat dapat menggunakan *Warm Water Zack* (WWZ).

Tujuan : Untuk mengetahui penerapan intervensi kompres hangat menggunakan Warm Water Zick (WWZ) untuk menurunkan skala nyeri pada pasien *dyspepsia*.

Metode : Metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subyek studi kasus sejumlah satu orang pasien (individu) dengan masalah keperawatan nyeri akut di ruang Wijaya Kusuma 3 RSUD Kota Salatiga.

Hasil dan Pembahasan : Tindakan spesifik yang dilakukan berupa pemberian kompres hangat selama 3 hari dengan tahapan 2 kali kompres hangat dalam sehari dan dalam kurun waktu selama 15 menit. Pada hari pertama mengalami penurunan skala nyeri 6 menjadi 5, kemudian pada hari kedua skala nyeri 4 menjadi 3, dan pada hari ketiga skala nyeri 3 menjadi 1 dan tanda-tanda vital yang membaik.

Kesimpulan : Kompres hangat menggunakan WWZ memiliki pengaruh yang lebih baik dan optimal terhadap penurunan skala nyeri sedang menjadi tidak nyeri serta tanda-tanda vital membaik.

Kata kunci : Nyeri, kompres hangat, dispepsia

Daftar Pustaka : 17 (2014-2023)

**APPLICATION OF WARM COMPRESSES USING WARM WATER ZACK (WWZ)
TO REDUCE THE SCALE OF PAIN IN DYSPEPSIA PATIENTS**

Maria Handayani¹⁾, Dian Nur Wulaningrum²⁾

¹⁾*Students of the Nursing Profesional Study Program, Kusuma Husada University,
Surakarta*

²⁾*Lecturer at Kusuma Husada University, Surakarta*
mariahandayani94@gmail.com

ABSTRACT

Background: Dyspepsia is a syndrome characterized by discomfort in the upper part or solar plexus. Signs and symptoms of dyspepsia include pain and originate in the organs in the abdomen. One intervention to overcome pain with warm compresses can be using Warm Water Zack (WWZ). The aim is to determine the effect of warm compresses on reducing pain in dyspepsia patients.

Objective: To determine the application of warm compress intervention using Warm Water Zick (WWZ) to reduce the pain scale in dyspepsia patients.

Method: Qualitative research method with a case study approach. The subject of the case study was one patient (individual) with acute pain nursing problems in the Wijaya Kusuma 3 ward of the Salatiga City Regional Hospital.

Results and Discussion : The specific action taken was the provision of warm compresses for 3 days in stages of 2 warm compresses a day and within a period of 15 minutes. On the first day the pain scale decreased from 6 to 5, then on the second day the pain scale was 4 to 3, and on the third day the pain scale was 3 to 1 and vital signs improved.

Conclusion : Warm compresses using WWZ have a better and optimal effect on reducing the scale from moderate pain to no pain and improving vital signs.

Keyword : Pain, warm compress, dyspepsia

Bibliography : 17 (2014-2023)

PENDAHULUAN

Sistem pencernaan atau sistem gastrointestinal merupakan sistem organ manusia yang berfungsi untuk menerima makanan, mencerna menjadi zat-zat gizi ke dalam aliran darah serta membuang bagian sisa-sisa makanan yang tidak dapat dicerna oleh tubuh (Maresa, 2019). Sistem pencernaan ini dimulai dari makanan masuk kemudian proses penghalusan makanan di mulut, pemecahan makanan di lambung, pemecahan nutrisi di usus halus, penyerapan nutrisi di usus kecil, dan pematatan sisa makanan di usus besar.

Salah satu gangguan pencernaan yang sering dikeluhkan yaitu gangguan lambung. Lambung adalah resevoir pertama makanan dalam tubuh dan di dalam lambung makanan akan melalui proses pemecahan zat gizi. Gangguan lambung berupa ketidaknyamanan pada bagian perut atau dikenal dengan *dyspepsia*. *Dyspepsia* merupakan kumpulan keluhan atau gejala rasa yang tidak enak atau sakit perut bagian atas dan menetap atau mengalami kekambuhan keluhan refluks gastroesofagus klasik berupa rasa panas di dada (Hakim et al., 2023). *Dyspepsia* merupakan penyakit sindroma yang ditandai dengan adanya rasa tidak nyaman pada bagian atas atau ulu hati yang disebabkan oleh faktor diet maupun lingkungan seperti pengeluaran cairan pada asam lambung, fungsi motorik lambung, persepsi visceral lambung, psikologi, dan infeksi *Helicobacter pylori* (Zakiyah et al., 2021).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) kasus *dyspepsia* di dunia mencapai 13-4-% dari total populasi setiap tahun (Suryanti, 2019). Berdasarkan Riskesdas (2018) prevalensi *dyspepsia* di Indonesia mencapai 40-50% dari total populasi penduduk. Pada tahun 2019 angka kejadian *dyspepsia* sebanyak 10 juta jiwa dan pada tahun 2020 diperkirakan menjadi 28 juta jiwa (Saputri & Zalila, 2023). Berdasarkan

data Rekam Medik di RSUD Kota Salatiga menunjukkan prevalensi dalam waktu satu tahun (Januari-Desember) 2023 berjumlah 1129 pasien. Sedangkan tiga bulan terakhir, bulan Maret sebanyak 99 pasien, bulan April sebanyak 68 pasien, dan bulan Mei sebanyak 94 pasien.

Tanda dan gejala *dyspepsia* berupa rasa nyeri dan bersumber pada organ yang terdapat dalam abdomen. Internasional Association for Study of Pain (IASP) menyatakan nyeri adalah sensori subjektif dan emosional yang tidak menyenangkan yang didapatkan terkait dengan kerusakan jaringan aktual maupun potensial (Yudono et al., 2014). Jika nyeri tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan masalah seperti gangguan pada proses aktivitas sehari-hari.

Penatalaksanaan dalam mengatasi nyeri dibagi menjadi dua, yaitu penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi dengan menggunakan obat-obatan analgetik yang bertujuan untuk memblok transmisi stimulus agar terjadi perubahan persepsi dengan mengurangi kotikal terhadap nyeri. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologi dengan menggunakan intervensi manajemen nyeri seperti kompres hangat (F. Apriyanti & Imamah, 2023). Kompres hangat meredakan nyeri dengan mengurangi spasme otot, merangsang nyeri, menyebabkan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah. Manfaatnya dapat memfokuskan perhatian selain nyeri sehingga tidak berfokus pada nyeri dan dapat relaksasi (Triani et al., 2022).

Pemberian kompres hangat dapat menggunakan *Warm Water Zack* (WWZ) yaitu botol karet yang berisi air panas atau hangat untuk mengompres bagian tubuh yang sakit. WWZ memiliki keunggulan dalam penggunaannya antara lain tutup yang terbuat dari atom plastik sehingga mengurangi resiko terjadinya pecah. Pemakaian terapi kompres hangat

menggunakan WWZ dengan menempelkan kantong atau karet ke bagian tubuh yang nyeri di area kulit untuk suhu kisaran 40°C, namun perlu pengawasan sehingga meminimalisir resiko kemerahan pada kulit dan tidak dilakukan lebih dari 20 menit. Selain itu penggunaan WWZ dapat dilakukan secara mandiri.

METODE PENELITIAN

Kasus rancangan penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Studi kasus yang menjadi pokok bahasan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan pada pasien *dyspepsia* dengan masalah keperawatan nyeri akut dengan pemberian kompres hangat menggunakan Warm Water Zack (WWZ) di Ruang Wijaya Kusuma 3 RSUD Kota Salatiga.

Subjek yang digunakan adalah satu pasien *dyspepsia* dengan nyeri abdomen, yang menjadi subyek studi kasus sejumlah satu orang pasien (individu) dengan masalah keperawatan nyeri akut di ruang Wijaya Kusuma 3 RSUD Kota Salatiga, dengan kriteria inklusi Pasien dengan gangguan pencernaan (*dyspepsia*) di ruang Wijaya Kusuma 3 RSUD Kota Salatiga, pasien dengan usia > 15 tahun yang bersedia menjadi subjek studi kasus, dan pasien diagnosa keperawatan nyeri akut dengan skala nyeri < 7.

HASIL

Pengkajian dilakukan pada tanggal 6 Juni 2024 pukul 09.00 WIB. Identitas klien nama Ny. D usia 27 tahun, agama Islam, pendidikan terakhir sarjana, alamat Kota Salatiga, diagnosa medis *dyspepsia*, nomor register 07-08-8XXXX. Klien masuk Rumah Sakit dengan keluhan nyeri ulu hati yang meluas ke belakang. P : Nyeri bertambah saat bergerak, Q : Nyeri dirasakan seperti

diiris-iris, R : Nyeri di bagian ulu hati, S : Nyeri di skala 6, dan T : Nyeri hilang timbul. Klien dan keluarga tidak memiliki riwayat penyakit. Klien tampak meringis, bersikap protektif memegang daerah nyeri, dan gelisah.

Pemeriksaan fisik keadaan umum klien cukup baik, kesadaran composmentis dengan GCS 15 (E4V5M6). Hasil tanda-tanda vital tekanan darah 133/90 mmHg, nadi 102x/menit irama teratur dan teraba kuat, pernapasan 22x/menit irama teratur, suhu 36,90°C, dan saturasi oksigen 97%.

Diagnosa yang dirumuskan berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia yaitu Nyeri Akut (D.0077) berhubungan dengan Agen Pencedera Fisiologis ditandai dengan nyeri ulu hati yang meluas ke belakang. Setelah dilakukan tindakan keperawatan 3x8 jam maka Tingkat Nyeri Menurun dengan kriteria hasil : Keluhan nyeri menurun, meringis menurun, gelisah menurun, kesulitan tidur menurun, frekuensi nadi membaik, pola nafas membaik, tekanan darah membaik.

Intervensi keperawatan yang disusun yaitu Manajemen Nyeri (I.08238) meliputi Observasi : Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas, dan identifikasi skala nyeri. Terapeutik : Berikan teknik non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (kompres hangat menggunakan Warm Water Zack (WWZ)). Implementasi yang dilakukan yaitu mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas, mengidentifikasi skala nyeri, dan memberikan kompres hangat menggunakan Warm Water Zack (WWZ).

Implementasi dilakukan 2 kali selama 3 hari dengan durasi 15 menit yaitu pada tanggal 6-8 Juni 2024. Pada hari pertama mengalami penurunan skala nyeri 6 menjadi 5, kemudian pada hari kedua skala nyeri 4 menjadi 3, dan pada

hari ketiga skala nyeri 3 menjadi 1 dan tanda-tanda vital yang membaik.

Evaluasi pada Ny. D setelah dilakukan tindakan kompres hangat menggunakan WWZ untuk menurunkan skala nyeri yaitu data subjektif klien mengatakan nyeri berkurang, skala nyeri 1. Data objektif yaitu klien tidak tampak meringis dan tidak gelisah, tampak kantung mata membaik. Masalah teratasi dan intervensi dihentikan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil implementasi yang telah dilakukan kepada klien Ny. D di Ruang Wijaya Kusuma 3 RSUD Kota Salatiga bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penerapan tindakan pemberian kompres hangat menggunakan *Warm Water Zack* (WWZ). Tindakan spesifik yang dilakukan berupa pemberian kompres hangat selama 3 hari dengan tahapan 2 kali kompres hangat dalam sehari dan dalam kurun waktu selama 15 menit.

Pada hari pertama mengalami penurunan skala nyeri 6 menjadi 5, kemudian pada hari kedua skala nyeri 4 menjadi 3, dan pada hari ketiga skala nyeri 3 menjadi 1 dan tanda-tanda vital yang membaik. Dengan demikian pemberian kompres hangat menggunakan WWZ memiliki manfaat untuk menurunkan skala nyeri. Sejalan dengan tindakan yang dilakukan Yusti, Yance dan Nuche (2022) mengatakan bahwa kompres hangat baik dilakukan guna merelaksasikan otot, mengurangi rasa nyeri akibat spasme atau kekakuan serta memberikan rasa nyaman yang menghasilkan lancarnya peredaran darah pada bagian tubuh yang terasa nyeri (Triani et al., 2022).

Pemberian kompres hangat pada daerah tubuh akan memberikan atau merangsang sinyal hypothalamus, sistem efektor mengeluarkan sinyal untuk memulai berkeringat dan vasodilatasi perifer (Triani et al., 2022). Perubahan ukuran pembuluh darah akan

memperlancar sirkulasi oksigenasi, mencegah terjadinya spasme otot, memberikan rasa hangat, dan menurunkan rasa nyeri.

Penurunan skala nyeri yang terjadi karena kompres hangat WWZ memiliki pengaruh yang signifikan. Penurunan skala nyeri baik nyeri akut maupun gejala nyeri kronis yang dirasakan. Dibandingkan dengan mengkonsumsi obat nyeri, kompres hangat cepat dalam meredam rasa nyeri. Setuju dengan hal ini Ahmad dan John (2020) menjelaskan *bawa for the pain she had been using over-the-counter analgesia to little avail but found some relief from holding a hot-water bottle against her abdomen* (Shirazi-Nejad & Hebden, 2020). Hal ini menunjukkan keefektifan kompres hangat pada penurunan rasa nyeri yang dialami.

Suasana hangat yang ada pada media kain dan kemudian diberikan pada bagian tubuh yang nyeri secara tidak langsung akan membantu memperbaiki peredaran darah didalam jaringan yang rusak. dalam bukunya Sumiaty, Putri, dan Hasnawati (2022) menjelaskan bahwa perubahan ukuran pembuluh darah akan memperlancar sirkulasi oksigen, mencegah spasme otot, memberikan relaksasi serta menurunkan rasa nyeri. Dengan demikian pemberian kompres hangat dengan metode WWZ dirasa sangat efektif dalam menurunkan rasa nyeri.

Selain itu dalam penelitian lain juga menjelaskan keefektifan penggunaan metode WWZ dalam menurunkan rasa nyeri. Dona, Sapti dan Asri (2023) menerangkan bahwa hasil dari penggunaan kompres hangat khususnya dengan metode WWZ sangat efektif dalam menurunkan rasa nyeri pada pasien (Selviana et al., 2023). Hal inilah yang dirasakan oleh Ny. D saat pemberian kompres hangat selama 3 hari dengan hasil terjadinya relaksasi terhadap otot-otot yang tegang pada bagian perut sehingga rasa nyeri yang

dirasakan dapat menurun secara berkala dan lebih optimal yaitu penurunan nyeri dari skala 6 menjadi 1.

KESIMPULAN

Setelah melakukan tindakan asuhan keperawatan dalam menyusun karya ilmiah akhir ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil pengkajian yang dilakukan maka diagnosa keperawatan yang menjadi fokus utama pada Ny. D yaitu Nyeri Akut berhubungan dengan Agen Pencedera Fisiologis (D.0077).
2. Tujuan dan kriteria hasil diharapkan Tingkat Nyeri Menurun (L.08066) dan intervensi yang dilakukan yaitu Manajemen Nyeri (I.08238) meliputi Observasi : Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas, dan identifikasi skala nyeri. Terapeutik : Berikan teknik non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (kompres hangat menggunakan *Warm Water Zack* (WWZ)).
3. Implementasi keperawatan yang dilakukan pada Ny. D pada tanggal 6-8 Juni 2024 yaitu pemberian kompres hangat menggunakan *Warm Water Zack* (WWZ) untuk menurunkan skala nyeri.
4. Hasil evaluasi tindakan yang telah dilakukan yaitu memiliki pengaruh yang lebih baik dan optimal terhadap penurunan skala nyeri sedang menjadi tidak nyeri serta tanda-tanda vital membaik.

SARAN

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan tindakan yang lebih spesifik terkait pemberian asuhan keperawatan dengan intervensi non farmakologi untuk menurunkan skala nyeri pada pasien *dyspepsia*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurakhman, R. N., Indragiri, S., & Setiyowati, L. N. (2020). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Dengan Wwz (*Warm Water Zack*) Terhadap Nyeri Pada Pasien *Dyspepsia*. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 77–82. <https://doi.org/10.38165/jk.v11i1.201>
- Andarmoyo, S. (2018). Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media.
- Apriyanti, F., & Imamah, I. N. (2023). Implementasi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Kolik Abdomen DI rsud Karanganyar. *Osadha Wedyah*, 1(4), 360–366.
- Apriyanti, Y., Lorita, E., & Yusuarsono, Y. (2019). Kualitas Pelayanan Kesehatan Di Pusat Kesehatan Masyarakat Kembang Seri Kecamatan Talang Empat Kabupaten Bengkulu Tengah. *Profesional: Jurnal Komunikasi Dan Administrasi Publik*, 6(1). <https://doi.org/10.37676/profession al.v6i1.839>
- Filia, M. (2019). Aspek Hukum Persetujuan Tindakan Medis (Informed Consent) Dalam Penerapan Teknik Operasi Bedah Jantung. *Esensi Hukum*, 1(1), 96–108. <https://doi.org/10.35586/esensihukum.v1i1.15>
- Hakim, A., Kesumadewi, T., & Ludiana. (2023). IMPLEMENTATION OF FINGER GRIP RELAXATION TO THE PAIN SCALE OF Hakim , Penerapan Genggam Jari. *Jurnal Cendekia Muda*, 3, 1–8.
- Maresa, T. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dan Keteraturan Pola Makan Dengan Terjadinya Dispepsia Pada Usia Produktif Dipuskesmas Depok

- iii Sleman Yogyakarta. (*Skripsi*).
http://digilib.unisayogya.ac.id/4629/1/NASKAH_PUBLIKASI_TRIA_MARESA_1710201223.pdf
- Nilamsari, N. (2014). Memahami Studi Dokumen Dalam Penelitian Kualitatif. *Wacana*, 8(2), 177–1828.
<http://fisip.untirta.ac.id/teguh/?p=16/>
- Saputri, R., Zalila, R., & Aprilianti, G. (2023). Penatalaksanaan terapi kompres air hangat untuk mengatasi nyeri pada asuhan keperawatan *dyspepsia* di ruang rawat inap rumah sakit. *Indonesian Journal Of Health and Medical*, 3(1), 10–18.
<http://rcipublisher.org/ijohm/index.php/ijohm/article/view/189%0Ahttp://rcipublisher.org/ijohm/index.php/ijohm/article/download/189/139>
- Selviana, D., Ayubbana, S., & Pakata, A. T. (2023). Implementasi Kompres Hangat Dengan *Warm Water Zack* (WWZ) Terhadap Nyeri Paisein Dispepsia. *Jurnal Cendekia Muda*, 4, 518–525.
- Shirazi-Nejad, A. R., & Hebden, J. M. (2020). *Abdominal Pain Relieved By A Warm Hot Water Bottle: An Atypical Presentation Of Eosinophilic Gastroenteritis*. 2020(8), 12890.
<https://doi.org/10.12890/2020>
- Suryanti. (2019). Karakteristik Penderitadispepsia Pada Kunjungan Rawat Jalan Praktek Pribadi Dr. Suryanti Periode Bulan Oktober-Desember 2018. *Jurnal Menara Ilmu*, 13(5), 1094–1100.
<https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1369/1203>
- Triani, Y., Hidayat, Y., Marlianto, N., Ilmu, F., Universitas, K., & Bengkulu, D. (2022). Kompres Air Hangat Menggunakan *Warm Water Zack* (WWZ) Pada Pasien *Dyspepsia* dengan Masalah Nyeri Akut Melalui Aplikasi Teori Keperawatan Orem UPTD RSUD Basem Pagar Alam Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Amanah Akademika*, 5(2).
- Trivaika, E., & Senubekti, M. A. (2022). Perancangan Aplikasi Pengelola Keuangan Pribadi Berbasis Android. *Nuansa Informatika*, 16(1), 33–40.
<https://doi.org/10.25134/nuansa.v16i1.4670>
- Yudono, D. T., Triana, N. Y., & Madyo, M. (2014). Pengaruh hipnoterapi terhadap nyeri pasien dispepsia di RSUD Dr. R. Goeteng Taruna Dibrata Purbalingga. *Viva Medika Journal*, 07(13), 65–76.
- Zakiah, W., Eka Agustin, A., Fauziah, A., Sa'diyyah, N., & Ibnu Mukti, G. (2021). Definisi, Penyebab, Klasifikasi, dan Terapi Sindrom Dispepsia. *Jurnal Health Sains*, 2(7), 978–985.
<https://doi.org/10.46799/jhs.v2i7.230>