

**KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI NYERI REMATIK PADA  
LANSIA DENGAN MEDIA VIDEO**

**LAPORAN PROJEK AKHIR**

**Disusun untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan**

**Pada program studi DIII Keperawatan**



**Oleh :**

**DITA AYU YOLANDA**

**B2018036**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

2021

**PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya tulis ilmiah dengan judul :

**KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI NYERI REMATIK PADA LANSIA  
DENGAN MEDIA VIDEO**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Tugas Akhir yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun diperguruan tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan Tugas Akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 12 Januari 2021



Dita Ayu Yolanda

NIM. B2018036

### **PERNYATAAN PERSETUAN PUBLIKASI**

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dita Ayu Yolanda

NIM : B2018036

Jenis Karya : Tugas Akhir

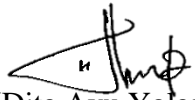
Judul : Kompres Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Rematik Pada  
Lansia dengan media video

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Eksklusif Royalti-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas tugas akhir saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), menawar dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Dibuat di Surakarta

Pada tanggal, 12 Januari 2021

Yang menyatakan

  
(Dita Ayu Yolanda)

## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

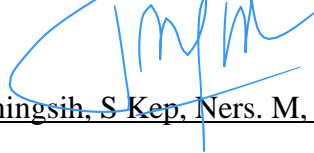
Project Akhir dengan judul :

### **KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI NYERI REMATIK PADA LANSIA DENGAN MEDIA VIDEO**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Akhir Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 12 Januari 2021

Pembimbing



Mulyaningsih, S. Kep, Ners. M, Kep

NIDN. 00070447310

Mengetahui

Kaprodi Ilmu Keperawatan



Ns. Norman Wijaya Gati, S. Kep, Ns., M, Kep

NIDN. 0615018601

## PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

### **KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI NYERI REMATIK PADA LANSIA DENGAN MEDIA VIDEO**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Project Akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 22 Januari 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 22 Januari 2021

Mengesahkan,

Penguji 1 : Tri Susilowati, S. Kep. Ns., M. Kep (.....)

NIDN. 0621018203

2 : Dewi Kartika Sari., S. Kep. Ns., M. Kep (.....)

NIDN. 0617068001

3 : Mulyaningsih, S. Kep. Ns., M. Kep (.....)

NIDN. 007043310

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Endah Sri Wahyuni, S. Kep Ns., M. Kep

J

NIDN. 0602058501

Kaprodi DIII Keperawatan

Ns. Norman Wijaya Gati, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep.

NIDN. 0615018601

# KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI NYERI REMATIK PADA LANSIA DENGAN MEDIA VIDEO

**Dita Ayu Yolanda**

Program studi Diploma III Keperawatan Fakultas Kesehatan

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email : [ditaayuu13@gmail.com](mailto:ditaayuu13@gmail.com)

## INTISARI

**Latar Belakang :** Pada tahun 2014, jumlah penduduk lansia di Indonesia berkisar 18,781 jiwa dengan angka harapan hidup di Indonesia meningkat dari 68,6 di tahun 2014 menjadi 70,8 ditahun 2015. Pada tahun 2035 diperkirakan meningkat lagi menjadi 72,2. Gangguan muskuloskeletal seperti arthritis dan gangguan tulang menjadi masalah yang sering terjadi pada lansia karena mempengaruhi aktivitas pada lansia. Di Indonesia 2007-2013 pada usia lebih 15 tahun terdapat 30,3% pada tahun 2007 dan mengalami penurunan di tahun 2013 menjadi 24,7% sedangkan penderita rematik di indonesia sering terjadi pada perempuan dengan persentase 34%. *American Collage Rheumatology* mengatakan, penanganan rematik tidak hanya dengan terapi farmakologis, tetapi juga ada terapi non farmakologis dan tindakan operasi. Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri rematik yaitu dengan cara pijat, kompres hangat maupun dingin, teknik relaksasi dan istirahat. **Metode:** Metode edukasi menggunakan media video agar memudahkan para lansia memahami metode kompres hangat **Hasil:** Luaran berupa media video tentang tindakan kompres hangat sebagai cara jitu menurunkan nyeri pada lansia penderita rematik sebagai upaya menambah wawasan masyarakat **Kesimpulan:** Media video dapat memberikan informasi tentang kompres hangat untuk menurunkan nyeri pada lansia penderita rematik.

**Kata kunci :** *Lansia, Rematik, Kompres Hangat*

## **WARM COMPRESSES TO REDUCE RHEUMATIC PAIN IN ELDERLY PEOPLE WITH VIDEO MEDIA**

**Dita Ayu Yolanda**

*Diploma III Nursing Study Program, Faculty of Health*

*'Aisyiyah University Surakarta*

Email: [ditaayuu13@gmail.com](mailto:ditaayuu13@gmail.com)

### **SUMMARY**

**Background:** In 2014, the number of elderly people in Indonesia was around 18,781 people with the life expectancy in Indonesia increasing from 68.6 in 2014 to 70.8 in 2015. In 2035 it is estimated to increase again to 72.2. Musculoskeletal disorders such as arthritis and bone disorders are problems that often occur in the elderly because they affect activities in the elderly. In Indonesia 2007-2013 at the age of 15 years there were 30.3% in 2007 and decreased in 2013 to 24.7%, while rheumatism sufferers in Indonesia often occur in women with a proportion of 34%. The American College of Rheumatology speaks, the management of rheumatism is not only with pharmacological therapy, but also non-pharmacological therapy and surgery. Non-pharmacological therapy that can be done to reduce rheumatic pain is by means of warm or cold compresses, relaxation and rest techniques. **Method:** using video media to make it easier for the elderly to understand the warm compress method **Result:** Output in the form of video media about the action of warm compresses as an accurate way to reduce pain in elderly people with rheumatism as an effort to increase public insight **Conclusion:** Video media can provide information about warm compresses to reduce pain in elderly people with rheumatism.

**Keywords:** Elderly, Rheumatism, Warm Compress

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir. Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan setulus – tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisan tugas akhir ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada :

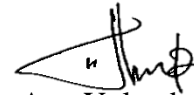
1. Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M. Kep selaku rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
2. Endah Sri Wahyuni, S. Kep., Ns., M, Kep, selaku Dekan Program studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
3. Ns. Norman Wijaya Gati, S. Kep., M. Kep, selaku kaprodi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Mulyaningsih, S. Kep., Ns., M. Kep sebagai pembimbing yang telah membimbing, meluangkan waktu dan memberikan pengarahan, sehingga proposal Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
5. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
6. Karyawan beserta jajaran Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran Tugas Akhir
7. Bapak Riyanto dan Ibu Sri Yatun selaku orang tua saya, yang tidak pernah lelah tanpa henti memberikan Do’a serta dukungan dan motivasi baik secara moril maupun materi dalam penyusunan Project Akhir ini.
8. Novia Khusnul Hidayati selaku adik saya yang selalu menghibur saya untuk mengurangi keputusasaan saya untuk menyelesaikan Project Akhir ini
9. Bapak eko dan ibu darsih selaku orang tua saya di solo, yang sudah berkenan menyediakan tempat tinggal bagi saya dan teman – teman untuk menyelesaikan tugas akhir ini
10. Sahabat – sahabatku Erinda, Cholishshanty, Erika, Farda, isnaini dan lain – lain yang telah memberikan banyak dukungan dan semangat dalam mengerjakan Project Akhir bersama sama
11. Mas wahid andika beserta keluarga yang telah memberikan do’a dan dukungan serta semangat dalam penyusunan Project Akhir ini .
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Project Akhir ini yang tidak bisa saya sebut satu persatu.



Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun akan proposal ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, 12 Januari 2021

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Dita Ayu Yolanda', written over a horizontal line.

Dita Ayu Yolanda

NIM. B2018036