



KOMPRES HANGAT UNTUK MENURUNKAN SKALA NYERI



GITA CAHYA RAMADHAN

Ida Nur Imamah

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN



DAFTAR ISI

KOMPRES HANGAT

SKALA NYERI

GASTRITIS

TANDA DAN GEJALA GASTRITIS

CARA MENGGUNAKAN KOMPRES HANGAT

MENGAPA HARUS MENGGUNAKAN
KOMPRES HANGAT KETIKA NYERI

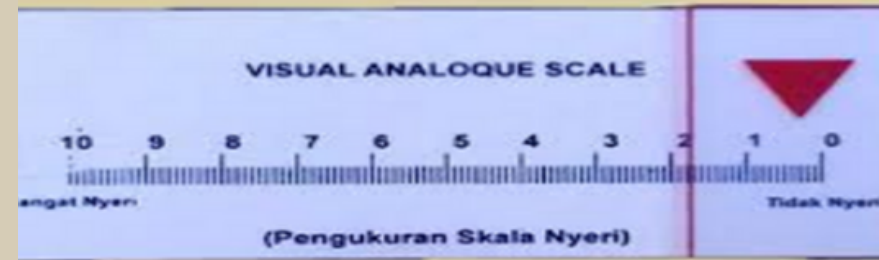
DAFTAR PUSTAKA

KOMPRES HANGAT



Terapi kompres hangat merupakan pemberian kompres hangat pada tubuh pasien dengan menggunakan cairan atau alat yang menghasilkan kehangatan di area tubuh tertentu. Tujuan dari perawatan ini adalah untuk memberikan kehangatan, mengurangi rasa sakit, mencegah atau mengurangi kejang otot, dan memberikan kenyamanan (Sultoni, 2018).

SKALA NYERI



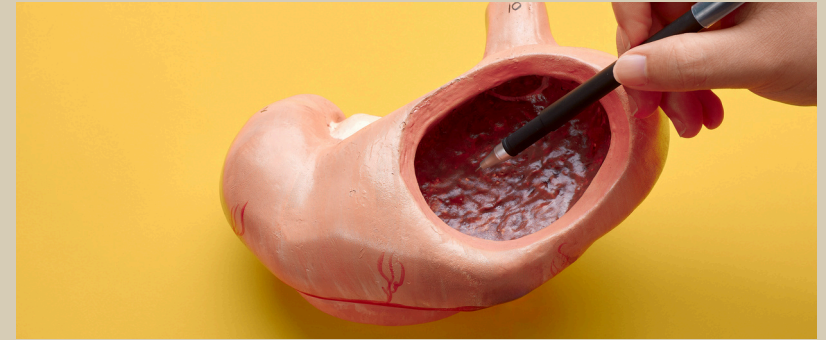
Tingkat nyeri seseorang diukur dari skala nyeri yang dirasakannya, yang terkadang disebut sebagai "skala nyeri". Seseorang yang mengalami tingkat nyeri yang sama dapat merasakannya dengan cara yang sangat berbeda karena pengukuran skala nyeri sangat subjektif dan individual (Freitas, 2020). Para peneliti menggunakan Skala Analog Visual (VAS) sebagai alat ukur. Skala Analog Visual merepresentasikan tingkat keparahan nyeri sebagai garis lurus dengan deskripsi verbal di kedua ujungnya. Visual Analog Scales dijelaskan pada gambar

GASTRITIS



gastritis adalah peradangan pada mukosa lambung. gastritis terkait dengan kerusakan epitel lapisan lambung. Gastritis adalah istilah gejala yang berkembang di area epigastrium perut bagian atas. Mukosa lambung mengalami pembengkakan saat diperiksa secara endoskopi, namun hal ini tidak selalu berarti bahwa mukosa mengalami peradangan (Rugge, 2020).

TANDA DAN GEJALA GASTRITIS



nyeri perut, mual, muntah, dan sensasi terbakar, biasanya terjadi pada gastritis akut. Sedangkan pada gastritis kronik meskipun hanya sebagian yang mengeluhkan nyeri ulu hati, anoreksia, mual, atau penurunan berat badan, gejala gastritis kronis yang progresif biasanya meliputi nyeri perut bagian atas yang ringan, perut bagian bawah terasa penuh, dan kehilangan nafsu makan.

CARA MENGGUNAKAN KOMPRES HANGAT



ALAT DAN BAHAN

Termometer air



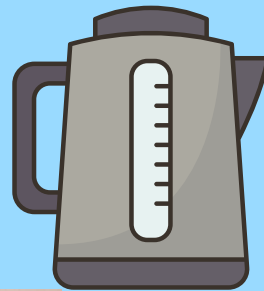
Jam



Botol karet



Air hangat



Kain



pn



CARA MENGGUNAKAN KOMPRES HANGAT



CARA MELAKUKAN

1. Merebus Air hingga panas 40 c atau sesuai dengan memasak air selama 10 menit
2. setelah 10 menit masukan kedalam botol plastik
3. letakan pada area yang nyeri dan diberikan alas kain
4. tunggu hingga 10-15 menit
5. evaluasi setelah 10-15 menit



MENGAPA KITA HARUS KOMPRES HANGAT KETIKA NYERI ?



Karena kompres hangat dapat meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan serta memberikan sensasi hangat setempat. Panas cukup bermanfaat dalam meredakan iskemia dengan mengurangi kontraksi dan meningkatkan sirkulasi. Kompres hangat dapat menyebabkan hormon tubuh melepaskan endorfin sehingga mencegah perpindahan rangsangan nyeri (Putri, D, S, dkk.,2021).

DAFTAR PUSTAKA

Rugge, Massimo, dkk. "Gastritis: Pembaruan pada tahun 2020." Pilihan Perawatan Saat Ini di Gastroenterologi 18 (2020): 488-503

Putri, D, S, dkk. (2021). Teknik Relaksasi Air Hangat Pada Pasien Gastritis. Pringsewu: Volume 3, Nomer 1, Febuari 2021, P. 69-74
ISSN 2655-9951 (print), ISSN 2656- 0062 (online).
<http://welness.Journal.press.Id/index.Php/wellness/>.

TERIMA KASIH

