

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

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 di tahun 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*