

Pengaruh Kombinasi Kompres Hangat dan Dzikir terhadap Tingkat Nyeri pada Pasien Gastritis

Syamdarniati¹, Indah Wasliah¹

syamdarniyati@gmail.com¹, indahwasliah80@gmail.com¹

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yarsi Mataram

Abstract: *Gastritis is an inflammation (inflammation) of the gastric mucosa caused by irritating and infectious factors, namely increased stomach acid. of the many factors that cause gastritis make the incidence of gastritis increase, due to irregular and unhealthy eating habits, alcoholic beverages, stress and consuming lots of coffee which can stimulate increased production of stomach acid. This community service activity was carried out by providing a combination therapy of warm compresses and dhikr therapy to reduce the pain sensitivity of patients with gastritis, with a total of 17 respondents. The aim of implementing this community service is to increase knowledge, reduce pain levels, empower patients and families, improve the quality of life of patients and to encourage the use of complementary therapies in health care and increase community participation in health programs. After the pre-test and post-test, it can be concluded that the combination of warm compresses and dhikr can reduce pain levels in gastritis patients. So it is recommended for gastritis sufferers to do warm compresses and dhikr as an alternative therapy when feeling pain.*

Keywords: *Gastritis, Warm compresses, Dhikr, Pain*

Pendahuluan

Rasa cemas sering dialami oleh setiap individu dan di mana rasa cemas sangat berpengaruh pada kesehatan tubuh seseorang, saat perasaan cemas muncul akan menimbulkan berbagai gejala tubuh seperti meningkatnya detak jantung dan pernafasan. Kecemasan mirip dengan rasa takut tapi dengan fokus kurang spesifik, sedangkan ketakutan biasanya respon terhadap beberapa ancaman langsung, sedangkan kecemasan ditandai oleh kekhawatiran tentang bahaya yang tidak terduga yang terletak dimasa depan, kecemasan merupakan keadaan emosional negative yang

ditandai dengan adanya firasat dan somatic ketegangan, seperti hati berdetak kencang, berkeringat dan kesulitan bernafas (Novita Febri setiyani).

Gastritis merupakan suatu peradangan (inflamasi) dari mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi yaitu peningkatan asam lambung ((Prof)Dari banyaknya faktor penyebab gastritis membuat angka kejadian gastritis meningkat, dikarenakan kebiasaan makan yang tidak teratur dan tak sehat, minuman beralkohol, stress dan banyak mengonsumsi kopi yang dapat merangsang peningkatan produksi asam lambung ((Firmansyah)

Menurut Departemen Kesehatan RI tahun 2018 angka kejadian gastritis di beberapa kota di Indonesia ada yang tinggi, kota Medan 91,6%, Surabaya 31,2%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, Bandung 32,5%, Palembang 35,3%, Aceh 31,7%, dan Pontianak 31,2%⁴ . Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, gastritis merupakan salah satu dari sepuluh penyakit terbanyak menempati urutan ke-2 pada tahun 2015 dengan jumlah kasus gastritis 163.318 kasus ((Depkes)Badan penelitian kesehatan dunia World Health Organization (WHO) mengadakan tinjauan terhadap 8 negara dan mendapatkan beberapa hasil persentase dari angka kejadian gastritis di dunia, dimulai dari negara yang angka kejadian gastritisnya paling tinggi yaitu Amerika dengan persentase mencapai 47% kemudian diikuti oleh India dengan persentase 43%, lalu beberapa lainnya seperti Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, Perancis 29,5%, dan khususnya Indonesia 40,8% ((Kemenkes RI) Berdasarkan pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Mantang menunjukkan angka kejadian kasus gastritis pada tahun 2020 adalah sebanyak 1067 kasus, pada tahun 2021 mengalami penurunan menjadi 751 kasus yang telah dicatat. Hasil penelitian yang dilakukan Isti Komariyah, (Sapti Ayubbana)Penerapan terapi kompres hangat pada subjek (Nn. O) selama 1 hari bahwa sebelum dilakukan penerapan kompres hangat skala nyeri 6 (nyeri sedang), dan sesudah dilakukan penerapan kompres hangat skala nyeri menjadi 3 (nyeri ringan).

Hasil penelitian yang dilakukan (Nida Siti Fadilah) Hasil pengkajian pada pasien gastritis dengan masalah keperawatan nyeri akut Hasil dari intervensi dengan pemberian kompres hangat menggunakan botol berisikan air hangat yang dilakukan selama 10-15 menit dalam waktu 3 hari yaitu, sebelum dilakukan intervensi pasien mengatakan nyeri pada bagian ulu hati dan abdomen sebelah kiri, pasien mengatakan sering mengalami

nyeri ketika bergerak sedikitpun. Peneliti selalu melakukan evaluasi setiap harinya setelah dilakukannya intervensi. Setelah dilakukan intervensi hari pertama, pasien nampak rileks dan mengatakan nyerinya berkurang, dari skala 5 berkurang menjadi 3.

Hasil penelitian (Fadli) Pemberian terapi dzikir dilakukan 5-6 jam setelah pemberian terapi obat sebagai responden meringis, pendamping atau kegiatan mandiri perawat, dari observasi respon nyeri klien yang menunjukkan perubahan respon nyeri berupa kenyamanan dan nyeri berkurang. Penurunan nyeri timbul karena adanya kemampuan sistem saraf untuk mengubah berbagai stimulus mekanik, kimia, termis dan elektrik menjadi potensial aksi yang dijalarkan ke sistem saraf pusat.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 9 April 2022. pada 10 orang pasien Gastritis di Puskesmas Mantang. Dari 10 penderita Gastritis di dapatkan hasil 50% responden mengatakan selalu makan yang pedas, 50% responden mengatakan stress karena banyak pikiran. Terapi obat-obatan yang diberikan yaitu obat Antasida. 6 dari 10 responden mengatakan jarang makanan yang manis. 5 dari 10 responden mengatakan jarang makan, tidak menganjurkan pola makan yang sudah di anjurkan.

Hal ini tentunya akan berdampak terhadap kondisi gastritis dan tingkat nyeri yang di rasakan, sehingga perlu dilakukan penelitian tentang upaya penerapan terapi untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh kombinasi terapi kompres hangat dengan Dzikir terhadap tingkat nyeri pada pasien gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Mantang Kabupaten Lombok Tengah

Metode

Metode kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan adalah pemberian terapi kombinasi kompres hangat dan zikir terhadap tingkat nyeri pada pasien gastritis di masyarakat wilayah kerja puskesmas mantang. Jumlah masyarakat yang dijadikan sasaran dalam pengabdian masyarakat ini sejumlah 17 orang, hal ini dikarenakan kegiatan ini hanya berfokus pada individu masyarakat yang mengalami penyakit Gastritis. Tema pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan adalah Implementasi terapi kombinasi kompres hangat dan dzikir terhadap tingkat penurunan tingkat nyeri pada pasien gastritis di puskesmas mantang dengan hasil yang telah dicapai

dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah adanya penurunan tingkat nyeri yang dirasakan oleh pasien gastritis di puskesmas mantang. Teori yang Mendukung Intervensi adalah Teori Pengendalian Nyeri (Pain Control Theory): Deskripsi: Teori ini menyatakan bahwa nyeri dapat dikelola melalui berbagai intervensi non-farmakologis yang mengubah persepsi nyeri pada otak. Aplikasi: Kombinasi kompres hangat dan dzikir memanfaatkan prinsip ini dengan memberikan rangsangan fisik (kompres hangat) dan mental/spiritual (dzikir) untuk mengurangi persepsi nyeri. Metode Pelaksanaan ; a. Identifikasi dan Rekrutmen Pasien: Menyusun kriteria inklusi dan eksklusi untuk pasien yang akan menerima intervensi. Melakukan sosialisasi program kepada komunitas dan rekrutmen pasien yang memenuhi kriteria. b. Pelatihan dan Persiapan: Melatih tenaga kesehatan dan relawan mengenai teknik kompres hangat dan panduan dzikir. Mempersiapkan materi edukasi yang akan diberikan kepada pasien dan keluarganya. c. Pelaksanaan Intervensi: Kompres Hangat: Menerapkan kompres hangat pada area perut selama 20 menit, dua kali sehari (pagi dan sore).Dzikir: Membimbing pasien dalam melakukan dzikir selama 15 menit setelah setiap sesi kompres hangat.d. Pemantauan dan Evaluasi: Melakukan penilaian tingkat nyeri menggunakan skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Melakukan follow-up secara berkala untuk mengevaluasi keberlanjutan efek intervensi. e. Dokumentasi dan Analisis Data: Mendokumentasikan semua data terkait tingkat nyeri, kepatuhan pasien, dan tanggapan mereka terhadap intervensi. Menganalisis data untuk menentukan efektivitas kombinasi kompres hangat dan dzikir dalam menurunkan nyeri gastritis.

Pembahasan

Program pengabdian ini dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan yaitu untuk pelaksanaan kegiatan penerapan terapi kombinasi kompres hangat dan dzikir terhadap tingkat nyeri pada pasien gastritis di puskesmas mantang. Sebelumnya telah dilaksanakan upaya koordinasi dan komunikasi dengan pihak puskesmas supaya bisa menyesuaikan dengan jadwal pelayanan yang diberikan oleh pihak puskesmas.

Pada hari pelaksanaan kegiatan, acara dimulai dengan pemberian pretest tingkat nyeri yang dirasakan pasien sebelum diberikan terapi kombinasi kompres hangat dan dzikir, proses pengisian lembar pretest dilaksanakan dengan pendampingan dari tenaga

kesehatan yang bertugas. Pre test menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) ini didasari pada skala angka 1-10 untuk menggambarkan kualitas nyeri yang dirasakan pasien. NRS diklaim lebih mudah dipahami, lebih sensitif terhadap jenis kelamin, etnis, hingga dosis. NRS juga lebih efektif untuk mendeteksi penyebab nyeri akut ketimbang VAS dan VRS

Tabel 1. Nilai Rata-Rata Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Kompres Hangat Dengan Dzikir Di Puskesmas Mantang

No	Tingkat nyeri sebelum dan sesudah kompres hangat dengan dzikir	N	%	Min	Max	Mean	Sd
	Pretest	17	100	4	6	5.00	0.791
	Total	17	100				

Hasil pretest kemudian dikumpulkan kembali sebagai dokumentasi kegiatan Semua peserta kegiatan tampak proaktif mengikuti proses kegiatan. Hal ini terlihat dari bagaimana antusiasme peserta dalam mengikuti instruksi pelaksanaan terapi kombinasi kompres hangat dan dzikir yang diberikan oleh intruktur saat itu.

Kegiatan selanjutnya setelah diberikan intervensi Kombinasi terapi kompres hangat dan dzikir adalah pemberian lembar post test. Hal ini dilakukan untuk mengukur sejauh mana efektifitas pemberian terpi kombinasi kompres hangat dan dzikir dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis

Tabel 2. Nilai Rata-Rata Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Kompres Hangat Dengan Dzikir Di Puskesmas Mantang

No	Tingkat nyeri sebelum dan sesudah kompres hangat dengan dzikir	N	%	Min	Max	Mean	Sd
	Post Test	17	100	0	3	1.24	1.033
	Total	17	100				

Sumber : Data Primer 2022

Manajemen nyeri non farmakologi merupakan tindakan penurunan respon nyeri tanpa menggunakan agen farmakologi. Dalam melakukan intervensi keperawatan, manajemen nyeri nonfarmakologi merupakan tindakan independen dari seorang perawat dalam mengatasi respon klien. Penggunaan kompres hangat untuk area yang nyeri dapat meredakan nyeri dengan mengurangi spasme otot yang disebabkan oleh iskemia, yang merangsang nyeri dan menyebabkan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah ke area tersebut (Andormoyo, 2013 dalam penelitian (Alifa Dzuhri Al Hayyu) Menurut Syamriyani (2019), perbedaan tingkat nyeri yang dipersepsikan oleh pasien disebabkan oleh kemampuan sikap individu dalam merespon dan mempersepsikan nyeri yang di alami. Kemampuan mempersepsikan nyeri dipengaruhi oleh beberapa faktor dan berbeda diantara individu. Tida semua orang terpajan terhadap stimulus yang sama mengalami intensitas nyeri yang sama. Sensasi yang sangat nyeri bagi seseorang mungkin tidak terasa bagi orang lain.

Hasil penelitian ((2021)) bahwa kompres hangat efektifitas untuk menurunkan nyeri, tindakan kompres hangat yang menunjukkan penurunan nyeri secara signifikan yaitu kategori tidak nyeri sebanyak 18 responden (60%), nyeri ringan 12 responden (40%), serta nyeri sedang dan nyeri berat tak tertahankan tidak ada.

Hasil penelitian Mahua (2018) kompres hangat adalah metode yang sangat efektif dalam menurunkan nyeri, sehingga responden merasa nyaman dengan kompres hangat yang diberikan. Hasil penelitian yang dilakukan pada 16 remaja putri yang ada di SMK Penerbangan Angkasa Singosari, setelah diberikan kompres air hangat terjadi penurunan skala nyeri sedang dari 75% menjadi 18,8% dan juga terdapat responden yang tidak mengalami nyeri setelah diberikan kompres air hangat yaitu 12,5%.

Gastritis dapat menyerang seluruh lapisan masyarakat dari semua tingkat usia maupun jenis kelamin tetapi dari beberapa survey menunjukkan bahwa gastritis paling sering menyerang usia produktif. Pada usia produktif masyarakat rentan terserang gejala gastritis karena dari tingkat kesibukan, gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan serta stres yang mudah terjadi. Gastritis dapat mengalami kekambuhan dimana kekambuhan yang terjadi pada penderita gastritis dapat dipengaruhi oleh pengaturan pola makan yang tidak baik dan juga dipengaruhi oleh faktor stress ((Nuratif & Kusuma)

Tabel 3. Analisa pengaruh Kompres Hangat Dengan Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Mantang Kecamatan Batukeliang

Variable	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	P Value
				Lower	Upper		
Pre_test	1.618	2.582	.443	.717	2.519	3.653	0.000
Post_test							

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 5.6 di atas hasil Uji Paired T-tes rata-rata tingkat nyeri sebelum dan setelah melakukan terapi kompres hangat dengan dzikir 1,618 SD 2.582 dan p value 0,000 <math>< \alpha 0,05</math> artinya ada pengaruh yang signifikan dari terapi kompres hangat dengan dzikir terhadap penurunan tingkat nyeri.

Tingkat nyeri sesudah diberikan terapi kompres hangat dengan dzikir dapat menurunkan dari kategori tingkat nyeri sedang menjadi kategori tingkat nyeri ringan, hal ini terjadi karena pengaruh kompres hangat yaitu bertujuan agar meningkatkan sirkulasi aliran darah ke bagian yang nyeri, menurunkan ketegangan otot-otot dimana dapat meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat dari spasme atau kekakuan, dan juga memberikan rasa nyaman.

Penerapan kompres hangat untuk menurunkan skala nyeri pada klien gastritis di ruang melati RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya sebelum diberikan terapi kompres hangat dengan menggunakan alat ukur skala nyeri Numerical Rating Scale (NRS) pada tabel 2 diketahui bahwa dari dua responden keduanya mengalami nyeri skala sedang (4-6) yaitu klien 1 berada pada skala 4 dan klien 2 berada pada skala 5. (Shelby indah cantika, 2022).

Dari hasil penelitian didukung oleh ((2022))diketahui bahwa yang tidak melakukan kompres hangat sebanyak 22 orang (100%) sedangkan yang melakukan kompres hangat sebanyak 14 orang (38,2%) , yang gastritis dan 11 orang (78,6%) tidak nyeri, dengan nilai p value 0,001 <math>< 0,05</math> yang artinya ada hubungan kompres hangat dengan nyeri.

Dari hasil penelitian Ayu Satria (2022) menunjukkan Hasil uji statistik dalam penelitian menggunakan uji Paired Sample T-Test dengan nilai P value = $0,000 < \alpha = 0,05$ diinterpretasikan hasil uji signifikan sehingga uji hipotesis H0 tertolak dan H1 diterima yang berarti adanya pengaruh signifikan kombinasi senam ergonomis dan terapi zikir terhadap perubahan skala nyeri sendi pada lansia di Wilayah kerja Puskesmas Antang Kota Makassar. Hasil output uji statistik terdapat nilai correlation 0,851 dengan nilai signifikan 0,000 maka dapat diinterpretasikan bahwa adanya hubungan yang kuat antara variabel pre dan post test. Nilai mean sebesar 0,889 menunjukkan selisih rata-rata hasil pre dan post intervensi dengan nilai standar deviasi 0,323. Nilai t hitung sebesar 11.662 dan diketahui nilai df yaitu 17 dengan penentuan t tabel menggunakan rumus distribusi nilai Ttabel yang telah ditentukan. Berdasarkan hasil nilai t tabel ialah sebesar 2.110 sedangkan nilai hitung 11.662 dengan demikian t hitung > t tabel sehingga dapat diinterpretasikan bahwa H0 ditolak dan H1 diterima yaitu terdapat perbedaan prepost dalam artian adanya pengaruh signifikansi pemberian kombinasi senam ergonomis dan terapi zikir terhadap perubahan skala nyeri pada lansia.

Dari hasil penelitian ((2019)) dapat diketahui bahwa setelah dilakukan terapi meditasi (dzikir), terdapat perbedaan nilai pada tingkat stres lansia yaitu pada kategori sedang dan rendah. Sehingga terdapat tingkat stres pada lansia. Sedangkan untuk nilai signifikansi (2-tailed) diperoleh hasil 0,015 yang berarti $0,015 < 0,05$, maka H1 diterima yang berarti terdapat perbedaan tingkat stres pada lansia antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi meditasi (dzikir). Hal ini menunjukkan bahwa terapi meditasi (dzikir) dapat mempengaruhi tingkat stres pada lansia. pengaruh terapi meditasi (dzikir) terhadap tingkat stres pada lansia antara sebelum dan sesudah intervensi.

Kesimpulan

Pemberian kombinasi terapi kompres hangat dan dzikir dapat menurunkan tingkat intensitas nyeri pada pasien gastritis. Kombinasi terapi kompres hangat dan dzikir bisa menjadi salah satu alternatif terapi bagi masyarakat yang menderita penyakit gastritis

Ucapan Terima Kasih

Kami ucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini, terimakasih kami ucapkan kepada kepala puskesmas mantang dan seluruh tenaga kesehatan yang ada di puskesmas mantang yang telah membantu dalam proses pelaksanaan

kegiatan pengabdian ini.

Daftar Pustaka

Alifa, D.A (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap

Ayu Satria., (2022) Pengaruh Kombinasi Senam Ergonomis Dan Terapi Zikir Terhadap Perubahan Skala Nyeri Sendi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar

Fadli, R. A. (2019). Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Gastritis. *Jurnal Kesehatan*, (1-6).Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Herlina Jusuf, Amanda, A., & Rayani Yunus. (2022). Determinan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa. *Jambura Health and Sport Journal*,(1-7).

Hayat, A. (2019). Pengaruh Pemberian Pompres Hangat Pada Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Apendictomy di Ruang Irna III RSUD P3 Gerung Lombok Barat. Skripsi Sarjana. Ilmu Keperawatan Stikes Yarsi Mataram.

Isti Khotimah, S. A. (2021). Penerapan Kompres Hangat Terhadap Nyeri. *jurnal cendekia muda*, (1-7).

Lina (2020). Pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien gastritis. Skripsi sarjana. Ilmu keperawatan stikes yarsi mataram.

Manuha,H.,Mudayatiningsih,S.,& Perwiraningtiyas, P, (2018), Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dismenore pada Remaja Putri di SMK Penerbangan Angkasa Singosari Malang *Nursing New Volume 3, No 1*

Mastaida,T ., Martaulina Sinaga, (2022), Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Dismenore Saat Menstruasi Pada Siswa Putri Kelas XI SMK N 8. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*.

Novita Febri setiyani, (2019) pengaruh terapi relaksasi terhadap tingkat nyeri pada pasien gastritis, skripsi Sarjana

Novita Rahayu Dian Pamungkas., (2022) Aplikasi Effleurage Massage Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Pasien Gastritis, (1-5)

Notoatmodjo. (2018). Metodologi penelitian kesehatan. Cetakan ketiga. Jakarta: PT Renaka.

- Notoatmodjo. (2017). Metodologi penelitian kesehatan. Cetakan ketiga. Jakarta: PT Renaka.
- Nursalam (2018), Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan, Salemba Medika : Jakarta
- Nursalam (2013), metodologi penelitian ilmu keperawatan pendekatan praktis Edisi 3, Salemba Medika : Jakarta
- Nuratif,S., & Kusuma, E., (2018). Pengaruh terapi relaksasi autogenik terhadap tingkat nyeri akut pada pasien abdominal pain Di IGD RSUDKarawang. *KEPERAWATAN*, 3(1).
- Olivia, D.K. (2019) terapi dzikir untuk meningkatkan ketenangan hati pada pengguna NAPZA. *Jurnal intervensi psikologis*, (1-12)
- Padilah, N. S. (2020). Intervensi Kompres Hangat Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Gastritis: Sebuah Studi Kasus. *indogenius*, (1-11).
- Potter. P.A dan A.G. Perry. (2016). Buku Ajar Fundamental Keperawatan Edisi.7. Jakarta: Salemba Medika
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan penelptiapnp dapn penpgembangan kesehatan kementrian RI tahun 2013.
- Shelby Indah Cantika.P., Syakuria A., & Arif.R (2022). Penerapan Kompres Hangat Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pada Klien Gastritis. (1-8).
- Suci Sutioningsih., Sri s, Dan Suhuda., (2019) Pengaruh Terapi Meditasi (Dzikir) terhadap Tingkat Stres pada Lansia, *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, (1-12)
- Sugiono (2018). Metode penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D, Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kombinasi (Mixed Methods). Bandung: CV Alfabeta.
- Syahriani st, 2019. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Pasien Gastritis di ruang perawat bedah RSUD TK II Pelamonia Makasar. *Journal of Nursing. Volume 1. Nomor 1.*