MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN: 3025-8855

2025 Vol. 21, No. 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

PENERAPAN TERAPI KOMPRES DINGIN TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN FRAKTUR TERTUTUP DI ISTALASI GAWAT DARURAT RSUP DR. TADJUDDIN CHALID MAKASSAR KOTA MAKASSAR

Apria Putri Pratiwi A. Pakaya[1], Ernasari[2], Yusrah Taqiyah[3], Rochfika[4]
Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia, RSUP dr. Wahidin Sudirohusodo
Email: pratiwipakaya32@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Fraktur tertutup merupakan salah satu kasus trauma yang sering ditemui di Instalasi Gawat Darurat dan umumnya disertai dengan nyeri hebat. Penurunan nyeri pada pasien fraktur secara non farmakologi dapat dilakukan dengan terapi kompres dingin. Terapi kompres dingin merupakan salah satu metode non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri akibat fraktur tertutup. Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui Penerapan Terapi Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Fraktur Tertutup Di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUP DR. Tadjuddin Chalid Makassar. Hasil : Penelitian yang telah dilakukan menunjukan Skala nyeri sebelum dilakukan penerapan kompres dingin adalah skala sedang nilai (7) dan setelah dilakukan penerapan kompres dingin didapatkan skala nyeri ringan nilai (3). Kesimpulan: Penerapan Kompres Dingin efektif menurunkan intensitas nyeri pada pasien fraktur tertutup di ruangan IGD RSUP DR. Tadjuddin Chalid Makassar.
Kata Kunci: Fraktur Tertutup, Intensitas Nyeri, Kompres Dingin

ABSTRACT

Background: Closed fractures are one of the most common trauma cases encountered in the Emergency Department and are generally accompanied by severe pain. Non-pharmacological pain reduction in fracture patients can be achieved through cold compress therapy. Cold compress therapy is a non-pharmacological method that can be used to reduce pain caused by closed fractures. Research Objective: To determine the Application of Cold Compress Therapy on Pain Intensity in Patients with Closed Fractures in the Emergency Department of Dr. Tadjuddin Chalid Hospital, Makassar. Results: The research showed that the pain scale before the application of the cold compress was at a moderate level with a value of (7), and after the application of the cold compress, the pain scale was at a mild level with a value of (3). Conclusion: The application of a Cold Compress is effective in reducing pain intensity in patients with closed fractures in the Emergency Department of Dr. Tadjuddin Chalid Hospital, Makassar.
***Keywords**: Closed Fracture, Pain Intensity, Cold Compress*

Received: September 2025
Reviewed: September 2025
Published: Oktober 2025

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI: 10.8734/ Nutricia.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Nutricia

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN: 3025-8855

2025 Vol. 21, No. 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

PENDAHULUAN

Fraktur merupakan terputusnya kontidan ditentukan sesuai jenis dan luasnya (Alfarisi et al., 2022). Fraktur atau patah tulang merupakan salah satu cedera muskuloskeletal yang paling umum ditemukan di unit gawat darurat rumah sakit. Salah satu klasifikasi dari fraktur yaitu fraktur tertutup yang merupakan salah satu jenis cedera tulang yang terjadi ketika tulang patah tetapi kulit di atasnya tetap utuh dan tidak mengalami luka terbuka Meskipun tidak menimbulkan luka terbuka, fraktur tertutup tetap merupakan kondisi medis yang serius. Cedera ini dapat menyebabkan pembengkakan, deformitas, keterbatasan gerak, disertai nyeri hebat, (Adam et al., 2024).

Badan kesehatan dunia World Health of Organization (WHO, 2020), menyatakan bahwa Insiden Fraktur semakin meningkat mencatat terjadi fraktur kurang lebih 13 juta orang dengan angka prevalensi sebesar 2,7%. Fraktur pada tahun 2019 terjadi kurang lebih 15 juta orang dengan angka prevalensi 3,2% dan pada tahun 2018 kasus fraktur menjadi 21 juta orang dengan angka prevalensi 3,8% akibat kecelakaan lalu lintas. Data di Indonesia kasus fraktur MENURUT Riskesdas (2023) cukup tinggi dengan sekitar 5,8 dari jumlah terjadi menyebabkan cedera pada tulang. Menurut (Zefrianto et al., 2024) paling umum fraktur terjadi pada ekstermitas bawah (sekitar 67,9% dari semua kasus fraktur). . Menurut (Pinarto, 2022), prevalensi kasus fraktur di Sulawesi Selatan adalah 4% dengan insiden kasus cedera sebanyak 3.659 korban.

Fraktur berpotensi mengganggu integritas tubuh secara langsung maupun tidak langsung, sehingga dapat memicu gangguan pada sistem fisiologis dan psikologis serta memunculkan respons nyeri (Lumuan et al., 2024). Sehingga kebutuhan akan rasa nyaman dan aman akan terganggu ketika ada rasa nyeri. Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan, baik actual maupun potensial atau yang digambarkan dalam bentuk kerusakan tersebut (Fitriani & Afelya, 2023).

Dalam hal mengatasi nyeri yang dialami pasien, tenaga medis melakukan strategi atau cara yang sering disebut dengan istilah manajemen nyeri. Manajemen nyeri terbagi ke dalam dua jenis yakni manajemen nyeri farmakologi dan non farmakologi (Agustina & Suara, 2023). Manajemen nyeri farmakologi merupakan upaya atau strategi penyembuhan nyeri menggunakan obat-obatan anti nyeri. Sedangkan manajemen nyeri non farmakologi merupakan strategi penyembuhan nyeri tanpa menggunakan obat-obatan tetapi lebih kepada perilaku *caring* perawat seperti melakukan tindakan relaksasi, distraksi dan terapi panas atau dingin serta (Jerliawanti & Pipin, 2023).

(Admin et al., 2021), menyatakan penurunan nyeri pada pasien fraktur secara non farmakologi dapat dilakukan dengan terapi kompres dingin. Kompres dingin diketahui memiliki efek yang bisa menurunkan rasa nyeri, menurunkan respon inflamasi jaringan, dan menurunkan aliran darah serta mengurangi edema. Menurut (Admin et al., 2021) yang menyatakan bahwa kompres dingin adalah memberi rasa dingin pada daerah setempat menggunakan kain yang dicelupkan pada air es, sehingga akan memberikan efek rasa dingin pada daerah tersebut.

Dalam pemberian kompres dingin di percayai dapat meningkatkan pelepasan endorphin yang memblok transmisi stimulus nyeri dan juga menstimulasi serabut saraf berdiameter besar A-Beta sehingga dapat menurunkan transmisi implus nyeri melalui serabut kecil A- Delta dan serbut saraf C. Tindakan kompres dingin selain efek yang menurunkan sensasi nyeri, kompres dingin juga dapat memberikan efek fisiologis seperti menurunkan respon inflamasi jaringan, menurunkan aliran darah dan dapat mengurangi edema, dan mengurangi rasa nyeri local (Amalia et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Zuliyanto et al., 2024) sebelum diberikan intervensi kompres dingin tingkat nyeri pasien adalah skala 6 dan setelah diberikan intervensi terapi kompres dingin mengalami penurunan tingkat nyeri yang menjadi skala 3. Karena itu, terapi kompres dingin dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien fraktur ekstermitas tertutup. Adapun penelitian yang

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN: 3025-8855

2025 Vol. 21, No. 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

dilakukan oleh (Fransiska et al., 2024), menunjukkan bahwa setelah dilakukan tindakan kompres dingin selama 3 hari nyeri berkurang, pada hari pertama di dapatkan penurunan skala nyeri dari 6 terkontrol menjadi 4, pada hari kedua dari skala 4 menjadi 3 serta hari ketiga dari skala 3 menjadi 1. Jadi dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres dingin efektif dilakukan pada pasien fraktur.

(Healthy Seventina Sirait, 2019), menunjukkan terdapat pengaruh kompres dingin terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien fraktur femur. Hal ini dikarenakan pada prinsipnya kompres dingin bisa dikategorikan kedalam suatu Teknik dari stimulasi kulit yang dilakukan agar menghilangkan nyeri dan merupakan langkah sederhana dalam upaya meredakan persepsi nyeri. Kompres dingin dapat menghilangkan nyeri dan meningkatkan proses penyembuhan yang mengalami kerusakan.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan penedektan deskriptif kuantitatif. Penelitian dilakukan di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUP Dr. Tadjuddin Chalid Makassar, dengan fokus pada seorang perempuan usia 60 tahun dengan fraktur collum femur sinistra (patah tulang leher femur kiri). Penilaian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah mengetahui penerapan terapi kompres dingin terhadap intensitas nyeri yang dialami pasien.

Populasi Dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien dengan fraktur tertutup di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUP Dr. Tadjuddin Chalid Makassar. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari satu orang yakni seorang perempuan berinisial M dengan usia 60 tahun yang masuk Rumah Sakit dengan diagnosa fraktur collum femur sinistra (patah tulang leher femur kiri).

Instrumen dan Pengukuran

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi wawancara untuk mengumpulkan data lengkap responden dan keluhan tentang fraktur yang dialami responden, format/formulir pengajian dan pemeriksaan fisik, standar operasional prosedur (SOP) kompres dingin dan standar operasional prosedur (SOP) pengukuran intensitas nyeri. Pengukuran meliputi penerapan terapi kompres dingin terhadap penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi.

Waktu dan Pengumpulan Data

Pemberian tindakan manajemen nyeri dengan terapi nonfarmakologi yaitu terapi kompres dingin yang dilakukan pada tanggal 10 April 2025 di ruang IGD RSUP DR. Tadjuddin Chalid Makassar. Pada awal pengkajian didapatkan data subjektif yaitu pasien mengeluh nyeri skala 7 dengan sensasi seperti tertusuk-tusuk pada bagian kaki kiri, nyeri menetap dan terasa sampai ke pangkal paha sinistra. Data objektif yang didapatkan pasien Nampak meringis dan merintih kesakitan, hasil monitor tanda-tanda vital, TD: 160/90 mmHg, N:107x/m, SpO2:93%, RR:28x/m, dan S:36,7. Masalah keperawatan yang di dapatkan yaitu Myeri Akut yang berhubungan dengan agen pencedera fisik (Fraktur Femur Collum).

Tindakan yang diberikan setelah melakukan anamnesa atau pengkajian yaitu pemasangan IVFD menggunakan cairan NaCl 0,9% 20 tpm atau per 8 jam, diberikan obat Ketorolac 30 mg/IV dan Ranitidine 50mg/IV. Setelah diberikan obat pada pukul 07.00 Wita dengan efek analgesic yang bertahan sampai 6 jam Kemudian dilanjutkan pada pukul 14.00 Wita dengan pemberian terapi kompres dingin untuk mengurangi intensitas nyeri pada fraktur tertutup dan koperatif. Pasien kemudian diposisikan dalam posisi nyaman, kemudian kantong es diletakkan di area yang nyeri. Pastikan ada kain bersih di antara kompres dan kulit untuk mencegah hipotermia atau iritasi kulit.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN: 3025-8855

2025 Vol. 21, No. 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Terapkan kompres kantong es selama 15-20 menit setiap 2 jam, monitor reaksi pasien selama terapi dan dilakukan berulang kali.

HASIL PENELITIAN

1. Penurunan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Terapi Kompres Dingin

Berdasarkan hasil pengkajian pasa pasien Ny. M yang berusia 60 tahun masuk di IGD RSUP DR. Tadjuddin Chalid Makassar, Ny.M mengeluh nyeri nyeri pada paha kiri hingga pinggang setelah terjatuh 2 minggu yang lalu di tanggah rumah ketika dia ingin ke toilet dan bengkak kedua kaki sejak 2 hari yang lalu. Pada tahap pengkajian didapatkan data focus nyeri di paha kiri yang menjalar hingga ke pinggang seperti tertusuk-tusuk dengan skala nyeri 7. Berdasarkan skala nyeri numerik rating scale (NRS). Area tampak bengkak dan kemerahan, pasien tampak meringis, tampak gelisah, tampak sulit tidur, dengan hasil observasi pasien didapatkan TD: 160/90 mmHg, N:107x/m, SpO2:93%, RR:28x/m, dan S:36,7. Berdasarkan dengan pengkajian yang telah dilakukan maka diagnosa keperawatan yaitu Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (Fraktur Femur Collum) yang ditandai dengan pasien mengeluh nyeri.

Tindakan keperawatan yang dilakukan dengan memberikan kompres dingin kantong es yang dibungkus dengan handuk kecil dan diletakkan pada area sekitar lokasi yang nyeri selama 15-20 menit setiap 2 jam. Selama dilakukan tindakan pasien lebih rileks dan tidak menunjukkan tanda ketidaknyamanya.

Setelah implementasi dari terapi kompres dingin selesai kemudian dilakukan evaluasi setelah 8 jam dan didapatkan pasien mengatakan nyeri di paha sebelah kiri sudah berkurang dari sebelumnya dengan nyeri berada pada skala 3 (nyeri ringan). Data objektif yang didapatkan pasien sudah tidak meringis, gelisah berkurang, sudah mulai bisa tidur. Dengan hasil observasi TD: 135/87 mmHg, N:76x/m, SpO2:97%, RR:22x/m, dan S:36,5. Penurunan skala nyeri ini menunjukkan bahwa terapi kompres dingin efektif dalam membantu mengurangi intensitas nyeri.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Jerliawanti & Pipin, 2023), Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri kedua subjek sebelum dilakukan penerapan kompres dingin termasuk dalam skala nyeri sedang dimana pada subjek I skala nyeri 7 dan responden II skala nyeri 9. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sesudah dilakukan kompres dingin, terjadi penurunan skala nyeri pada kedua responden menjadi tingkat sedang, dimana pada subjek I skala nyeri 5 dan subjek II skala nyeri 6.

Kompres dingin dapat meredakan nyeri dikarenakan kompres dingin dapatmengurangi aliran darah ke suatu bagian dan mengurangi perdarahan edema yang diperkirakan menimbulkan efek analgetik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit (Pratama, 2021). Pemberian kompres dingin dapat meningkatkan pelepasan endorfin yang memblok transmisi stimulus nyeri dan juga menstimulasi serabut saraf yang memiliki diameter besar α-Beta sehingga menurunkan transmisi impuls nyeri melalui serabut kecil αDelta dan serabut saraf C.

2. Efektivitas Penerapan Terapi Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Fraktur Tertutup

Asumsi dari peneliti yaitu, nyeri merupakan salah satu keluhan utama yang dirasakan oleh pasien dengan fraktur tertutup. Rasa nyeri timbul akibat kerusakan jaringan, inflamasi, serta tekanan dari edema atau pembekakan disekitar area tulang yang patah. Salah satu intervensi keperawatan yang sering digunakan untuk mengatasi nyeri adalah terapi nonfarmakologi berupa terapi kompres dingin.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN: 3025-8855

2025 Vol. 21, No. 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Dalam kasus ini, pasien dengan fraktur tertutup ekstermitas bawah (Femur Collum) mengalami nyeri dengan skala 7 berdasarkan numeric rating scale (NRS). Terapi kompres dingin dilakukan dengan menggunakan kantong es yang dibungkus dengan handuk tipis, kemudian ditempelkan pada area sekitar area yang nyeri selama 15-20 menit setiap 2 jam. Tindakan ini dilakukan dengan memperhatikan prinsip keamanan, seperti mencegah kontak langsung es dengan kulit dan menghindari kompres langsung di atas tulang yang menonjol. Hasil yang diperoleh dari pelaksanaan intervensi 4x evaluasi dalam jangka waktu 8 jam didapatkan penurunan skala nyeri.

Hasil observasi menunjukkan bahwa setelah penerapan kompres dingin, terjadi penurunan intensitas nyeri menjadi skal 3 (skala ringan) berdasarkan numeric rating scale (NRS). Pasien menyatakan rasa nyeri menjadi lebih ringan dan pembekakan berkurang menunjukkan adanya penurunan signifikan. Pasien juga menyatakan area yang di kompres terasa lebih nyaman dan dilihat juga pasien sudah tidak meringis dan berkurang gelisah.

Sejalan dengan teori Alkantis dalam (Harbelubun & Irnawati, 2021), bahwa penatalaksanaan kompres dingin akan menyebabkan terjadinya efek analgesik pada bagian tubuh yang dilakuan perlakuan. Hal ini telah menunjukkan bahwa konduksi saraf menurun secara terus menerus seiring dengan penurunan suhu sampai konduksi pada serabut saraf berhenti sepenuhnya. Serabut mielin merupakan serabut pertama yang akan terpengaruh. Dingin memiliki fungsi yang spesifik sebagai antiiritasi yang dapat melindungi dari stimulus nyeri. Selain itu, efek dingin dapat menghilangkan penyebab nyeri dengan mengurangi kejang otot di lokasi trauma, sehingga mengurangi efek iskemia sekunder pada trauma Kompres.

Kompres dingin adalah suatu metode dalam penggunaan suhu rendah setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. Kompres dingin bekerja dengan menstimulasi permukaan kulit untuk mengontrol nyeri. Sensasi dingin diberikan pada sekitar area yang terasa nyeri, pada sisi tubuh yang berlawanan yang berhubungan dengan lokasi nyeri, atau pada area yang berlokasi di antara otak dan area nyeri. Setiap klien akan memiliki respons yang berbeda-beda terhadap area yang diberikan terapi. Terapi yang diberikan dekat dengan area yang terasa nyeri cenderung bekerja lebih baik. Secara fisiologis, pada 10-15 menit pertama setelah pemberian aplikasi dingin terjadi vasokontriksi pada pembuluh darah. Vasokontriksi ini disebabkan oleh aksi reflek dari otot polos yang timbul akibat stimulus system saraf otonom dan pelepasan epinephrine dan norepinephrine (Ramadhan et al., 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya seperti penelitian (Suryani & Soesanto 2020), pada 2 orang subjek pasien fraktur tertutup dimana adanya penurunan tingkat nyeri setelah dilakukan terapi kompres dingin pada kedua pasien fraktur tertutup. Subjek 1 pada studi kasus terjadi penurunan intensitas nyeri sebesar 3 dan subjek 2 terjadi penurunan intensitas nyeri sebesar 2. Terapi kompres dingin mampu menurunkan tingkat nyeri pada pasien dengan fraktur tertutup.

Penelitian (Hardianto et al. 2021), juga mendapatkan hal yang sama dimana hasil penerapan menunjukan bahwa skala nyeri pada hari pertama didapatkan skala nyeri 7 (nyeri berat terkontrol) pada responden pertama dan skala nyeri 8 (nyeri berat terkontrol) pada responden kedua, setelah diberikan penerapan kompres dingin selama 3 hari kedua responden mengalami penurunan skala nyeri menjadi skala nyeri 2 (nyeri ringan).

3. Penerapan Proses Asuhan Keperawatan

Tindakan manajemen nyeri menggunakan terapi nonfarmakologis berupa kompres dingin telah diberikan pada tanggal 10 April 2025 di ruang IGD RSUP DR. Tadjuddin Chalid Makassar. Saat pengkajian awal, pasien mengatakann sekitar dua minggu yang lalu, pasien mengalami jatuh di tangga rumah saat hendak menuju toilet, dan saat ini pasien mengeluhkan nyeri pada paha kiri

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN: 3025-8855

2025 Vol. 21, No. 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

dengan intensitas skala nyeri 7, yang digambarkan seperti tertusuk-tusuk dan nyeri menjalar hingga ke pinggang. Pasien mengatakan sulit menggerakkan kaki kiri dan pingganya. Berdasarkan data objektif, pasien Nampak meringis, gelisah, sulit tidur. Dari hasil pemantauan tanda-tanda vital menunjukkan TD: 160/90 mmHg, N: 107x/m, SpO2: 93%, RR: 28x/m dan S: 36,7oC.

Berdasarkan hasil pengkajian diatas menunjukkan beberapa diagnosa keperawatan yang dapat ditegakkan yaitu Nyeri Akut yang berhubungan dengan agen pencedera fisik (Fraktur Femur Collum), Gangguan Mobilitas Fisik berhubungan dengan kerusakan integritas struktur tulang dan Risiko Jatuh yang dibuktikan dengan pasien ada Riwayat jatuh, pasien menggunaka alat bantu berjalan dan Nampak menurun kekuatan ototnya.

Tindakan keperawatan yang dilakukan yaitu memantau instensitas nyeri dan memberikan tindakan Manajemen Nyeri untuk mengurangi nyeri seperti posisi nyaman, kompers dingin dan pemberian analgesic. Membantu pasien dalam aktivitas fisik mengajarkan Teknik Dukungan Ambulasi. Dan pencegahan Jatuh agar pasien tetap aman dan tidak mengalami cedera tambahan. Intervensi utama yang direncanakan adalah pemberian terapi kompres dingin pada area fraktur selama 15- 20 menit setiap 2 jam untuk mengurangi intensias nyeri.

Implementasi yang dilakukan yaitu memberikan posisi nyaman, melakukan terapi nonfarmakologis yaitu terapi kompres dingin secara berkala dengan membungkus es batu menggunakan handuk kecil, kemudian meletakkannya di area fraktur. Membantu pasien mobilisasi dengan alat bantu dan mengajarkan Teknik berpindah posisi secara aman. Mengawasi lingkungan sekitar pasien untuk mencegah risiko jatuh.

Evaluasi setelah pemberian tindakan selama 8 jam menunjukkan bahwa kompres dingin yaitu salah satu intervensi non-farmakologi yang sering digunakan dalam manajemen nyeri dan pembengkakan terutama pada kasus fraktur tertutup. Penggunaan kompres dingin ini dapat memberikan efek terapeutik yang signifikan dalam mengurangi Nyeri Akut. Dengan menurunnya rasa nyeri dan pembekakan, pasien akan merasa lebih nyaman untuk melakukan pergerakan, Ketika seseorang tidak lagi menahan nyeri saat menggerakkan anggota tubuhnya maka ia mampu melakukan berbagai aktivitas lagi sehingga hal tersebut dapat mengurangi Gangguan Mobilitas Fisik. Selain itu, peningkatan mobilitas dan pengurangan nyeri juga berkontribusi pada penurunan risiko jatuh. Nyeri dan pembengkakan kompensasi postur atau gaya berjalan yang tidak stabil, yang meningkatkan kemungkinan terjadinya jatuh. Dengan mengurangi gejala-gejala ini melalui terapi kompres dingin, postur dan kestabilan tubuh dapat Kembali optimal, sehingga Risiko Jatuh dapat teratasi.

KESIMPULAN

Tindakan diawali dengan menyiapkan alat dan bahan, yaitu kantong es (ice bag) yang diisi batu es dan dibungkus dengan handuk tipis untuk menghindari kontak langsung dengan kulit. Kemudian pasien diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur tindakan agar merasa tenang.

1. Gambaran Penerapan Terapi Kompres Dingin

   Tindakan diawali dengan menyiapkan alat dan bahan, yaitu kantong es (ice bag) yang diisi batu es dan dibungkus dengan handuk tipis untuk menghindari kontak langsung dengan kulit. Terapkan kompres kantong es selama 15-20 menit setiap 2 jam, monitor reaksi pasien selama terapi dan dilakukan berulang kali.
2. Penurunan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Terapi Kompres Dingin

   Dari hasil penerapan pada pasien terlihat adanya penurunan intensitas nyeri secara signifikan, yaitu dari skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 3 setelah dilakuakan terapi.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN: 3025-8855

2025 Vol. 21, No. 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

3. Efektivitas Penerapan Terapi Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Fraktur Tertutup
   Penerapan kompres dingin efektif mengurangi intensitas nyeri pada pasien fraktur tertutup.
4. Penerapan Asuhan Keperawatan
   Penggunaan kompres dingin ini dapat memberikan efek terapeutik yang signifikan dalam mengurangi Nyeri Akut. Dengan menurunnya rasa nyeri dan pembekakan, pasien akan merasa lebih nyaman untuk melakukan pergerakan, sehingga hal tersebut dapat mengurangi Gangguan Mobilitas Fisik. Selain itu, peningkatan mobilitas dan pengurangan nyeri juga berkontribusi pada penurunan risiko jatuh.

DAFTAR PUSTAKA

Adam, P., Medan, M., & Siregar, H. K. (2024). Pengaruh Program Intervensi Keperawatan Berbasis Model Konseptual Levine Terhadap Pemulihan. *Researchgate.Net*. https://www.researchgate.net/profile/Henrianto-Siregar-2/publication/342467832_TESIS_HENRIANTO_KAROLUS_SIREGAR_MKep/links/5ef5e34c92851c52d6fde2b1/TESIS-HENRIANTO- KAROLUS-SIREGAR-MKep.pdf

Admin, Ovi Anggraini, & R.A. Fadila. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Rs Siloam Sriwijaya Palembang Tahun 2020.

Agustina, Y., & Suara, M. (2023). *Aplikasi Interview Teknik Distraksi Mendengar Murottal Al-Quran Terhadap Skala Nyeri VAS Anak Post OP Apendiktomi di LT . 5*. 1203–1210.

Alfarisi, R., Fauziah, D. R., & Pangestu, D. L. (2022). Webinar Peningkatan Pengetahuan Remaja Sebagai Kelompok Aktif Terhadap Penanganan Awal Cedera Patah Tulang. *Jurnal Perak Malahayati*, *4*(2), 143–152. https://doi.org/10.33024/jpm.v4i2.8293

Amalia, A. R., Susanti, Y., & Haryanti, D. (2020). Efektivitas kompres air hangat dan air dingin terhadap. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, *1*(1), 7–15. http://www.jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/b/article/view/207/ 92

Beno, J., Silen, A. ., & Yanti, M. (2022). ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN CLOSE FRAKTUR INTERTROCHANTER FEMUR DEKSTRA DI RUANG PAV. IV RS DARMO SURABAYA. *Braz Dent J.*, *33*(1), 1–12.

Fish, B. (2020). *KARYA TULIS ILMIAH ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN FRAKTUR TIBIA 1/3 PROXIMAL DEXTRA POST ORIF DENGAN DIAGNOSA KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RUANG BOUGENVILLE BRSU TABANAN*. *2507*(February), 1–9.

Fitriani, F., & Afelya, T. I. (2023). Edukasi Kesehatan Tentang Manajemen Nyeri Di Kota Jayapura. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Lentora*, *3*(1), 23–28. https://doi.org/10.33860/jpml.v3i1.3319

Fransiska, N., Anggraeni, A., Ade, I., & Liscyaningsih, N. (2024). Jurnal Kesehatan Republik Indonesia Teknik Pemeriksaan Radiografi Femur Dengan Modifikasi Penyudutan Central Ray Di Instalasi Radiologi RS PKU. *Jurnal Kesehatan Republik Indonesia*, *1*(9), 180–185.

Harbelubun, S. A., & Irnawati. (2021). Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Literature Review : Pengaruh Batuk Efektif Untuk Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajan. *Seminar Kesehatan Nasional*, 1516–1523.

Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Ked. N. Med* , *5*(3), 66–73.

Jerliawanti, & Pipin. (2023). Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Fraktur Tertutup Dengan Pemberian Terapi Kompres Dingin Di Ruangan IGD RSUD Prof. Dr. H. ALOEI SABOE. *Jurnal*

2025 Vol. 21, No. 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan, *3*(1), 37–59. https://doi.org/10.55606/klinik.v3i1.2237
Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan, *11*(21), 72–80. https://doi.org/10.52047/jkp.v11i21.101

Kurniati, D. (2019). Implementasi Dan Evaluasi Keperawatan. *Health and Pyhisical Education*, *2*(3), 1–6.

Lumuan, A., Yulianti, S., & Tahir, S. (2024). Implementasi Pemberian Relaksasi Benson untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien Post Operasi Fraktur di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah Implementation of Benson Relaxation to Reduce Pain in Post-Operational Fracture Patients at Undata Hospital , Central S. *Jurnal Kolaboratif Sains*, *7*(5), 1682–1688. https://doi.org/10.56338/jks.v7i5.4376

Meliana, B. P. (2024). Pengaruh Pemasangan Balut Bidai Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Fraktur the Effect of Applying a Sprain and Deep Breathing Relaxation on Reducing the Scale of Pain in Fracture Patients. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, *6*, 4–4. http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP

Mitsuyoshi, T., Tokuda, P. J. K., Kokubo, Y., Iwai, T., Inoo, H., Ashida, R., Nasada, R., Yamashita, M., Tanabe, H., Arizono, S., Imagumbai, T., & Kokubo, M. (2025). Phase 2 Trial of Stereotactic Body Radiation Therapy with Dose Escalation Using Simultaneous Integrated Boost for Spinal Metastases. *Advances in Radiation Oncology*, *10*(6), 101760. https://doi.org/10.1016/j.adro.2025.101760

Muzakky, A. N., Dhedie, A., Kidingallo, Y., & Mula, F. (2024). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Keberhasilan Terapi pada Fraktur Terbuka dan Tertutup. *Pendidikan Tambusai*, *8*(1), 11030–11037.

Nur Hidayat, Abdul Malik, A., & Nugraha, Y. (2022). Pendampingan Asuhan Keperawatan Medikal Bedah pada Pasien dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal (Fraktur Femur) di Ruang Anggrek RSUD Kota Banjar. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *2*(1), 52–87. https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v2i1.52
Pharmacognosy Magazine, *75*(17), 399–405.

Pinarto, B. E. (2022). KARAKTERISTIK PASIEN DEWASA PENDERITA FRAKTUR NONUNION PADA EKSTERMITAS SUPERIOR DAN INFERIOR DI RUMAH SAKIT UMUM PUSAT (RSUP) DR. WAHIDIN SUDIROHUSODO MAKASSAR. *Braz Dent J.*, *33*(1), 1–12.

Pratama, R. N. (2021). Pemberian Kompres Dingin Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, *13*(2), 81–88. https://doi.org/10.36729/bi.v13i2.836

Pratiwi, M., & Sholahuddin. (2022). Penerapan Kompres Dingin Dalam Mengurangi Sensasi Rasa Nyeri Pada Pasien Fraktur. *Jurnal Kesehatan*, *7*(2), 45–52. https://ojs.akperkesdam2sriwijaya.ac.id/index.php/akper/article/view/2 5

Putri, I. (2021). ASUHAN KEPERAWATAN GAWAT DARURAT PADA Tn.H DENGAN DIAGNOSA MEDIS CEDERA OTAK BERAT DI INSTALASI GAWAT DARURAT RSPAL Dr. RAMELAN SURABAYA.

Rozi, I. F., Tekwan, G., & Nugroho, H. (2021). Hubungan Usia Pasien, Jenis Fraktur dan Lokasi Fraktur Tulang Panjang Terhadap Lama Rawat Inap Pasca Bedah di RS Ortopedi Prof. Dr. R. Soeharso Surakarta. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, *3*(5), 661–666. https://doi.org/10.25026/jsk.v3i5.568

Sekadini, W., & Damanik, D. W. (2024). *IMPLEMENTASI KOMPRES DINGIN DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST OPERASI FRAKTUR TERTUTUP DI RUMAH SAKIT VITA INSANI PEMATANGSIANTAR*. *1*(8), 274–281.

Seventina Sirait. (2019). PENGARUH KOMPRES DINGIN

Suryani, M., & Soesanto, E. (2020). Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Fraktur Tertutup Dengan Pemberian Terapi Kompres Dingin. *Ners Muda*, *1*(3), 172. https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6304

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN: 3025-8855

2025 Vol. 21, No. 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Tata, H., Setyawati, T., Sampe, J., Bulango, S., Dokter, P. P., Kedokteran, F., Tadulako-palu, U., Bedah, D. I., Undata, R. S., Tengah, S., Kedokteran, F., Tadulako-palu, U., Biokomia, D., Kedokteran, F., Tadulako-palu, U., Saraf, D., Undata, R. S., Tengah, S., Anastesiologi, D., … Tengah, S. (2024). Fraktur humerus dextra 1/3 medial tertutup closed fraktur humerus dextra 1/3 medial. *Jurnal Medical Profession (Medpro)*, *6*(3), 230–235.

Teknik, E., Counter, M., Dan, P., Relaksasi, T., Nyeri, T., Kala, P., Aktif, F., & Ibu, P. (2024). Journal Healthcare Education e-ISSN 3032-6575 (online). *Jurnal Healthcare Education*, *6575*, 1–13.TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN FRAKTUR FEMUR DI RSU GUNUNG JATI CIREBON TAHUN 2018.*Jurnal Ilmiah Indonesia*, *11*(1), 1–14.

Wati, N. K., Kesumadewi, T., Inayati, A., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan Guided Imagery (Imajinasi Terbimbing) Terhadap Skala Nyeri Pasien Thalasemia Dan Dispepsia Di Rsud Jend. Ahmad Yani Kota Metro Implementation of Guided Imagery on Pain Scale of Thalasemia and Dyspepsia Patients in Rsud Jend. Ahmad Yani Metro Cit. *Jurnal Cendikia Muda*, *2*(3), 375–382.

Wulandari, M. (2022). Buku Ajar Anatomi Fisiologi. *Yogyakarta: ZahirPublishing*, *5*(3), 111–127. https://repository.poltekkespalembang.ac.id/files/original/2f78c229942eb9c65238559d5cbb1867.pdf

Zefrianto, D., Sari, S. A., Inayati, A., Dharma, A. K., & Metro, W. (2024). Implementation of Benson'S Relaxation To the Post Surgery Post Fracture Patients in the Special Surgery Room General Hospital Ahmad Yani Metro City in 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, *4*(2).

Zuliyanto, H. D., Vioneery, D., Kunci, K., Nyeri, T., Dingin, K., & Keperawatan, A. (2024). *PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM PROFESI UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA PENERAPAN PEMBERIAN KOMPRES DINGIN TERHADAP NYERI Abstrak*. *39*, 1–6