

## PENGARUH TERAPI KOMPRES AIR HANGAT TERHADAP *LOW BACK PAIN* PADA PETANI DI KEDIRI

Eva Dwi Ramayanti<sup>1</sup>, Idola Perdana S.S<sup>2</sup>, Endang Mei Yunalia<sup>3</sup> Susmiati<sup>4</sup>, Indah Jayani<sup>5</sup>, Achmad Wahdi<sup>6</sup>

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kediri<sup>1,2,3,4,5,6</sup>

\*Corresponding Author : [eva.dwi@unik-kediri.ac.id](mailto:eva.dwi@unik-kediri.ac.id)

### ABSTRAK

*Low Back Pain* (LBP) merupakan gangguan muskuloskeletal banyak dikeluhkan petani. Dari *Survey work-related disease* di Inggris perkiraan 43.000 pekerja di sektor pertanian terjadi gangguan ergonomis kasus *low back pain* pada 27.000 pekerja, LBP menyebabkan individu tidak produktif. Terapi non farmakologis dapat mengurangi LBP adalah terapi kompres air hangat. Manajemen nyeri ini lebih aman digunakan tidak menimbulkan efek samping seperti obat-obatan, karena menggunakan proses fisiologis. Tujuan penelitian : penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi kompres air hangat terhadap penurunan *Low Back Pain*. Metode: Survey awal pada 10 petani, nyeri ringan 4 orang, nyeri sedang 2 orang. Dengan design *pre experimental* dengan tipe *one group pre test and post test design*, populasi penelitian 30 responden dan jumlah sampelnya 16 responden dengan tehnik *purposive sampling* uji statistik menggunakan uji T berpasangan. Hasil: dari penelitian ini diketahui bahwa sebelum diberikan terapi sebagian besar responden memiliki tingkat nyeri sedang yaitu sebesar 9 (56,3%). Sesudah diberi terapi setengahnya responden menyatakan nyeri ringan yaitu sebesar 8 (50,0%) responden. Hasil uji normalitas data didapatkan sebelum dan sesudah  $p$  value: 0,036 dan 0,004 dari hasil tersebut bahwa distribusi data tidak normal. Hasil analisis dengan uji wilcoxon macth pair test didapatkan  $p$  value  $0,000 < \alpha = 0,05$ . Kesimpulan: Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh terapi kompres air hangat terhadap *Low Back Pain* pada petani di desa Bangkok Kecamatan Gurah kabupaten Kediri tahun 2017. Diharapkan responden bisa melakukan terapi kompres air hangat untuk mengatasi nyeri.

**Kata kunci:** *Low back pain*, Petani, Terapi kompres air hangat

### ABSTRACT

*Introduction: Low Back Pain (LBP) is a musculoskeletal disorder many farmers complain about. From a survey of work-related diseases in the UK estimates 43,000 workers in the agricultural sector have ergonomic problems of low back pain cases in 27,000 workers, LBP causes unproductive individuals. Nonpharmacologic therapy can reduce LBP is warm water compress therapy. Management of this pain is safer to use does not cause side effects such as drugs, because it uses physiological processes. Objective: The aim of this research is to know the effect of warm water compress therapy on low back Pain decrease. Method: Initial survey on 10 farmers, light pain 4 people, moderate pain 2 people. With pre experimental design with type one group pre test and post test design, research population 30 respondents and the number of samples 16 respondents with purposive sampling technique statistical test using paired T test. Result of research before giving therapy most of respondent have level of moderate pain that is equal to 9 (56,3%).*

*Result: After treatment half of the respondents stated mild pain that is equal to 8 (50.0%) of respondents. Normality data test results obtained before and after  $p$  value: 0.036 and 0.004 of the results that the data distribution is not normal. The results of analysis with wilcoxon macth test test obtained  $p$  value  $0,000 < \alpha = 0.05$ .*

*Conclusion: So it can be concluded there is the influence of warm water compress therapy against Low Back Pain at farmers in Bangkok Village District Gurah Kediri in 2017. It is expected respondents can do therapy warm water compresses to overcome the pain.*

**Keywords:** *farrmer, Low back pain warm water compress therapy.*

## PENDAHULUAN

*Low Back Pain* (LBP) atau nyeri punggung bawah (NPB) merupakan masalah kesehatan dunia yang sangat umum, yang menyebabkan pembatasan aktifitas dan juga ketidakhadiran kerja. Nyeri punggung bawah memang tidak menyebabkan kematian, namun menyebabkan individu yang mengalaminya menjadi tidak produktif sehingga akan menyebabkan beban ekonomi yang sangat besar baik bagi individu, keluarga, masyarakat, maupun pemerintah (Patrijaningrum, et al., 2025). LBP merupakan gangguan muskuloskeletal yang banyak dikeluhkan oleh petani. Kegiatan yang dilakukan petani umumnya memerlukan posisi tubuh yang statis dan repetitif yang meningkatkan prevalensi keluhan LBP (Kaur, 2025).

Nyeri punggung merupakan keluhan yang sering dijumpai pada kehidupan sehari-hari. Diperkirakan hampir semua orang pernah mengalami nyeri punggung semasa hidupnya. Nyeri punggung bawah tetap menjadi Berbagai bagian tubuh dapat mengalami gangguan otot rangka dengan lokasi tersering pada pinggang. Gangguan otot rangka dapat menimbulkan nyeri dan terbatasnya gerakan pada daerah yang terkena, sebagai akibat aktivitas fisik dan/atau posisi kerja. Gangguan otot rangka dapat menyebabkan seseorang memerlukan pengobatan yang rutin, absen dalam bekerja, hingga kecacatan (Depkes RI, 2019).

Berdasarkan penelitian di Indonesia, prevalensi penderita penyakit muskuloskeletal tertinggi menurut pekerjaan adalah petani (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2023). Data dari survei *work-related disease* menunjukkan bahwa dari 43.000 pekerja di sektor pertanian, 27.000 pekerja mengalami keluhan LBP (Gusetoiu R, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Kaur, (2015) menyatakan sebanyak 68,6% (48 orang) responden mengeluh LBP. Kelompok usia dengan keluhan >45 tahun paling banyak mengalami LBP (73,3%). Keluhan LBP terbanyak dikeluhkan oleh petani yang sering melakukan posisi kerja membungkuk (68,6%). Sebanyak 93,75% petani yang tidak memiliki riwayat jatuh mengalami LBP (Pratiwi, 2024)..

LBP adalah satu dari sepuluh penyebab penderita datang ke Poli Rawat Jalan RSUD dr. Soetomo. Dari sepuluh jenis penyakit terbanyak yang ditangani, LBP berada di urutan ketiga setelah penyakit stroke dan epilepsi yang memerlukan perhatian khusus. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Velina,dkk (2013) menyatakan penelitian mengenai posisi kerja, diperoleh bahwa petani yang sering melakukan posisi kerja "bungkuk" lebih banyak mengalami keluhan *Low Back Pain* (68,6%) dibandingkan dengan posisi yang lain. Posisi

tubuh yang tidak ergonomis saat bekerja akan menyebabkan munculnya MSDs dimana LBP merupakan salah satu MSDs yang banyak dikeluhkan oleh tani (Andini, 2025)..

Dari hasil survey yang dilakukan pada 10 petani, 7 petani mengatakan sering merasakan nyeri pada punggung bagian bawah setelah melakukan aktivitas, sedangkan 3 petani tidak merasakan nyeri pada punggungnya melainkan pada tangan dan kakinya. Petani sering mengeluhkan nyeri setelah melakukan aktivitas seperti membungkuk untuk menanam padi, mencabuti rumput di sawah, mencangkul, dan mengangkat beban berat seperti hasil panennya. Dari hasil survei petani mengatakan nyerinya itu sangat bervariasi mulai dari ringan, sedang, hingga nyeri berat. Dari 7 petani yang merasakan nyeri ringan ada 4 orang (13,5%), nyeri sedang ada 2 orang (6,6%) sedangkan nyeri berat ada 1 orang (3,3%). Nyeri yang terjadi itu biasanya itu hilang timbul, timbul saat melakukan aktivitas dan sesudah melakukan aktivitas (Kartika, 2023).

Banyak faktor resiko yang berhubungan dengan keluhan LBP, seperti hereditas, usia, jenis kelamin, deformitas postur tubuh, aktivitas fisik, masa kerja, dan porsi kerja (Silviyani, 2014). Faktor lainnya adalah faktor fisik yang mencakup ketegangan fisik, seringnya mengangkat beban, dan postur kerja yang kurang tepat (Andini, 2025). *Low back pain* (LBP) pada umumnya tidak mengakibatkan kecacatan, namun pada pekerja dapat menurunkan tingkat produktivitas kerja, menurunkan performa kerja, serta kualitas kerja (Krisna, 2024).

Konsentrasi kerja dan juga secara tidak langsung meningkatkan resiko terjadinya kecelakaan (Gusetoiu, 2021). Andini (2015) Menyatakan bahwa sebuah penelitian memaparkan 11 persen tenaga kerja dengan LBP mengalami gangguan aktivitas kerja hingga 4 minggu. Lebih dari 50 persen penderita membaik dalam waktu satu minggu, dan lima persen penderita mengalami gangguan aktivitas hingga lebih dari enam bulan (Prita, 2022).

Kompres hangat mempunyai sifat vasodilatasi, meningkatkan suplai darah, relaksasi pembuluh-pembuluh darah melebar. Sehingga akan memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut. Dengan cara penyaluran zat asam dan bahan makanan sel-sel di perbesar dan pembuangan dari zat-zat yang akan di buang akan diperbaiki lagi. Jadi akan timbul proses pertukaran zat yang akan lebih baik. Kompres hangat bertujuan untuk pelunakan jaringan *fibrosa*, membuat otot lebih rileks, menurunkan rasa nyeri dan memperlancar pasokan aliran darah dan memberikan ketenangan pada klien (Gunawan, 2019). Kompres hangat yang digunakan berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah, menstimulasi sirkulasi darah, dan mengurangi kekakuan. Selain itu, kompres hangat juga berfungsi menghilangkan

sensasi rasa sakit. Untuk mendapatkan hasil yang terbaik, tetapi kompres hangat dilakukan selama 20 menit dengan 1 kali pemberian dan pengukuran (Kartika, 2023)

Berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah, menstimulasi sirkulasi darah, dan mengurangi kekakuan. Selain itu, kompres hangat juga berfungsi menghilangkan sensasi rasa sakit. Untuk mendapatkan hasil yang terbaik, tetapi kompres hangat dilakukan selama 20 menit dengan 1 kali pemberian dan pengukuran intensitas nyeri dilakukan dari menit ke 15-20 selama tindakan (Kismiati, 2019).

*Low back Pain* (LBP) banyak dialami oleh orang dengan gejala nyeri pada pinggang terutama pada pinggang bagian bawah. Kebanyakan kasus akibat adanya ketidakergonomian manusia dengan lingkungan kerja (Senja, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Andini (2024) mengungkapkan bahwa ada hubungan antara lingkungan kerja dengan kejadian LBP pada seseorang dengan rentang usia dewasa sampai dengan lansia (Pv:0,000, a:0,05). Penelitian lain yang dilakukan oleh Wilhelmina (2024) menunjukan bahwa faktor determinan dari LBP adalah posisi bekerja, kesalahan posisi saat beraktivitas dan patologi penyakit. Dari informasi yang didapat dari survei kesehatan indonesia memberikan informasi bawa LBP merupakan masalah kesehatan yang sebagian besar (80%) akan dialami oleh pekerja dengan menitikberatkan eba pada punggung dan kaki (Setiadi, 2023). LBP merupakan masalah kesehatan yang kebanyakan akan dialami oleh seseorang dan muncul secara tidak terduga 80% diantaranya bukan merupakan dampak dari suatu gangguan patologi penyakit namun lebih karena kesalahan dalam mobilisasi dan posisi (Bianca, 2024).

Gejala yang timbul dari LBP secara umum adalah nyeri pada punggung atau pinggang bawah. Nyeri yang muncul bisa berupa rasa tidak nyaman saat bergerak atau berpindah posisi sampai dengan kesulitan untuk berjalan (Gendis, 2025). Jarang ditemukan kasus pada LBP dengan kelumpuhan total khususnya pada kedua kaki (Nur, 2024). Dari nyeri pada LBP seseorang akan terganggu dalam menjalani aktivitas sehari-hari sehingga banyak diantara mereka yang menganggap LBP sebagai penyakit yang lebih serius pada saraf (Prisma, 2021). Padahal sebenarnya 90% dari LBP lebih karena masalah ringan pada punggung dan pinggang bawah (Purnomo, 2022). Nyeri pada LBP disebabkan karena kesalahan posisi dan mobilisasi pada hampir seluruh kasus. namun demikian nyeri pada LBP tidak bisa dianggap ringan karena memang bisa mengganggu *Activity daily Life* sehingga memerlukan penanganan yang sesuai. Salah satunya dengan pemberian kompres (Wijaya, 2024).

Terapi kompres air hangat merupakan salah satu solusi penanganan nyeri pada petani yang mengalami LBP di Gurah Kediri. Untuk itu diperlukan penelitian dengan judul : “ Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Terhadap *Low Back Pain* Pada Petani Di Kediri:.

## METODE

Penelitian ini berjenis *inferensia kuantitatif*, merupakan penelitian lapangan dengan secara *survey*. Penelitian ini merupakan *analitik komparatif* dengan sumber data primer. Desain yang digunakan *pre experimental* dengan tipe *one group pre test and post test design*. Lokasi berada di desa Bangkok, Kec. Gurah Kediri. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh petani dengan LBP di Desa Bangkok sebanyak 16 orang. Sampling menggunakan Total populasi. Jumlah sampel sebanyak 16 orang. Analisa bivariat menggunakan *Wilcoxon sign test*.

Pada uji normalitas data menggunakan Shapiro Wilk nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi yaitu didapatkan  $p$  value: 0,036 dan 0,004 dengan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa distribusi data tidak normal karena  $p$  value  $< 0,05$  sehingga untuk menguji adanya pengaruh terapi kompres air hangat terhadap nyeri *Low Back Pain* pada petani dapat di uji menggunakan uji Wilcoxon. *Low Back Pain* sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres air hangat adalah 256 yang berarti telah terjadi penurunan skala nyeri *Low Back Pain* mean skala nyeri *Low Back Pain* sebelum terapi yaitu 4,06 dan mean sesudah 1,50.

## HASIL

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	3	18,8%
Perempuan	13	81,3%
total	16	100%

(Sumber: data primer, tahun 2025 )

Berdasarkan tabel dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruhnya (81,3%) responden berjenis kelamin perempuan.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Pendidikan

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD-SMP	13	81,3%
SMA	3	18,8%
total	16	100%

(Sumber: data primer, tahun 2025)

Berdasarkan tabel dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (81,3%) dari responden berpendidikan SD-SMP.

#### Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Umur

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
35-40 tahun	5	31,3%
41-45 tahun	3	18,8%
46-50 tahun	3	18,8%
50-55 tahun	3	18,8%
56-60 tahun	1	6,3%
61-65 tahun	1	6,3%
total	16	100%

(Sumber: data primer tahun 2025)

Berdasarkan tabel dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengahnya (31,3%) dari responden berusia 35-40 tahun.

#### Distribusi Responden Berdasarkan Lamanya Bekerja

Tabel 4: Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Lamanya Bekerja.

Lamanya bekerja	Frekuensi	Persentase (%)
6-12 bulan	1	6,3%
1-5 Tahun	3	18,8%
5-10 Tahun	5	31,3%
>10 tahun	7	43,8%
total	16	100%

(Sumber: data primer tahun 2025)

Berdasarkan tabel dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah dari responden mempunyai lama bekerja lebih dari 10 tahun.

#### Distribusi Tingkat Nyeri Responden Sebelum Dilakukan Terapi Kompres Air Hangat.

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi Kompres Air Hangat.

Variabel	N	Mean	Median	Mode	SD	Min-Max
Sebelum terapi kompres air hangat	16	4,06	4,00	3 <sup>a</sup>	1,526	2-6

(Sumber: data primer tahun 2025)

Berdasarkan tabel maka dapat diinterpretasikan bahwa sebelum diberikan terapi kompres air hangat di Desa Bangkok Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri Tahun 2025 sebagian besar rata-rata skala nyeri 4,06.

#### 6. Distribusi Tingkat Nyeri Responden Sesudah Dilakukan Terapi Kompres Air Hangat

Tabel 6: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Nyeri Sesudah Dilakukan Terapi Kompres Air Hangat

Variabel	N	Mean	Median	Mode	SD	Min-Max
Sesudah terapi kompres air hangat	16	1,50	2,00	0	1,461	0-4

(Sumber: data primer tahun 2025 )

Berdasarkan tabel dapat diinterpretasikan bahwa setelah diberi terapi kompres air hangat di desa Bangkok Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri Tahun 2025 rata-rata 1,50. Pada uji normalitas data menggunakan Shapiro Wilk nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi yaitu didapatkan  $p$  value: 0,036 dan 0,004 dengan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa distribusi data tidak normal karena  $p$  value  $< 0,05$  sehingga untuk menguji adanya pengaruh terapi kompres air hangat terhadap nyeri *Low Back Pain* pada petani dapat diuji menggunakan uji Wilcoxon.

#### Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri LBP Pada Petani

Tabel 7 Distribusi Frekuensi tingkat Nyeri *Low Back Pain* Pada Petani dengan LBP Sebelum Dan Sesudah Diberikannya Terapi Kompres Air Hangat

		N	$p$
<i>Low Back Pain</i> sebelum diberikan terapi kompres air hangat	Negatif Ranks	16 <sup>a</sup>	0,000*
	Positif Ranks	0 <sup>b</sup>	
<i>Low Back Pain</i> sesudah diberikan terapi kompres air hangat	Ties	0 <sup>c</sup>	
$p$ Value :0,000	$\alpha=0,05$	16	

(Sumber: data primer tahun 2025 )

Berdasarkan tabel diketahui dari hasil uji Wilcoxon didapatkan  $p$  value = 0,000  $< \alpha$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima ada pengaruh terapi kompres air hangat terhadap *Low Back Pain* pada petani di desa Bangkok kecamatan Gurah kabupaten Kediri tahun 2025.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di desa Bangkok kecamatan Gurah kabupaten Kediri tahun 2025 rata-rata 4,06 yang mengalami nyeri sebelum dilakukan terapi. Nyeri *Low Back Pain* yang dialami oleh petani disebabkan oleh banyak faktor, salah satu faktor yang banyak

di temui di tempat penelitian yang menjadi penyebab posisi yang tidak ergonomis saat mencangkul untuk yang laki-laki dan yang perempuan terlalu lama membungkuk untuk menanam padi sehingga menyebabkan nyeri *Low Back Pain*.

Berdasarkan hasil dari uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai sig. (2 –tailed) sebesar 0,000, nilai tersebut kurang dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres air hangat. Berdasarkan hasil penelitian 16 responden mengalami penurunan nyeri *Low Back Pain* setelah diberikan terapi kompres air hangat didapatkan  $p$  value =0,000. Hasil uji wilcoxon diperoleh  $p$  value = 0,000 maka  $p$  value <  $\alpha$  (0,000<0,05). Hal ini berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya ada pengaruh terapi kompres air hangat terhadap nyeri *Low Back Pain* pada petani di desa Bangkok kecamatan Gurah kabupaten Kediri Tahun 2025.

Kompres hangat mempunyai sifat vasodilatasi, meningkatkan suplai darah, relaksasi pembuluh-pembuluh darah melebar. Sehingga akan memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut. Dengan cara penyaluran zat asam dan bahan makanan sel-sel di perbesar dan pembuangan dari zat-zat yang akan di buang akan diperbaiki lagi. Jadi akan timbul proses pertukaran zat yang akan lebih baik. Kompres hangat bertujuan untuk pelunakan jaringan *fibrosa*, membuat otot lebih rileks, menurunkan rasa nyeri dan memperlancar pasokan aliran darah dan memberikan ketenangan pada klien (Kimin, 2019). Kompres hangat yang digunakan berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah, menstimulasi sirkulasi darah, dan mengurangi kekakuan. Selain itu, kompres hangat juga berfungsi menghilangkan sensasi rasa sakit. (Kismiati, 2019). Hal ini sesuai dengan teori bahwa manfaat dari tindakan terapi kompres air hangat dapat memberikan rasa nyaman, melebarkan pembuluh darah, menstimulasi sirkulasi darah dan menurunkan rasa nyeri.

Kompres hangat yang diberikan pada petani dengan riwayat LBP bisa menurunkan tingkat nyeri. Hasil penelitian ini memberikan informasi bahwa ada pengaruh kompres air hangat terhadap tingkat nyeri ( $P_v:0,000$   $\alpha:0,05$ ). Penelitian serupa dilakukan oleh Anisa (2024) yang memberikan perlakuan berupa terapi kompres air pada suhu hangat untuk menurunkan nyeri pada remaja dengan dismenorea. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap intensitas nyeri haid pada remaja di SMK sedayu Jawa barat tahun 2024. Penelitian di RSUD Jombang yang dilakukan oleh Asti pada tahun 2025 memberikan hasil bahwa ada pengaruh pemberian kompres air hangat dalam menurunkan rasa nyeri dada pada pasien yang MRS dengan riwayat IMA.

Hasil dalam penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Senja (2024) yang meneliti pengaruh kompres hangat pada lansia dengan nyeri sendi dengan riwayat *Rheumatoid Arthritis* di Jombang Jatim. Dari hasil penelitian yang dilakukan ada pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap nyeri yang dialami oleh lansia dengan riwayat RA (Pv:0,000, a:0,05). Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agung (2021) yang meneliti efektivitas kompres hangat terhadap intensitas Nyeri pada warga di Desa Jimbaran dengan riwayat Gout. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap intensitas nyeri pada warga di jimbaran dengan riwayat *Gout*.

Penelitian yang dilakukan oleh Izza (2024) dengan memberikan perlakuan kompres air hangat dan kompres jahe pada responden dengan Nyeri sendi, menunjukkan bahwa ada pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri sendi dengan Pv sebesar 0,000. Dan setelah dibandingkan dengan kompres jahe ditemukan hasil bahwa ada perbedaan kompres hangat dan kompres jahe pada lansia dengan riwayat nyeri sendi (Pv:0,000).

Penelitian lain yang sejalan dengan hasil dalam penelitian ini juga ditunjukkan dari penelitian yang dilakukan oleh Roliyadi (2024). Penelitian ini dilakukan dengan memberikan perlakuan berupa kompres hangat pada lansia dengan riwayat arthritis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Terhadap Skala Nyeri Arthritis Rheumatoid pada lansia di Palembang (Pv:0,001, a:0,05). Penelitian yang dilakukan Devi (2019) menunjukkan bahwa ada Pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada lansia yang mengalami reumatoid arthritis di Desa Kotasan Kec Galang (Pv:0,000).

Adanya pengaruh kompres air hangat dalam menurunkan skala nyeri pada seseorang juga di dukung oleh penelitian Anggara (2023), dimana lansia dengan riwayat nyeri endi akibat Arthritis diberikan perlakuan berupa terapi kompres air hangat selama 3 minggu secara berturut. Dari hasil penelitian ini memberikan informasi bahwa ada pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap tingkat nyeri sendi pada lansia dengan riwayat arthritis (Pv:0,000). Pada penelitian lain yang dilakukan Ani (2023) memberikan informasi adanya Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis di Puskesmas Imbanagara Kabupaten Ciamis Tahun 2023 (Pv:0,000, a:0,05).

## **KESIMPULAN**

Terapi kompres air hangat pada petani di desa Bangkok kecamatan Gurah kabupaten Kediri Tahun 2025, sebelum dilakukan terapi kompres air hangat setengahnya responden

mengalami nyeri sedang. . Nyeri *Low Back Pain* pada petani di desa Bangkok kecamatan Gurah kabupaten Kediri Tahun 2025, setelah di lakukan terapi kompres air sebagian besar petani mengatakan tidak nyeri. 3Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh kompres air hangat terhadap nyeri *Low Back Pain* pada petani didesa Bangkok kecamatan Gurah kabupaten Kediri Tahun 2025.

Bagi penelitian selanjutnya Diharapkan peneliti selanjutnya dapat merencanakan pengambilan sampel lebih banyak sehingga jumlah sampel dapat memenuhi jumlah yang maksimal. Dapat dijadikan sebagai tambahan ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan dan acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang pengaruh terapi kompres air hangat terhadap nyeri *Low Back Pain* pada petani.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penelitian ini melibatkan banyak pihak terkait untuk itu ucapan terima kasih kami sampaikan ke segenap civitas akademikan dosen dan mahasiswa S1 keperawatan yang telah membantu dan terlibat dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih yang sebesar besarnya juga kami sampaikan kepada para petani di Desa Gurah Kab. Kediri beserta dengan segenap aparat Desa yang sudah membantu jalannya penelitian ini

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ani, Rosdiana. (2023). Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis di Puskesmas Imbanagara Kabupaten Ciamis Tahun 2023. *Jurnal penelitian Kesehatan Galuh* Volume 1, Nomor 2, Agustus 2024 E-ISSN: 3062-8032
- Devi Novita Damanik. (2019). Pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada lansia yang mengalami reumatoid arthritis di Desa Kotasan Kec Galang. *Jurnal Kesehatan ilmiah indonesia*, vol. 4 No. 1 Juni 2019.
- Gusetoiu, R., 2021. Muskuloskeletal Disorder In Agriculture. *Jurnal Of Occupational Medicine*.
- Kaur, K.,. (2025). Prevalensi Keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Petani. *Prevalensi Keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Petani*, Volume ISM, VOL. 5 NO.1, Januari-April, pp. HAL 49-59.
- Gusetoiu, R., 2021. Muskuloskeletal Disorder In Agriculture. *Jurnal Of Occupational Medicine*.
- Izza, (2024). Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangat Dan Pemberian Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi

Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran : STIKES Ngundi Waluyo Ungaran

- Kaur, K., (2025). Prevalensi Keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Petani. *Prevalensi Keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Petani*, Volume ISM, VOL. 5 NO.1, Januari-April, pp. HAL 49-59.
- Patrjaningrum, M., Oktaliansah, E. & Surahman, E., (2025). Prevalensi dan Faktor Resiko Nyeri Punggung Bawah di Lingkungan Kerja Anestesiologi Rumah Sakit Dr. Hasan Sadikin Bandung. *Jurnal Anestesi Perioperatif*, Volume 3, pp. 47-56.
- Payuk, D. & W., (2021). Hubungan Faktor Ergonomis Dengan Beban Kerja Pada Petani Padi Tradisional Di Desa Cogo Kecamatan Marioriwawo Kabupaten Soppeng. *Jurnal Unhas*, Volume Vol 1.
- Pratiwi, S. K. & M., (2019). Beberapa Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Penjual Jamu Gendong. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, Volume Vol.4, no.1.
- Risyanto, (2018). Pengaruh Lamanya Posisi Kerja Terhadap Keluhan Subyektif Low Back Pain Pada Pengemudi Bus Kota di Terminal Giwangan.
- Roliyadi. (2021).Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Terhadap Skala Nyeri Arthritis Rheumatoid pada lansia di Palembang. Vol 6.n0 2.
- Silviyani, V., Susanto, T. & Asmaningrum, N., (2024). Hubungan posisi Bekerja Petani Lansia dengan Resiko Terjadinya Nyeri Punggung Bawah di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe Kabupaten Jember. *Hubungan Posisi Bekerja Petani Lansia Dengan Terjadinya*.
- Widyastuti, R., (2019). Analisa Pengaruh Aktifitas Kerja Dan Beban Angkat Terhadap Kelelahan Muskuloskeletal. *Gema Teknik*, Volume 2, pp. 28-29.
- Zakiah, A., (2025). *Nyeri Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Jakarta: Salemba Medika