

Vol.7 No.3 August 2023

e-ISSN 2548-7051
p-ISSN 2714-6502

<http://jpi.ppnijateng.org/index.php/jpi>







JURNAL PERAWAT INDONESIA

**PERSATUAN PERAWAT NASIONAL INDONESIA
JAWA TENGAH**


Editorial Team





Editor in Chief

 **Ns. Dwi Nur Rahmantika Puji Safitri, M.Kep.**





-  Scopus ID: [57243589500](https://scopus.com/record/display?id=57243589500)
-  <https://orcid.org/0000-0003-3395-6642>
-  Web of Science ResearcherID : -
-  Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Editorial Board





 **Dr. Eko Winarto, M.Kep., Ns., Sp.MB**

-  Scopus ID: [57258063700](https://scopus.com/record/display?id=57258063700)
-  <https://orcid.org/0000-0001-5228-4357>
-  Web of Science ResearcherID : -
-  RSUD Banyumas Purwokerto, Indonesia





 **Ns. Suksi Riani, M.Kep.**

-  Scopus ID: -
-  <https://orcid.org/0009-0001-3586-7312>
-  Web of Science ResearcherID : -
-  STIKes Telogorejo, Indonesia

 **Ns. Arief Shofyan Baidhowy, M.Kep.**

-  Sinta ID: [6785199](https://sinta.id/6785199)
-  <https://orcid.org/0000-0003-1072-2544>
-  Web of Science ResearcherID : -
-  Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

 **Ns. Anastasia Diah Larasati, M.Kep**

-  Scopus ID: -
-  -
-  Web of Science ResearcherID : -
-  STIKes Elisabeth Semarang, Indonesia

Articles

The EFFECTIVENESS OF MODERN WOUND TREATMENT USING WANDING TECHNIQUES MOIST WOUND HEALING IN HEALING DIABETIC ULCERS IN CLINIC RUMAT JAKARTA

EFEKTIVITAS PERAWATAN LUKA MODERN DENGAN TEKNIK BALUTAN MOIST WOUND HEALING PADA PENYEMBUHAN ULKUS DIABETIKUM DI KLINIK RUMAT JAKARTA.

Henrianto Karolus Siregar, Yenny Yenny, Samsinar Butar, Santa Maria Pangaribuan, Khairunnisa Batubara

1480-1490



THE EFFECT OF USING SCREEN TIME ON SPEECH DELAY IN UNDER-FIVES:A LITERATURE REVIEW

Adelia Anggretha Malau, Sipriana Anggi M. Br Simanjong, Veronika Sitanggang, Evanny Indah Manurung, Ester Silitonga

1491-1506



HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA EMOSIONAL DENGAN KEPATUHAN PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DALAM MENJALANI TERAPI HEMODIALISA DI RSUD KARAWANG TAHUN 2023

dukungan keluarga emosional dan kepatuhan menjalani terapi hemodialisa

Intan Widuri, Lina Indrawati, Lisna Agustina

1507-1513



HUBUNGAN BURNOUT DENGAN KINERJA PERAWAT DI RSJD DR RM SOEDJARWADI PROVINSI JAWA TENGAH

Puput Risti Kusumaningrum, Ilham Ilahi

1514-1522



HUBUNGAN TIPE KEPERIBADIAN HIPPOCRATES-GALENUS DENGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 5 MAGELANG

Hubungan Tipe Kepribadian Hippocrates-Galenus Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja di SMA Negeri 5 Magelang

Sari Eka Pramesti, Suyanta Suyanta, Sunarmi Sunarmi, Bambang Sarwono

1523-1530



DUKUNGAN SOSIAL, SIKAP MINDFULNESS, DAN STRESS PENGASUHAN, DENGAN RELASI IBU - ANAK PADA PERAWAT DENGAN PERAN GANDA

Nurul Qotimah, Eny Purwandari

1531-1548



KOMBINASI CONTRAST BATH DAN RANGE OF MOTION MAMPU PENURUNAN SKALA NYERI PADA PENDERITA OSTEOARTHRITIS

Hany Syafira Daniara Putri, Virgianti Nur Faridah, Rizky Asta Pramestirini

1558-1566



PENGARUH ELECTRONIC TRIAGE DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN PERAWAT PADA PELAYANAN PASIEN DI INSTALASI GAWAT DARURAT : LITERATURE REVIEW

Literature Review

Nurul Azizatunnisa, Tuti Herawati

1567-1578



GENDER AND DURATION OF GADGET USE IN INCIDENCE OF SPEECH DELAY

Idola Perdana SS idola, Endang Mei Yunalia, Kausar Afif Fatwa

1579-1587



HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP PERAWAT TERHADAP PERAWATAN MENJELANG AJAL PADA PASIEN PALIATIF DI RUANG ICU

Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Perawat Terhadap Perawatan Menjelang Ajal Pada Pasien Paliatif di Ruang ICU

Kinarsanti Marwa, Sutrisno Sutrisno, Widiyono Widiyono

1588-1595



HUBUNGAN GEJALA PERILAKU ALEXITHYMIA DAN GEJALA KECEMASAN SOSIAL DENGAN KECANDUAN PENGGUNA SMARTPHONE PADA MAHASISWA KEPERAWATAN S1

Hubungan Gejala Perilaku Alexithymia dan Gejala Kecemasan Sosia Dengan Kecanduan Pengguna Smartphone Pada Mahasiswa Keperawatan S1

Ratih Indriyani, Supriyadi Supriyadi

1596-1603



KOMBINASI CONTRAST BATH DAN RANGE OF MOTION MAMPU PENURUNAN SKALA NYERI PADA PENDERITA OSTEOARTHRITIS

COMBINATION OF CONTRAST BATH AND RANGE OF MOTION TO REDUCE PAIN SCALE IN PATIENTS WITH OSTEOARTHRITIS

Hany Syafira Daniara Putri¹, Virgianti Nur Faridah², Rizky Asta Pramestirini²

¹ Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan

² Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan²Dosen Prodi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan

Email Korespondensi : virgiantifaridah@gmail.com

ABSTRAK

Osteoarthritis merupakan suatu gangguan kesehatan degenerative dimana terjadi kekakuan dan peradangan pada persendian yang ditandai dengan kerusakan rawansendi sehingga dapat menyebabkan nyeri pada sendi leher, tangan, punggung, dan yang paling sering adalah pada lutut. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *osteoarthritis* di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Desain penelitian menggunakan pre-eksperimental (one group pre-post-test), menggunakan teknik consecutive sampling dengan 31 responden. Variabel independen penelitian adalah *contrast bath* dan *range of motion* dengan variabel dependen skala nyeri. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi, SOP *contrast bath* dan *range of motion*. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan rata-rata skala nyeri sebelum diberi intervensi 4,03 dan sesudah diberi intervensi 2,65. Uji statistik *wilcoxon* pre-post skala nyeri dengan nilai signifikan $p=0.001$ ($p<0.005$) terdapat pengaruh kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *osteoarthritis* di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan. Pemberian terapi diharapkan dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dan menjadi terapi alternatif non medis dalam menurunkan skala nyeri.

Kata Kunci : Osteoarthritis, Skala Nyeri, Range Of Motion, Contrast Bath.

ABSTRACT

Osteoarthritis is a degenerative health disorder in which there is stiffness and inflammation in the joints which is characterized by damage to the joint cartilage which can cause pain in the joints of the neck, hands, back, and most often the knees.

The aim of the study was to determine the effect of a combination of contrast bath and range of motion on reducing pain scale in osteoarthritis patients in Kaligerman Village, Karanggeneng District, Lamongan Regency.

The research design used a pre-experimental (one group pre-post-test), using a consecutive sampling technique with 31 respondents. The independent variables of the study are bath contrast and range of motion with the dependent variable pain scale. The instruments used were observation sheets, SOP contrast bath and range of motion. The results showed that the average difference in pain scale before being given an intervention was 4.03 and after being given an intervention, it was 2.65. The Wilcoxon pre-post pain scale statistical test with a significant value of $p=0.001$ ($p<0.005$) had the effect of a combination of contrast bath and range of motion on reducing the pain scale in patients with osteoarthritis in Kaligerman Village, Karanggeneng District, Lamongan Regency. The provision of therapy is expected to increase the degree of public health and become an alternative non-medical therapy in reducing the pain scale.

Keywords : *Osteoarthritis, Pain Scale, Range Of Motion, Contrast Bath*

PENDAHULUAN

Osteoarthritis merupakan bentuk penyakit peradangan sendi yang paling umum dan diidentikkan dengan penyakit pada lansia. Bagian tubuh yang paling sering terkena yaitu bagian lutut, pinggul, dan tangan (American College of Rheumatology, 2020). Penyakit *osteoarthritis* merupakan salah satu penyakit yang menyebabkan kegagalan fungsi dari kualitas hidup manusia di dunia seperti terhambatnya ruang gerak penderita.

Untuk prevalensi *osteoarthritis* di Indonesia sendiri diperkirakan mencapai 24,7% dari jumlah total penduduk, tertinggi pada Provinsi Aceh 13,26%, diikuti Bengkulu 12,1%, serta Provinsi Bali 10,46%. Sedangkan *osteoarthritis* di Jawa Timur sebanyak 6,72%, tertinggi pada Kabupaten Lamongan 11,14%, kemudian Kabupaten Sampang (Risksdas, 2018).

Menurut survei awal yang dilakukan peneliti di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan pada tanggal 20 Desember 2022, terdapat 70 lansia yang aktif mengikuti posyandu, dengan 45 (26%) lansia berusia 50-65 tahun, sedangkan 25 (36%) lainnya berusia dibawah 50 tahun. Dan dari hasil wawancara didapatkan bahwa sebanyak 31 orang mengalami nyeri sendi.

Osteoarthritis merupakan penyakit multifactorial yang disebabkan oleh berbagai faktor. Faktor risiko seperti usia yang mana menjadi faktor paling umum untuk terjadinya penyakit sendi, karena prevalensi dan beratnya *osteoarthritis* semakin meningkat dengan bertambahnya usia. Kemudian obesitas atau kegemukan merupakan kondisi yang dapat meningkatkan tekanan mekanik pada sendi menahan beban tubuh, sehingga dapat menyebabkan *osteoarthritis*,

kerusakan sendi, penyakit genetik pada tulang rawan articular dan tekanan berlebihan pada persendian yang dapat disebabkan oleh olahraga (Tika & Aryana, 2018).

Upaya untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita osteoarthritis memerlukan penatalaksanaan nyeri secara farmakologis dan non farmakologis. Perawatan farmakologi melibatkan pemberian obat antiinflamasi nonsteroid NSAID. Namun, efek samping pengobatan farmakologi ini dapat merusak fungsi saluran pencernaan, ginjal dan hati dalam jangka panjang. Sedangkan terapi non farmakologi diperlukan untuk meredakan nyeri ringan hingga sedang, pengobatan non farmakologi dapat mencakup latihan pernapasan diafragma, Teknik relaksasi progresif, meditasi, hidroterapi, dan relaksasi nafas dalam (Smeltzer, 2012).

Salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan oleh penderita OA untuk menurunkan skala nyeri yaitu contrast bath dan range of motion. Contrast bath atau perendaman air hangat dingin ini dapat meningkatkan sirkulasi pada pembuluh darah yang akan berpengaruh terhadap kelancaran suplai oksigen pada sel.

Range Of Motion (ROM) merupakan latihan yang digunakan untuk mempertahankan atau memperbaiki tingkat kesempurnaan kemampuan untuk menggerakkan persendian secara normal dan lengkap untuk meningkatkan massa otot dan tonus otot (Olivia, Mahdalena & Rahmawati 2017). Adapun

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, terdapat ketertarikan dari penulis untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Kombinasi *Contrast Bath* dan *Range Of Motion* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita *Osteoarthritis* di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan”.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *Pre-Eksperimental One-Group-Pre-Post-Test*, populasi dalam penelitian ini adalah warga Desa Kaligerman yang mengalami *osteoarthritis*. Variabel yang diteliti adalah penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi *contrast bath* dan *range of motion*. Responden sebanyak 31 orang dipilih menggunakan teknik *consecutive sampling* dengan menerapkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi, SOP *contrast bath* dan *range of motion*. Sebelum intervensi, responden diobservasi skala nyeri kemudian diberikan intervensi *contrast bath* dan *range of motion* setelah diberikan intervensi, kemudian diobservasi skala nyeri pada hari yang sama. Teknik analisis data menggunakan uji normalitas dengan pengujian hipotesis uji *Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

1) Distribusi Karakteristik Penderita Osteoarthritis Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, lama sakit, obat pada Penderita

Osteoarthritis Di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Penderita Osteoarthritis di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan

karakteristik		Jumlah	Presentase (%)
Usia(tahun)	40-50	11	35.5
	50-60	8	25.8
	60-70	12	38.7
Total		31	100
Jenis	Laki-laki	10	32.3
	Kelamin perempuan	21	67.7
Total		31	100
Pekerjaan	Petani	10	32.3
	Wiraswasta	4	12.9
	IRT	14	45.2
	PNS	1	3.2
	Tidak Bekerja	2	6.5
	Total	31	100
Lama Menderita	<1tahun	24	77.4
	1-3tahun	7	22.6
Total		31	100
Obat	Ya	7	22.6
	Tidak	24	77.4
	Total	31	100

Berdasarkan karakteristik usia, menunjukkan bahwa dari 31 penderita osteoarthritis di Desa Kaligerman hampir sebagian besar berusia 60-70 tahun (38.7%) kemudian berdasarkan karakteristik jenis kelamin, menunjukkan bahwa penderita osteoarthritis di Desa Kaligerman sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (67.7%). Selanjutnya berdasarkan karakteristik pekerjaan, menunjukkan bahwa penderita osteoarthritis di Desa Kaligerman hampir sebagian menjadi ibu rumah tangga sebanyak 14 (45.2%), untuk karakteristik lama sakit penderita osteoarthritis di Desa Kaligerman sebagian besar 24 (77.4%) mengalami nyeri lutut kurang dari 1 tahun dan berdasarkan obat anti nyeri penderita osteoarthritis sebagian besar 24 (77.4%) tidak mengkonsumsi obat anti nyeri dan sebagian kecil 7 (22.6%) mengkonsumsi obat anti nyeri.

2) Megidentifikasi Skala Nyeri sebelum dilakukan Contrast Bath dan Range Of Motin pada Penderita Osteoarthritis di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan

Skala Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
-------------	-----------	----------------

Tidak Nyeri	0 orang	0 %
Nyeri Ringan	7 orang	22.60%
Nyeri Sedang	22 orang	71.00%
Nyeri Berat Terkontrol	2 orang	6.50%
Nyeri Berat Tidak Terkontrol	0 orang	0%
Mean		4.03%

Berdasarkan tabel 2 Distribusi frekuensi sebagian besar atau 22 (71.00%) mengalami nyeri sedang.

3) Mengidentifikasi Skala Nyeri sesudah dilakukan Contrast Bath dan Range Of Motion pada Penderita Osteoarthritis di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan

Tabel 3. Distribusi frekuensi Skala Nyeri Sesudah dilakukan Contrast Bath dan Range Of Motion di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Skala Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Nyeri	6 orang	19.4%
Nyeri Ringan	21 orang	67.7%
Nyeri Sedang	4 orang	12.9%
Nyeri Berat Terkontrol	0 orang	0%
Nyeri Berat Tidak Terkontrol	0 orang	0%
Mean		4.03%

Berdasarkan tabel 3 Distribusi frekuensi sebagian besar atau 21 (67.7%) mengalami nyeri ringan

4) Mengidentifikasi Pengaruh Kombinasi Contrast Bath dan Range Of Motion terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Penderita Osteoarthritis di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Tabel 4. Menganalisis pengaruh kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* terhadap penurunan skala nyeri pada penderita osteoarthritis di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Skala Nyeri	N	Mean	Min	Max	St. Deviation
Pre Test	31	4.03	1	7	1.76
Post Test	31	2.65	0	6	1.53
Uji Wilcoxon			P =		0.001

Berdasarkan tabel 4.4 setelah dilakukan uji normalitas, didapatkan hasil $p = 0,000$ dengan taraf signifikan $>0,05$ maka dapat dikatakan bahwa distribusi data tidak normal. Dengan demikian untuk menguji hipotesis, menggunakan Uji *Wilcoxon*.

Hasil perhitungan dengan program *SPSS windows versi 22* dengan uji statistik *Wilcoxon* yang dilakukan peneliti didapatkan hasil nilai skala nyeri signifikan 0.001 dimana ($p < 0,05$) artinya H_1 diterima. Maka dapat

diartikan terdapat pengaruh yang signifikan antara *contrast bath* dan *range of moertion* terhadap penurunan skala nyeri pada penderita osteoarthritis di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

PEMBAHASAN

1) Identifikasi Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Kombinasi Contrast Bath dan Range Of Motion pada Penderita Osteoarthritis di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata skala nyeri penderita *osteoarthritis* sebelum dilakukan kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* adalah 4.03, dimana sebagian besar penderita osteoarthritis mengalami nyeri sedang yaitu terdapat 71.00% penderita.

Pasien yang berusia 55-74 tahun atau lanjut usia dan lansia tua lebih rentan mengalami penyakit *osteoarthritis* karena lansia secara fisiologi terjadi kemunduran fungsi organ dalam tubuh dan juga hilangnya tulang rawan sendi sering ditemukan pada orang yang sudah berumur (Mahendra, Rahmawati & Adi, 2020).

Menurut Adani, Hadipoetro (2019) pekerjaan seseorang yang banyak menggunakan kekuatan bertumpu pada lutut dan pinggang, yang pada iburumah tangga biasanya sering ditemukan karena aktivitas keseharian yang berat secara

menerus. Kemudian pada perempuan yang memasuki masa menopause akan mengalami penurunan hormon terutama estrogen dan fungsi fisiologi tubuh lainnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti berpendapat bahwa banyaknya penderita yang mengalami nyeri sedang di karenakan usia yang semakin bertambah menyebabkan kerusakan pada sendi serta peradangan pada tulang karena gesekan antara sendi dan tulang yang berulang. Kejadian osteoarthritis lebih besar terjadi pada perempuan yang pekerjaannya sebagai ibu rumah tangga.

2) Identifikasi Skala Nyeri Sesudah Dilakukan Kombinasi Contrast Bath dan Range Of Motion pada Penderita Osteoarthritis di Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Lamongan

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa nilai rata-rata skala nyeri penderita osteoarthritis sesudah dilakukan *contrast bath* dan *range of motion* adalah 2.65%. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya penurunan nilai skala nyeri setelah dilakukan kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* pada penderita osteoarthritis di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Hal ini sesuai dengan teori Silsilia *et al.*, (2021) pemberian terapi *contrast bath* dapat mengurangi rasa nyeri sendi yang signifikan. Suhu dan tekanan yang

terjadi saat *contrast bath* diberikan dapat memblokir nosiseptor, hal ini memiliki dampak positif pada tubuh, khususnya mekanisme spinal segmental yang akhirnya bisa mengurangi nyeri yang dirasakan di area yang sakit (Mooventhan dan Nivethitha, 2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti berpendapat bahwa setelah dilakukan kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* dapat mengurangi rasa nyeri sendi pada penderita *osteoarthritis*. Hal tersebut dikarenakan kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* mempunyai manfaat yang sama yaitu dapat meningkatkan sirkulasi darah yang bisa meningkatkan produksi oksigen.

3) Pengaruh Kombinasi Contrast Bath dan Range Of Motion pada Penderita Osteoarthritis di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penurunan skala nyeri di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan sebelum dan setelah pemberian kombinasi *contrast bath* dan *range of motion*. Hal ini dibuktikan dengan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* memiliki selisih rata-rata 1,28.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sharma et al (2017) yang menyatakan bahwa terapi *contrast bath* merupakan *hydroteraphy* kombinasi air hangat dan dingin secara bergantian selama 3 menit dalam air hangat dan 1 menit dalam air dingin dengan tujuan untuk mengurangi rasa nyeri dan pemulihan kondisi fisik setelah cedera.

Range of motion yaitu metode non farmakologi yang dapat menurunkan skala nyeri, yang mana *range of motion* merupakan latihan yang digunakan untuk mempertahankan atau memperbaiki tingkat kesempurnaan kemampuan untuk menggerakkan persendian secara normal dan lengkap dan juga untuk meningkatkan massa otot dan tonus (Olivia, Mahdalena Dan Rahmawati, 2017).

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa penyebab penurunan skala nyeri dikarenakan pemberian metode terapi non farmakologi yaitu kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* secara teratur dapat menurunkan skala nyeri pada penderita *osteoarthritis* di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan. Hal tersebut sesuai dengan perbedaan nilai skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan intervensi kombinasi *contrast bath* dan *range of motion*. Pemberian intervensi kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* memberikan pengaruh terhadap penurunan skala nyeri. Hal ini sesuai dengan hasil analisis Uji *Wilcoxon* didapatkan nilai $p = 0.001$.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hampir sebagian besar penderita *osteoarthritis* yang mengalami nyeri sendi di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan sebelum dilakukan terapi kombinasi *Contrast Bath* dan *Range Of Motion* mengalami nyeri sedang.
2. Hampir sebagian besar penderita *osteoarthritis* yang mengalami nyeri sendi di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan setelah dilakukan terapi kombinasi *Contrast Bath* dan *Range Of Motion* mengalami nyeri ringan.
3. Terdapat pengaruh signifikan pemberian kombinasi *contrast bath* dan *range of motion* terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *osteoarthritis* di Desa Kaligerman Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan

REFERENSI

- Adani, A.F., Hadipoetra, F. and Triturawati, E. (2019) 'Gambaran Faktor Resiko Pasien Osteoarthritis Genu di Pelayanan Rehabilitasi Medik RSIJ Pondok Kopi Januari-Desember 2019', *Jurnal UMJ* [Preprint].
- Mahendra, Nanda Yusri Rizal, Isnaini Rahmawati, and Galih Setia Adi. 2020. "Pengaruh Pemberian Terapi Wudhu Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Osteoarthritis Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Sibel Kota Surakarta." 63: 1-15.
- Mooventhana, A., & Nivethitha, L. (2014). Scientific evidence-based effects of hydrotherapy
- Olivia, Mahdalena, Rahmawati. (2017). Pengaruh latihan Range Of Motion aktif-asertif (spherical grip) terhadap peningkatan kekuatan otot ekstermitas atas pada pasien stroke. *Dinamika Kesehatan*, Vol. 8 No. 1, Juli 20
- RISKESDAS. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI. Hal:88
- Sharma, D., Kumar. And Yadaf, N. (2017). 'Dan Dingin Di Mandi Kontras Pada Perbaikan Klinis Di Plantar Fascitis', 3(2),pp. 146-149.
- Silsilia, A., Dua Wida, W., Mukin, F. A., Dikson, M., Ilmu-Ilmu, F., Universitas, K., & Nipa, N. (2021). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan Pengaruh Contrast Bath Therapy dan Rheumatic Exercise Terhadap Perubahan Nyeri dan Rentang Gerak pada Lansia Penderita Osteoarthritis*. 7(4). doi: 10.5281/zenodo.5174732.
- Smeltzer, C, S., & Bare, G, B. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth* (8th ed.). Jakarta: EGC.
- Tika &, A. (2018). Hubungan antara tingkat nyeri berdasarkan

Numeric Rating Scale Dengan intensitas osteoarthritis secara radiologi menurut Kallgren-Lawrence Grading System Pada Penderita osteoarthritis lutut di Rumah Sakit sanglah. E-JurnalMedika,. Vol : 7, 1-