



Efektifitas Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Suhu Tubuh Pada Anak Demam Usia 3-5 Tahun di Klinik Pratama Rawat Inap Wijaya Husada Malang

Wulandari¹, Nila Widya Keswara²

Effectiveness of Giving Warm Compresses to Decrease Body Temperature in Children Fever Aged 3-5 Years at Pratama Wijaya Husada Inpatient Clinic

¹wulandari2395@gmail.com

²nilakeswara35@itsk-soepraoen.ac.id

Abstrak

Demam adalah kondisi yang terjadi ketika suhu tubuh meningkat melebihi batas normal sebagai respons terhadap infeksi atau peradangan. WHO (2020) menyatakan bahwa anak dikatakan demam apabila suhu tubuh mencapai $\geq 38^{\circ}\text{C}$, diukur secara oral, aksila, atau rektal. Keadaan ini sering menjadi perhatian orang tua karena dapat mengganggu kenyamanan dan aktivitas anak. Anak usia prasekolah (3–5 tahun) lebih mudah mengalami demam karena sistem imunnya masih berkembang. Penanganan dapat dilakukan dengan terapi farmakologis maupun intervensi non-farmakologis. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang direkomendasikan adalah kompres hangat, yang memfasilitasi perpindahan panas melalui vasodilatasi perifer (Nursalam, 2019). Sejumlah studi membuktikan bahwa kompres hangat efektif menurunkan suhu tubuh anak. Yulianti dan Astuti (2020) menemukan penurunan suhu yang signifikan setelah 15–30 menit pemberian kompres. Metode ini aman, mudah dilakukan, dan dapat diterapkan baik di rumah maupun di pelayanan kesehatan. Namun, penggunaan kompres hangat belum menjadi standar praktik di fasilitas primer seperti klinik pratama. Oleh sebab itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji efektivitas kompres hangat dalam menurunkan suhu tubuh pada anak usia 3–5 tahun yang mengalami demam di Klinik Pratama Rawat Inap Wijaya Husada.

Kata Kunci: Kompres Hangat, Demam, Suhu Tubuh, Anak Usia Prasekolah, Penatalaksanaan Non-Farmakologis

Abstract

Fever is a physiological condition characterized by an increase in body temperature above the normal range, usually as a response to infection or inflammation. According to the World Health Organization (WHO, 2020), a child is considered to have a fever if the body temperature reaches $\geq 38^{\circ}\text{C}$, measured orally, axillary, or rectally. This condition often becomes a concern for parents because it can disrupt a child's comfort and daily activities. Preschool-aged children (3–5 years) are more prone to fever due to the immaturity of their immune systems. Fever management can be carried out through pharmacological treatments or non-pharmacological interventions. One of the recommended non-pharmacological approaches is the application of warm compresses, which help lower body temperature by facilitating heat transfer through peripheral vasodilation (Nursalam, 2019). Several studies have shown the effectiveness of warm compresses in reducing body temperature in children. For instance, research by Yulianti and Astuti (2020) demonstrated a significant decrease in body temperature after 15–30 minutes of warm compress application. This method is considered safe, simple, and applicable both at home and in healthcare settings. However, the use of warm compresses is not yet a standard procedure in primary healthcare facilities, such as community or primary clinics. Therefore, this study aims to evaluate the effectiveness of warm compress therapy in reducing body temperature among children aged 3–5 years who experience fever at the Wijaya Husada Inpatient Clinic.

Keywords: Warm Compress, Fever, Body Temperature, Preschool-Aged Children, Non-Pharmacological Management

¹ ITSK RS dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya Malang

Pendahuluan

Demam merupakan respons alami tubuh yang terjadi saat suhu meningkat melebihi batas normal, sebagai bentuk pertahanan terhadap infeksi atau peradangan. Menurut *World Health Organization* (2020), anak dinyatakan demam jika suhu tubuhnya mencapai atau melebihi 38°C, diukur melalui termometer oral, aksila, atau rektal. Kondisi ini sering menimbulkan kekhawatiran pada orang tua karena dapat mengganggu kenyamanan dan aktivitas sehari-hari anak.

Kelompok usia 3 hingga 5 tahun termasuk dalam kategori rentan mengalami demam, mengingat sistem kekebalan tubuh mereka masih dalam tahap perkembangannya. Penanganan demam dapat dilakukan dengan cara farmakologis, seperti pemberian antipiretik, maupun non-farmakologis. Salah satu intervensi non-farmakologis yang disarankan adalah kompres hangat, yang bekerja dengan meningkatkan vasodilatasi pembuluh darah tepi sehingga membantu pelepasan panas dari tubuh ke lingkungan (Nursalam, 2019).

Beberapa hasil penelitian mendukung efektivitas kompres hangat dalam menurunkan suhu tubuh anak. Yulianti dan Astuti (2020) melaporkan bahwa anak yang diberikan kompres hangat mengalami penurunan suhu secara signifikan dalam waktu 15 hingga 30 menit setelah intervensi. Teknik ini juga tergolong mudah, aman, dan dapat dilakukan baik di rumah maupun di fasilitas pelayanan kesehatan.

Meskipun demikian, metode ini belum secara luas diterapkan dalam praktik klinik, khususnya di fasilitas kesehatan tingkat pertama seperti klinik pratama. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut guna menguji efektivitas kompres hangat dalam menurunkan suhu tubuh anak, terutama pada kelompok usia prasekolah.

Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas intervensi kompres hangat terhadap penurunan suhu tubuh pada anak usia 3–5 tahun yang mengalami demam di Klinik Pratama Rawat Inap Wijaya Husada.

Metode

Rancangan/Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Desain ini memungkinkan peneliti untuk membandingkan suhu tubuh sebelum dan sesudah perlakuan berupa pemberian kompres hangat, tanpa kelompok kontrol di Klinik Rawat Inap Wijaya Husada pada bulan Maret-Juni 2025. Di Kota Malang Jawa Timur.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 3-5 tahun yang mengalami demam dan menjalani perawatan di Klinik Pratama Rawat Inap Wijaya Husada. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan jumlah responden sebanyak 20 anak yang memenuhi kriteria inklusi.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Standar Operasional Prosedur (SOP) *hypnobreastfeeding*. *Hypnobreastfeeding* dilaksanakan $\pm 5-10$ menit dan dilakukan 2x dengan bimbingan. Instrumen pengukuran produksi ASI pada ibu nifas (kelompok intervensi dan kontrol) menggunakan lembar observasi yang dilihat dari bayi dengan 6 indikator. Kemudian hasilnya dibandingkan dan ditentukan perbedaannya. Kriteria inklusi: anak usia 3–5 tahun dengan suhu tubuh $\geq 38^\circ\text{C}$, tidak sedang menggunakan antipiretik, dan orang tua bersedia menandatangani *informed consent*, kriteria eksklusi: anak dengan riwayat kejang demam, infeksi akut berat, atau kontraindikasi terhadap kompres hangat.

Teknik Pengumpulan Data

Peneliti membuka kegiatan dan sebelumnya memberikan informasi kepada orangtua responden dan melakukan pendekatan kepada orang tua responden untuk menjelaskan maksud dan tujuan penelitian serta meminta persetujuan (*informed consent*). Suhu tubuh anak diukur menggunakan termometer digital sebelum dilakukan kompres (pretest), Kompres

hangat diberikan selama ± 15 menit pada bagian dahi dan ketiak menggunakan handuk kecil yang direndam dalam air hangat (suhu $40-42^{\circ}\text{C}$). Setelah 15 menit, suhu tubuh kembali diukur (*posttest*). Hasil pengukuran dicatat pada lembar observasi.

Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis melalui dua tahap, yaitu univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengetahui nilai rata-rata dan selisih suhu tubuh sebelum dan sesudah perlakuan. Sementara itu, analisis bivariat dilakukan menggunakan uji t berpasangan (*paired sample t-test*) guna mengidentifikasi perbedaan yang signifikan antara dua pengukuran tersebut. Proses analisis ini dilaksanakan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi terbaru, dengan tingkat kemaknaan ditetapkan pada $< 0,05$.

Ethical Clearance

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan, sebagaimana tertuang dalam surat dengan nomor: No.EC/KEPK/749/I/2025. Seluruh partisipan telah memberikan persetujuan tertulis sebelum data dikumpulkan. Privasi responden dijaga dengan ketat, dan mereka memiliki hak untuk menarik diri dari penelitian kapanpun tanpa mempengaruhi pelayanan kesehatan yang diterima.

Hasil dan Pembahasan

Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Suhu Tubuh Pada Anak Demam Usia 3–5 Tahun di Klinik Pratama Rawat Inap Wijaya Husada

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Suhu sebelum	39.02	20	.671	.150
	Suhu sesudah	37.99	20	.752	.168

Sebanyak 20 anak usia 3-5 tahun menjadi partisipan dalam penelitian ini. Dari hasil uji statistik menggunakan SPSS, diketahui bahwa rata-rata suhu tubuh sebelum diberikan kompres hangat adalah $39,02^{\circ}\text{C}$, sedangkan setelah intervensi turun menjadi $37,99^{\circ}\text{C}$. penurunan rata-rata mencapai $1,03^{\circ}\text{C}$. Uji t berpasangan menunjukkan nilai t hitung sebesar 10,113 dan nilai signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan

signifikan. Rata-rata suhu tubuh sebelum kompres adalah $39,02^{\circ}\text{C}$, setelah diberikan kompres hangat, suhu turun menjadi $37,99^{\circ}\text{C}$. Ini menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami penurunan suhu.

Hasil ini menunjukkan bahwa kompres hangat secara statistik efektif dalam menurunkan suhu tubuh anak demam usia 3-5 tahun.

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Suhu sebelum	39.02	20	.671	.150
	Suhu sesudah	37.99	20	.752	.168

Nilai korelasi $r = 0,801$ menunjukkan hubungan yang kuat antara suhu sebelum dan

sesudah. Signifikansi $p = 0,000$ berarti hubungan ini bermakna secara statistik $p < 0,05$.

Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi kompres hangat dapat menurunkan suhu tubuh anak secara signifikan. Penurunan suhu sebesar 1,03°C pasca intervensi membuktikan efektivitas metode ini secara klinis. Hal ini dibuktikan pula melalui hasil analisis uji t berpasangan yang memberikan nilai $p = 0,000$.

Kompres hangat bekerja dengan memperlebar pembuluh darah (vasodilatasi), yang mempercepat pengeluaran panas dari tubuh melalui permukaan kulit (Nursalam, 2019). Studi oleh Yulianti dan Astuti (2020) mendukung hasil ini, di mana suhu tubuh anak menurun secara nyata setelah kompres selama 15–30 menit. Dewi (2021) juga menyatakan bahwa efektivitasnya setara dengan antipiretik ringan.

Metode ini dinilai aman dan praktis karena tidak memerlukan alat atau bahan khusus dan bisa dilakukan di rumah. WHO (2020) juga menyarankan pendekatan fisik seperti ini sebagai tindakan awal dalam penanganan demam anak, terutama di tempat dengan keterbatasan akses obat.

Secara fisiologis, kompres hangat mempercepat pelepasan panas melalui mekanisme konduksi dan evaporasi. Ketika diaplikasikan pada bagian tubuh seperti dahi atau ketiak, panas tubuh akan berpindah ke kompres sehingga suhu tubuh menurun (Soetjiningsih, 2018).

Oleh karena itu, kompres hangat layak dijadikan intervensi awal yang efektif dan aman dalam manajemen demam anak di fasilitas kesehatan tingkat dasar.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat secara signifikan menurunkan suhu tubuh pada anak usia 3–5 tahun yang mengalami demam. Rata-rata penurunan suhu sebesar 1,03°C, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), membuktikan bahwa kompres hangat merupakan intervensi non-farmakologis yang efektif.

Saran

Sebagai petugas di fasilitas pelayanan primer kompres hangat dapat dipergunakan sebagai alternatif awal penanganan demam ringan pada anak sebelum pemberian antipiretik serta diharapkan orangtua dapat memahami teknik kompres hangat agar dapat dilakukan di rumah secara aman.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah mendukung dan membantu penelitian.

Daftar Pustaka

- World Health Organization. *Pocket Book of Hospital Care for Children: Guidelines for the Management of Common Illnesses*. Geneva: WHO; 2020.
- Nursalam, *Manajemen Keperawatan: Aplikasi Dalam Praktik Profesional*. Jakarta: Salemba Medika; 2019.
- Yulianti R, Astuti M. *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Suhu Tubuh Pada Balita Demam*. Jurnal Keperawatan Terapan. 2020;6(1):11–18.
- Dewi L. *Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Suhu Tubuh Anak*. Jurnal Kesehatan Anak. 2021;10(2):45–52.
- Soetjiningsih. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC; 2018.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Teknis Penatalaksanaan Demam Pada Anak*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan; 2019.
- Mubarak WI, Chayatin N. *Ilmu Keperawatan Anak*. Jakarta: Salemba Medika; 2016.
- Supartini Y. *Konsep Dasar Keperawatan Anak*. Jakarta: Salemba Medika; 2018.