

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN KOMPRES HANGAT WARM WATER ZACK
DAN RELAKSASI NAPAS DALAM PADA Ny.S DAN Ny.N DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI KRONIS AKIBAT *CHRONIC KIDNEY DISEASE*
DI RUANG DIPONEGORO RSUD ARJAWINANGUN
KABUPATEN CIREBON**



Oleh:

SHIFA ALYA SAPUTRI

NIM. P20620223043

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
CIREBON 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI KEPERAWATAN KOMPRES HANGAT WARM WATER ZACK DAN RELAKSASI NAPAS DALAM PADA Ny.S DAN Ny.N DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI KRONIS AKIBAT *CHRONIC KIDNEY DISEASE* DI RUANG DIPONEGORO RSUD ARJAWINANGUN KABUPATEN CIREBON

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan
Cirebon



Oleh :
SHIFA ALYA SAPUTRI
NIM. P20620223043

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
CIREBON 2026**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN CIREBON**

Karya Tulis Ilmiah, 13 Mei 2026

**Implementasi Kompres Hangat *Warm Water Zack* (WWZ) Dan Relaksasi
Napas Dalam Pada Ny.S Dan Ny. N Dengan Masalah Keperawatan Nyeri
Kronis Akibat *Chronic Kidney Disease* (CKD) Di ruang Diponegoro RSUD**

Arjawinangun Kabupaten Cirebon

Shifa Alya Saputri¹.Edi Ruhmadi².Agus Nurdin³

ABSTRAK

Latar Belakang: *Chronic Kidney Disease* (CKD) merupakan kondisi penurunan fungsi ginjal yang bersifat *progresif* dan *irreversibel* sehingga ginjal tidak mampu mempertahankan metabolisme tubuh, cairan, dan elektrolit secara optimal. Pasien CKD yang menjalani hemodialisis sering mengalami keluhan nyeri kepala dan nyeri tengkuk akibat hipertensi, gangguan sirkulasi darah, serta akumulasi toksin uremik. Penatalaksanaan nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk membantu menurunkan nyeri yaitu kompres hangat *Warm Water Zack* (WWZ) dan teknik relaksasi napas dalam. **Tujuan:** Melakukan implementasi kompres hangat WWZ di tengkuk dan teknik relaksasi napas dalam pada pasien CKD dengan masalah keperawatan nyeri kronis. **Metode:** Desain karya tulis ilmiah ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data diperoleh melalui observasi dan wawancara terhadap dua pasien CKD yang diberikan kompres hangat WWZ dan teknik relaksasi napas dalam selama 15 menit, dua kali sehari selama 5 hari. **Hasil:** Pada pasien 1, skala nyeri mengalami penurunan bertahap dari skala 7 (berat) pada hari pertama menjadi skala 2 (ringan) pada hari kelima. Pada pasien 2, skala nyeri menurun dari skala 6 (sedang) menjadi skala 1 (ringan) pada hari kelima. Kedua pasien menunjukkan peningkatan kenyamanan dan relaksasi setelah dilakukan implementasi. **Kesimpulan:** Implementasi kompres hangat WWZ di tengkuk dan teknik relaksasi napas dalam efektif dalam membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD). **Saran:** Kompres hangat WWZ dan teknik relaksasi napas dalam dapat diterapkan secara mandiri sebagai terapi nonfarmakologis untuk membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien CKD.

Kata Kunci: *Chronic Kidney Disease*, kompres hangat WWZ
relaksasi napas dalam, Skala nyeri

¹Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Cirebon

^{2,3}Dosen Program Studi DIII Keperawatan Cirebon

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
HEALTH POLYTECHNIC OF TASIKMALAYA
DIPLOMA III NURSING PROGRAM CIREBON
Scientific Paper, 13 May 2026

**Implementation Of Warm Water Zack (WWZ) Warm Compress And
Deep Breathing Relaxation On Ny. S And Ny. N With Nursing Problems of
Chronic Pain Due To Chronic Kidney Disease In The Diponegoro Ward
Arjawinangun Regional Hospital, Cirebon Regency**

Shifa Alya Saputri¹.Edi Ruhmadi².Agus Nurdin³

ABSTRACT

Background: Chronic Kidney Disease (CKD) is a progressive and irreversible decline in kidney function that may cause patients to experience chronic pain, including headaches and neck pain. These complaints are commonly associated with hypertension, impaired blood circulation, and the accumulation of uremic toxins. Non-pharmacological interventions such as Warm Water Zack (WWZ) warm compresses and deep breathing relaxation techniques can be used to help reduce pain intensity. **Objective:** To implement WWZ warm compresses on the neck combined with deep breathing relaxation techniques in CKD patients with chronic pain nursing problems. **Methods:** This scientific paper used a qualitative case study approach. Data were collected through observation and interviews with two CKD patients who received WWZ warm compress therapy and deep breathing relaxation techniques for 15 minutes, twice daily, over five consecutive days. **Results:** Patient 1 experienced a gradual decrease in pain scale from 7 (severe pain) on the first day to 2 (mild pain) on the fifth day. Patient 2 showed a reduction in pain scale from 6 (moderate pain) to 1 (mild pain). Both patients also demonstrated improved comfort and relaxation after the interventions. **Conclusion:** The implementation of WWZ warm compresses on the neck and deep breathing relaxation techniques was effective in reducing pain intensity in patients with Chronic Kidney Disease (CKD).

Keywords: Chronic Kidney Disease, Warm Compress WWZ
Deep Breathing Relaxation, Pain Scale

¹Students Of DIII Nursing Study Program In Cirebon

^{2,3}Lectures of DIII Nursing Study Program in Cirebon

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Implementasi Keperawatan Kompres Hangat *Warm Water Zack* Dan Relaksasi Napas Dalam Pada Ny.S Dan Ny.N Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Kronis Akibat *Chronic Kidney Disease* Di Ruang Diponegoro RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon". Karya Tulis Ilmiah ini disusun guna memenuhi salah satu syarat tugas akhir untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan di kampus Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Program Studi Keperawatan Cirebon.

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari dukungan beberapa pihak yang telah memberikan bimbingan, dukungan beserta doa. Oleh karena itu, penulis mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak Eyet Hidayat, SPd, SKp, Mkep, Ns, Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Bapak Edi Ruhmadi, S.Kep, Ns., M.Kes selaku dosen Pembimbing Utama yang memberikan bimbingan, arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. Bapak Agus Nurdin, S.Kp, M.Kep selaku dosen Pembimbing Pendamping atas masukan dan saran dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.
6. Bapak Syarif Zen Yahya, S.Kp, M.Kep. selaku Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan motivasi dalam menuntut ilmu.
7. Seluruh dosen dan staff Pendidik Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.

8. Dengan penuh rasa syukur dan dari hati yang paling dalam penulis mengucapkan terima kasih kepada Kedua orang tua tercinta, Ayah Juwari dan Mamah Ria Rodhiyah, yang senantiasa menjadi penyemangat dalam setiap langkah penulis. Terima kasih atas perjuangan tanpa lelah, doa tulus yang tak pernah terputus, motivasi, serta dukungan yang selalu diberikan sehingga penulis dapat berada pada titik ini. Semoga Ayah dan Mamah senantiasa diberikan kesehatan dan umur panjang agar dapat terus menyertai setiap pencapaian penulis.
9. Adikku tersayang Afan dan Uwi beserta seluruh keluarga yang memberikan dukungan dan doa dalam perjalanan penulis.
10. Anak perempuan pertama, Shifa Alya Saputri. Apresiasi untuk diri sendiri, terima kasih telah berjuang dan bertahan sejauh ini. Untuk setiap malam dengan kekhawatiran, namun tetap bisa dilalui. Penulis berharap agar langkah-langkah selanjutnya dapat diperkuat, serta segala harapan satu persatu akan terjawab. Aamiin Allahumma Aamiin.
11. Pemilik NIM. P20620223043, Seseorang yang telah kebersamai penulis dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah, Terima kasih atas motivasi, waktu dan perhatian serta dukungan yang telah diberikan, juga kesediaan untuk mendengarkan setiap keluh kesah sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
12. Teman-teman seperjuangan angkatan 2023 Amygdala, yang telah bersamasama dan memberikan dukungan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan dan saram yang membangun demi penyempurnaan yang akan datang.

Cirebon, 03 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.Latar Belakang.....	1
B.Rumusan Masalah	7
C.Tujuan	7
D.Manfaat Penelitian.....	8
E.Keaslian Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A.Konsep Chronic Kidney Disease (CKD)	11
B.Konsep Dasar Nyeri Kronis	33
C.Konsep Kompres Hangat Warm Water Zack.....	38
D.Konsep Dasar Teknik Relaksasi Napas Dalam	42
E.Kerangka Teori.....	45
F.Kerangka Konsep	46
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	47
A.Jenis Dan Desain Karya Tulis Ilmiah.....	47
B.Populasi Dan Sampel Karya Tulis Ilmiah	47
C.Definisi Operasional	48
D.Metode Dan Teknik Pengumpulan Data.....	50
E.Lokasi Dan Waktu.....	51
F.Aspek - Aspek yang Diteliti	51
G.Instrumen Dan Bahan Penelitian.....	52
H.Analisis Data.....	52
I.Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	53
J.Manajemen Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	55
K.Etika Penelitian	56
BAB IV HASIL PENELITIAN KTI DAN PEMBAHASAN	58
A.Hasil Karya Tulis Ilmiah.....	58
B.Pembahasan.....	69
C.Keterbatasan Karya Tulis Ilmiah.....	73
D.Implikasi Untuk Keperawatan	74

BAB V PENUTUP	76
A.Kesimpulan.....	76
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN - LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2. 1 Kategori CKD.....	23
Tabel 2. 2 Kategori CKD Berdasarkan Albumine.....	23
Tabel 2. 3 Standar Operasional Prosedur WWZ	42
Tabel 2. 4 Standar Operasional Prosedur Relaksasi Napas Dalam	45
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	51
Tabel 3. 2 Jadwal Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	54
Tabel 4.1 Gambaran Umum Responden I dan II.....	62
Tabel 4. 2 Hasil Implementasi Responden I (Ny. S).....	63
Tabel 4. 3 Hasil Implementasi Responden II (Ny. N).....	67
Tabel 4. 4 Analisis Hasil Implementasi Responden I dan Responden II	71

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
Bagan 2. 1 Pathway CKD.....	22
Bagan 2. 2 Kerangka Teori.....	48
Bagan 2. 3 Kerangka Konsep	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2. 1 Anatomi Fisiologi Ginjal.....	12
Gambar 2. 2 Skala Nyeri NRS	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

- LAMPIRAN 1 LEMBAR PENJELASAN SEBELUM TINDAKAN KOMPRES HANGAT WWZ DAN RELAKSASI NAPAS DALAM RESPONDEN 1
- LAMPIRAN 2 LEMBAR PENJELASAN SEBELUM TINDAKAN KOMPRES HANGAT WWZ DAN RELAKSASI NAPAS DALAM RESPONDEN 2
- LAMPIRAN 3 INFORMED CONSENT RESPONDEN 1
- LAMPIRAN 4 INFORMED CONSENT RESPONDEN 2
- LAMPIRAN 5 LEMBAR OBSERVASI RESPONDEN 1
- LAMPIRAN 6 LEMBAR OBSERVASI RESPONDEN 2
- LAMPIRAN 7 LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN PROPOSAL KTI
- LAMPIRAN 8 REKOMENDASI PERBAIKAN HASIL UJIAN PROPOSAL
- LAMPIRAN 9 LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI
- LAMPIRAN 10 LEMBAR REKOMENDASI HASIL UJIAN KTI
- LAMPIRAN 11 LEMBAR HASIL UJI TURNITIN