

PENERAPAN *WATER TEPID SPONGE* TERHADAP PENURUNAN SUHU TUBUH PADA ANAK DENGAN FEBRIS DI RUANG LILY RS SOERADJI TIRTONEGORO KLATEN

Alviah Damayanti^{1*}, Setianingsih²

^{1,2}Fakultas Kesehatan dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

*Email: alviahdamayanti.da@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Demam (febris) merupakan kondisi yang sering dialami anak-anak dan berpotensi menimbulkan komplikasi serius seperti kejang apabila tidak segera ditangani. Pemberian obat antipiretik kerap menjadi pilihan utama, namun intervensi nonfarmakologis seperti water tepid sponge (kompres hangat) dapat dijadikan alternatif yang efektif dengan risiko efek samping minimal. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas penerapan water tepid sponge dalam menurunkan suhu tubuh anak dengan febris di ruang Lily RS Soeradji Tirtonegoro Klaten. Metode Penelitian: Metode yang digunakan berupa studi kasus terhadap dua anak dengan demam, melalui tindakan kompres hangat pada area tubuh tertentu selama 15–20 menit. Hasil Penelitian: Hasil menunjukkan adanya penurunan suhu tubuh yang signifikan pada kedua partisipan, dari suhu awal >39°C hingga mendekati normal setelah intervensi. Selain itu, teknik ini juga meningkatkan kenyamanan pasien serta dapat menurunkan ketergantungan pada obat antipiretik. Kesimpulan: Dengan demikian, water tepid sponge terbukti sebagai metode yang efektif, aman, dan layak dijadikan standar intervensi nonfarmakologis dalam penatalaksanaan demam pada anak baik di fasilitas kesehatan maupun di rumah.

Keywords:

Febris; water tepid sponge; suhu tubuh;

1. PENDAHULUAN

Demam (febris) merupakan masalah kesehatan yang sering dialami anak, umumnya akibat infeksi virus atau bakteri. Data WHO (2020) menunjukkan demam menjadi alasan utama kunjungan anak ke fasilitas kesehatan, dengan prevalensi 20–40% pada rawat jalan pediatri [1]. Meskipun demam berfungsi sebagai mekanisme pertahanan tubuh, suhu yang terlalu tinggi dapat menimbulkan ketidaknyamanan, dehidrasi, hingga komplikasi serius seperti kejang demam yang terjadi pada 2–5% anak usia 6 bulan–5 tahun [2]. Kondisi ini juga sering menimbulkan kecemasan bagi orang tua.

WHO mencatat 16–33 juta kasus demam tiap tahun dengan angka kematian 500–600 jiwa. Anak di daerah endemik lebih rentan, dan di Indonesia, kasus demam pada anak usia 1–4 tahun mencapai 1.837 kasus [3]. Penanganan demam biasanya menggunakan antipiretik seperti parasetamol atau ibuprofen, namun penggunaan berlebihan berisiko menimbulkan efek samping pada hati dan ginjal [4]. Karena itu, terapi non-farmakologis seperti water tepid sponge (kompres air hangat) direkomendasikan. Sayangnya, praktik kompres di masyarakat masih sering keliru, misalnya memakai air dingin atau alkohol, yang dapat menyebabkan vasokonstriksi dan menghambat pelepasan panas [5].

Studi pendahuluan di RS Soeradji Tirtonegoro Klaten (Nov–Des 2024) menunjukkan 37 kasus anak dengan febris di ruang Lily. Dari wawancara dengan lima keluarga pasien, tiga orang tua belum mengetahui penanganan demam menggunakan water tepid sponge. Berdasarkan kondisi tersebut, penulis melakukan studi kasus tentang penerapan water

tepid sponge terhadap penurunan suhu tubuh pada anak dengan febris di ruang Lily RS Soeradji Tirtonegoro Klaten.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif studi kasus yang dilaksanakan di Ruang Lily RS Soeradji Tirtonegoro Klaten. Subjek penelitian terdiri dari dua anak, yaitu An. K dan An. H, yang didiagnosis dengan hipertermia akibat proses infeksi. Keduanya menunjukkan keluhan utama berupa peningkatan suhu tubuh, lemas, dan rasa tidak nyaman. Intervensi *water tepid sponge* dilakukan selama tiga hari berturut-turut, masing-masing selama 15–20 menit. Sebelum pelaksanaan, dilakukan orientasi kepada anak dan keluarga dengan menjelaskan tujuan tindakan serta memperoleh persetujuan. Alat yang digunakan meliputi baskom berisi air hangat (37–40°C), waslap, handuk, perlak, dan termometer digital. Langkah pelaksanaan diawali dengan menyiapkan lingkungan yang tenang dan menjaga privasi pasien. Anak diarahkan untuk berbaring dalam posisi nyaman. Tubuh diseka secara perlahan menggunakan waslap basah pada area pembuluh darah superfisial, seperti ketiak, lipat paha, dahi, dan punggung. Setiap sesi berlangsung 10–15 menit dengan pemantauan ketat terhadap respon anak. Setelah tindakan, tubuh dikeringkan dan anak dipakaikan pakaian tipis yang menyerap keringat. Pengukuran suhu dilakukan sebelum dan sesudah tindakan, dan dicatat setiap hari selama tiga hari berturut-turut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden 1 (An. K), pada hari pertama (7 Januari 2025), suhu tubuh sebelum intervensi tercatat 39,2°C dan 39,0°C, kemudian menurun menjadi 38,7°C dan 38,6°C setelah tindakan dengan rata-rata penurunan 0,45°C. Hari kedua (8 Januari 2025), suhu awal 38,5°C dan 38,0°C menurun menjadi 38,1°C dan 37,7°C (penurunan rata-rata 0,35°C). Hari ketiga (9 Januari 2025), suhu awal 38,0°C dan 37,5°C turun menjadi 37,6°C dan 37,1°C dengan rata-rata penurunan 0,4°C. Hasil tersebut menunjukkan penurunan suhu tubuh bertahap dari kategori demam tinggi menjadi suhu mendekati normal dalam tiga hari.

Responden 2 (An. H), pada hari pertama (15 Januari 2025), suhu tubuh awal 38,7°C dan 38,5°C menurun menjadi 38,5°C dan 38,3°C (penurunan rata-rata 0,2°C). Hari kedua (16 Januari 2025), suhu 39,0°C dan 38,6°C menurun menjadi 38,7°C dan 38,0°C (penurunan 0,3–0,6°C). Pada hari ketiga (17 Januari 2025), suhu awal 37,8°C dan 37,5°C menurun menjadi 37,5°C dan 37,2°C (penurunan rata-rata 0,3°C).

Hasil ini mengindikasikan bahwa *water tepid sponge* mampu memberikan efek fisiologis positif berupa penurunan suhu tubuh secara bertahap dan stabil. Secara fisiologis, kontak air hangat pada kulit menstimulasi reseptor termal yang memicu dilatasi pembuluh darah perifer, sehingga meningkatkan aliran darah ke permukaan kulit dan memudahkan pelepasan panas ke lingkungan. Selain itu, proses evaporasi air dari permukaan kulit mempercepat penurunan suhu tubuh tanpa menyebabkan vasokonstriksi mendadak yang berisiko menimbulkan menggigil.

Penurunan suhu juga disertai dengan perubahan tanda klinis pada anak. Kedua pasien tampak lebih tenang, wajah tidak lagi kemerahan, dan frekuensi nadi berangsur mendekati normal. Peningkatan kenyamanan ditunjukkan oleh berkurangnya gelisah, anak mampu beristirahat lebih baik, serta nafsu makan mulai membaik setelah hari kedua intervensi.

Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian oleh Syiffani (2023) yang menyatakan bahwa terapi kompres air hangat efektif menurunkan respons fisiologis hipertermia melalui mekanisme konduksi panas dan peningkatan evaporasi [6]. Penelitian Sulubara (2021) juga menjelaskan bahwa rangsangan panas hangat dapat memperbaiki sirkulasi

darah lokal, mempercepat proses termoregulasi, dan meningkatkan pelepasan panas tubuh secara fisiologis [7].

Dari aspek keperawatan, intervensi *water tepid sponge* memiliki nilai penting karena dapat dilakukan secara mandiri oleh perawat tanpa efek samping, murah, dan meningkatkan hubungan terapeutik antara perawat, anak, dan keluarga. Selain menurunkan suhu tubuh, tindakan ini berkontribusi terhadap penurunan kecemasan keluarga karena memberikan efek langsung yang dapat diamati.

Secara umum, hasil penelitian ini menegaskan bahwa penurunan suhu tidak hanya disebabkan oleh pendinginan eksternal, tetapi juga karena efek fisiologis dari perasaan nyaman yang menurunkan aktivitas simpatis. Perasaan rileks yang dialami anak membantu menurunkan produksi panas internal, sehingga proses termoregulasi menjadi lebih seimbang.

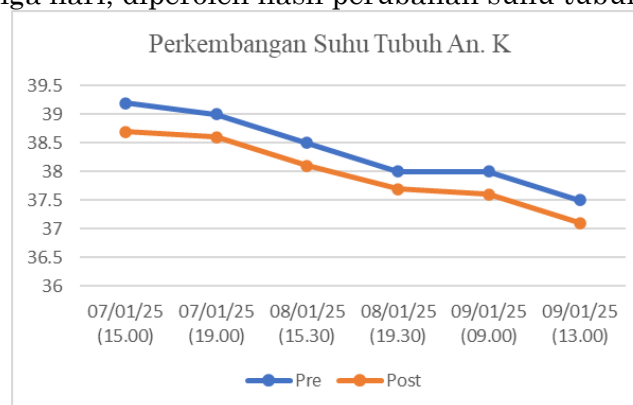
3.1. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi dilakukan dengan mengukur suhu tubuh sebelum–sesudah intervensi serta mengamati tanda klinis seperti berkurangnya rasa panas, otot lebih rileks, dan meningkatnya kenyamanan. Terapi diulang selama tiga hari berturut-turut untuk hasil optimal dan mencegah komplikasi, seperti kejang demam.

Tabel 1. Manajemen Tindakan Pada Kedua Responden

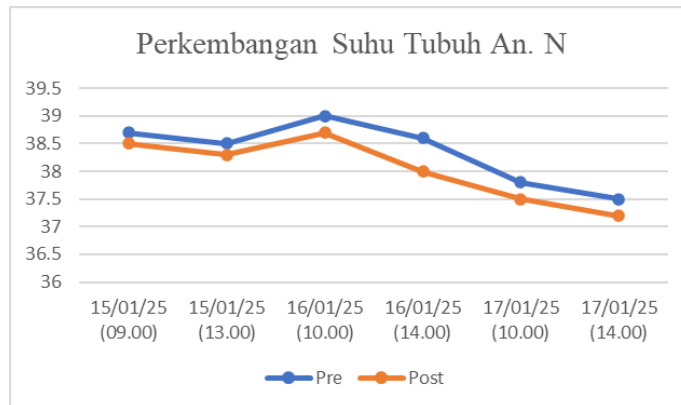
Inisial Responden	Tindakan	Rentang Waktu
An. K	Pelaksanaan kompres <i>water tepid sponge</i>	15 – 20 Menit
An. N	Pelaksanaan kompres <i>water tepid sponge</i>	15 – 20 Menit

Penelitian ini melibatkan dua responden yang diberikan intervensi nonfarmakologis berupa kompres *water tepid sponge* untuk membantu menurunkan suhu tubuh anak. Observasi dilakukan selama tiga hari, dan evaluasi dilakukan pada masing-masing responden setelah tindakan. Setelah pemberian *water tepid sponge* selama 15–20 menit setiap hari selama tiga hari, diperoleh hasil perubahan suhu tubuh sebagai berikut:



Gambar 1. Grafik Perkembangan Suhu Partisipan I

Setelah dilakukan intervensi *water tepid sponge* selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15–20 menit setiap kali tindakan, diperoleh hasil bahwa kedua partisipan mengalami penurunan suhu tubuh secara konsisten. Pada partisipan I (An. K), hari pertama (Selasa, 7 Januari 2025) tercatat suhu tubuh sebelum intervensi 39,2°C dan 39°C, kemudian menurun menjadi 38,7°C dan 38,6°C, dengan selisih penurunan sebesar 0,5°C dan 0,4°C. Pada hari kedua (Rabu, 8 Januari 2025), suhu awal 38,5°C dan 38°C, setelah intervensi menurun menjadi 38,1°C dan 37,7°C, sehingga terjadi penurunan 0,4°C dan 0,3°C. Sementara pada hari ketiga (Kamis, 9 Januari 2025), suhu awal 38°C dan 37,5°C turun menjadi 37,6°C dan 37,1°C setelah dilakukan tepid sponge. Hasil ini menunjukkan adanya penurunan suhu tubuh secara bertahap, dari kondisi demam tinggi hingga mendekati normal dalam tiga hari.



Gambar 2. Grafik Perkembangan Suhu Partisipan II

Pada partisipan II (An. N), intervensi dimulai pada Rabu, 15 Januari 2025. Suhu awal tercatat 38,7°C dan 38,5°C, kemudian setelah intervensi menurun menjadi 38,5°C dan 38,3°C, dengan penurunan masing-masing 0,2°C. Pada hari kedua, Kamis, 16 Januari 2025, suhu tubuh sebelum intervensi adalah 39°C dan 38,6°C, lalu turun menjadi 38,7°C dan 38°C setelah tindakan, menunjukkan penurunan sebesar 0,3°C dan 0,6°C, yang lebih signifikan dibanding hari pertama. Selanjutnya, pada hari ketiga, Jumat, 17 Januari 2025, suhu awal 37,8°C dan 37,5°C menurun menjadi 37,5°C dan 37,2°C, dengan selisih penurunan 0,3°C pada masing-masing sesi.

4. KESIMPULAN

Setelah diberikan intervensi *water tepid sponge* sebanyak dua kali sehari selama tiga hari berturut-turut, kedua responden mengalami penurunan suhu tubuh yang bermakna. Pada hari ketiga, suhu tubuh An. K tercatat 36,8°C dan An. N 36,9°C. Penerapan teknik *water tepid sponge* terbukti efektif dalam menurunkan suhu melalui mekanisme vasodilatasi perifer serta penguapan panas dari permukaan kulit. Selain itu, tindakan ini juga memberikan efek positif berupa peningkatan kenyamanan dan rasa relaksasi pada anak selama fase febris.

REFERENSI

- [1] WHO. (2020). World Health Organization. *Dengue*. <https://www.who.int/emergencies/disease-outbreak-news/item/2020-DON498>
- [2] AAP. (2021). *Evaluation and Management of Young Febrile Infants: An Overview of the New AAP Guideline*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36854834/>
- [3] Irlianti, E., & Nurhayati, S. (2021). Penerapan Tepid Sponge Terhadap Masalah Keperawatan Hipertermi Pada Pasien Anak Demam Usia Toddler (1-3 Tahun) the Application of Tepid Sponge To Hypertermi Nursing Problems in Patients Children of Toddler Age (1-3 Years). *Jurnal Cendikia Muda*, 1(3), 1–6. <https://www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/230>
- [4] Putri, D. F. A., Penyami, Y., Hartono, M., & Anonim, T. (2022). Studi Kasus: Asuhan Keperawatan Hipertermi Pada Anak Dengan Kejang Demam. *Jurnal Lintas Keperawatan*, 3(2). <https://doi.org/10.31983/jlk.v3i2.9263>
- [5] Tauhidah, N. I., & Pramono, Y. S. (2022). Edukasi Manajemen Demam dalam Pengendalian Kejang Demam Pada Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(2), 525–532. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i2.4709>
- [6] Syiffani, A. Al, Yuliza, E., & Sarwili, I. (2023). Efektivitas antara Pemberian Baluran Bawang Merah dan Terapi Tepid Water Sponge terhadap Penurunan Demam pada Balita di Posyandu Desa Pesantunan Kabupaten Brebes Tahun 2022. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 2(7), 817–825. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i7.245>
- [7] Sulubara, S. (2021). Efektivitas Tindakan Kompres Air Hangat Dan Tepid Sponge Bath Terhadap Penurunan Demam Pada Anak. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 2(1), 15–19. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v2i1.375>