

Penerapan Kompres Air Hangat Untuk Menurunkan Nyeri Penderita Asam Urat Pada Lansia Di Desa Wonokerto Kulon

Khaulatul Janah^{1*}, Sigit Prasajo², S Sugiharto³

^{1,2,3}Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

*email: khaulajanah028@gmail.com

Abstract

Gout is a disease characterized by high levels of uric acid in the blood that normally is 2-7 mg/dl in men and 2-6 mg/dl in women. Consequently, uric acid was build-up in the joints and the other organs. High level of uric acid related to consuming high-purines foods. The signs and symptoms were joints sore, painful and inflammation. The purpose of this case study was to applied warm water compress to reduce pain in elderly gout patients. The cash study was used a descriptive case study method. The study subjects were two elderly patients who have uric acid above >6 mg/dl for women and >7 mg/dl for men, pain scale <4, and complaints of joint pain in the legs. The study was conducted in Wonokerto Kulon Village, Wonokerto District, Pekalongan Regency. The results showed a that uric acid levels was decreased and pain was reduced in both clients. As the conclusion, warm water compress is applicable to reduce pain among gout patients. Accordingly, warm water compress can be an alternativ non-pharmacological therapy to reduce pain in gout patients.

Keywords: Gout, Elderly, Warm Water Compress

Abstrak

Asam urat adalah penyakit kadar asam urat yang tinggi di dalam darah melebihi batas normal menyebabkan penumpukan asam urat di dalam persendian dan organ tubuh lainnya penumpukan yang disebabkan karena terlalu banyak mengkonsumsi makanan tinggi purin dan membuat sendi sakit, nyeri dan meradang dengan nilai normal pada laki-laki 2-7 mg/dl dan pada wanita 2-6 mg/dl. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengaplikasikan tindakan kompres air hangat untuk menurunkan nyeri penderita asam urat pada lansia. Rancangan Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan subyek dua klien asam urat yang mengalami asam urat diatas >6 mg/dl untuk wanita dan >7 mg/dl untuk laki-laki dengan skala nyeri <4 dengan keluhan nyeri sendi pada kaki di desa Wonokerto Kulon Kecamatan Wonokerto Kabupaten Pekalongan. Hasil studi ini menunjukkan adanya penurunan asam urat dan menyatakan nyeri berkurang pada kedua klien. Simpulan studi kasus ini menunjukkan bahwa Terapi Kompres Air Hangat mampu menurunkan nyeri pada penderita asam urat. Untuk itu perawat diharapkan dapat memberikan tindakan terapi nonfarmakologis untuk menurunkan nyeri yang berupa Terapi Kompres Air Hangat pada penderita asam urat.

Kata kunci: Asam Urat, Lansia, Kompres Air Hangat

1. Pendahuluan

Asam urat berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang memicu peningkatan kadar asam urat dalam darah yaitu jika kadar asam urat melebihi dari 7,5 mg/dl. Asam urat adalah hasil akhir dari pemecahan suatu zat yang bernama purin, karena asam urat sendiri merupakan hasil pembuangan dari zat purin yang diproduksi sendiri oleh tubuh maupun didapatkan dari asupan makanan yang banyak

mengandung tinggi purin akan meningkatkan kadar asam urat. Kadar normal asam urat pada wanita adalah 2,4-6,0 mg/dl dan pada pria 3,0-7,0 mg/dl. Jika penderita melebihi dari nilai normal maka dikategorikan mengalami hiperurisemia yaitu terjadinya peningkatan kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal [4].

Berdasarkan hasil RISKESDAS (2018) prevalensi penyakit nyeri sendi umur lebih dari 75 tahun di Indonesia 54,8%. Penderita wanita lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%). Sedangkan prevalensi di Jawa Tengah di peroleh 7,0%. Data prevalensi di Kabupaten Pekalongan pada tahun 2018 mencapai 580 orang. Penyakit asam urat dapat mengakibatkan rasa nyeri pada penderita yang dialami oleh penderita. Nyeri sendiri merupakan suatu pengalaman perasaan tidak menyenangkan yang berhubungan dengan adanya kerusakan suatu jaringan [6].

Penyakit sendi tidak bisa diabaikan karena hampir setiap tahun mengalami peningkatan. Salah satu terapi yang dapat digunakan pada penderita dengan gangguan sendi adalah terapi kompres air hangat. Pemberian kompres air hangat adalah intervensi keperawatan yang sudah lama di aplikasikan oleh perawat, manfaat kompres air hangat sendiri dapat memperlancar darah, membuat otot lebih rileks, memberi rasa nyaman, menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri dengan dikompres pada bagian sendi yang nyeri [6, p.182].

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk menerapkan intervensi kompres air hangat pada lansia arthritis gout. Peneliti berharap dengan ditetapkan intervensi kompres air hangat dapat digunakan sebagai sarana pengendalian secara non farmakologi untuk menurunkan nyeri pada lansia yang mengalami arthritis gout.

2. Metode

Metode yang dilakukan pada karya tulis ilmiah ini adalah metode deskriptif. Metode penelitian deskriptif merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu peristiwa yang penting. Metode penelitian deskriptif dilakukan secara sistematis dan lebih menekankan pada data faktual dan digunakan untuk memaparkan pemecahan suatu masalah yang ada berdasarkan data [2]. Karya Tulis Ilmiah ini berbentuk studi kasus yang menggambarkan pengelolaan keperawatan keluarga dengan fokus tindakan kompres air hangat pada lansia penderita asam urat.

Lokasi pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan di Desa Wonokerto Kulon Kecamatan Wonokerto Kabupaten Pekalongan. Penelitian ini menggunakan subyek keluarga yang diamati secara mendalam dan dilakukan asuhan keperawatan secara komprehensif. Subyek studi kasus yang digunakan yaitu 2 (dua) pasien lansia, pasien yang menderita asam urat atau arthitis gout dengan usia 60 tahun ke atas. sampel dalam penelitian ini adalah 2 lansia yang menderita asam urat dengan usia 60 tahun ke atas di wilayah Desa Wonokerto Kulon Kecamatan Wonokerto Kabupaten Pekalongan dengan kriteria Inklusi :Lansia yang menderita asam urat dengan kadar >6 mg/dl untuk wanita dan >7 mg/dl untuk pria, Lansia yang mengalami skala nyeri >4 dengan keluhan nyeri sendi pada kaki. intervensi yang diberikan adalah kompres air hangat yang diberikan selama 6 kali kunjungan selama 4 minggu yang diberikan pada 2 lansia penderita asam urat.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Hasil studi kasus didapatkan bahwa implementasi pada kasus 1 dan kasus 2 yang sudah penulis lakukan pada pasien lansia asam urat adalah memberikan tindakan kompres air hangat. terapi kompres air hangat diberikan selama 15-20 menit dan dilakukan seminggu 3 kali. Pada implementasi pertama dilakukan pemeriksaan fisik, cek kadar asam urat, dan pendidikan kesehatan perawatan asam urat. Pada klien 1 didapatkan dengan kadar asam urat 9,6 mg/dl dan skala nyeri 7 pada pergelangan kaki kiri, pada klien 1 sebelum diberikan pendidikan kesehatan didapatkan respon objektif dari hasil evaluasi pengetahuan klien 54%, sedangkan pada klien 2 dengan kadar asam urat 10,3 mg/dl skala nyeri 8 pada pergelangan kaki kanan dan sebelum diberikan pendidikan kesehatan didapatkan hasil evaluasi pengetahuan klien 50%.

Setelah 6 kali kunjungan dengan dilakukan kompres air hangat yaitu pada klien 1 didapatkan penurunan kadar asam urat dari 9,6 mg/dl menjadi 6,6 mg/dl dengan skala nyeri menjadi 1 dan tingkat pengetahuan pada klien 1 meningkat dapat menjawab pertanyaan variabel tentang perawatan asam urat 80%, sedangkan pada klien 2 didapatkan hasil penurunan kadar asam urat dari 10,3 mg/dl menjadi 6,9 mg/dl dengan skala nyeri menjadi 2 dan tingkat pengetahuan pada klien 2 meningkat dengan hasil pertanyaan variabel tentang perawatan asam urat 70%. Pada kedua klien dapat mempraktikkan kompres air hangat secara mandiri.

Pembahasan

Implementasi atau pelaksanaan adalah serangkaian tindakan perawat perencanaan sebelumnya, program ini dibuat untuk merubah perilaku klien dan keluarga [3]. Implementasi melakukan pengkajian Mengkaji pengetahuan klien dan keluarga tentang penyakit asam urat, tindakan perawatan kompres air hangat bertujuan untuk memperlancar darah, membuat otot lebih rileks, memberi rasa nyaman, menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri dengan dikompres pada bagian sendi yang nyeri. Pada pelaksanaan di kedua klien tidak mengalami perbedaan yang signifikan, respon antara klien 1 dan klien 2 sama-sama kooperatif dan mau melakukan apa yang diinstruksikan tindakan pada klien 1 dan klien 2 sama yaitu berfokus padatindakan kompres air hangat pada lansia penderita asam urat.

Pendidikan kesehatan asam urat menurut [5] pendidikan kesehatan merupakan suatu cara untuk mengubah sikap individu terhadap kesehatan dan kualitas hidup seseorang. Pemberian pendidikan kesehatan kepada penderita dapat merubah perilaku klien dalam melakukan pengelolaan asam urat secara mandiri, pendidikan kesehatan merupakan upaya persuasi agar masyarakat mau melakukan tindakan pemeliharaan kesehatannya. Hal ini sejalan dengan data dari RISKESDAS (2018), jumlah penduduk Indonesia yang mengalami asam urat sekitar 54,8%, tetapi belum mengetahui cara penanganan asam urat dan kurang pengetahuan masyarakat tentang asam urat.

Kadar asam urat yang tinggi di dalam darah melebihi batas normal menyebabkan penumpukkan asam urat di dalam persedian dan organ tubuh lainnya penumpukkan tersebut membuat sendi sakit, nyeri dan meradang. Nilai normal asam urat pada pada wanita adalah 2,4-6,0 mg/dl dan pada pria 3,0-7,0 mg/dl. Jika penderita melebihi dari

nilai normal maka dikategorikan mengalami hiperurisemia yaitu terjadinya peningkatan kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal [4]. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa terapi kompres air hangat dapat menurunkan nyeri pada pasien lansia penderita asam urat. Hasil studi kasus sesuai dengan penelitian [6] yang menjelaskan kompres air hangat adalah upaya yang mudah dan murah, sehingga dapat diterapkan untuk mengatasi atau menurunkan keluhan nyeri lansia dengan asam urat. Manfaat pemberian kompres air hangat adalah memberikan rasa hangat pada penderita asam urat dengan menggunakan cairan yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukannya, tujuan dari kompres air hangat untuk memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, memberi rasa nyaman atau hangat dan tenang.

4. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian adalah bahwa kompres air hangat dapat menurunkan nyeri pada lansia penderita asam urat. Pada kedua klien mengalami penurunan kadar asam urat dari 9,6 mg/dl menjadi 6,6 mg/dl dengan nyeri yaitu pada klien 1 dari skala nyeri 7 turun menjadi skala 1 sedangkan pada klien 2 mengalami penurunan kadar asam urat dari 10,3 mg/dl menjadi 6,9 mg/dl dengan skala nyeri skala 8 turun menjadi skala 2, pada kedua klien melakukan terapi kompres air hangat menggunakan botol kaca setiap sore secara mandiri. Hasil studi kasus diharapkan dapat menjadi sarana untuk menambah ilmu pengetahuan, pengalaman dan kemampuan penulis dalam melakukan studi kasus pada lansia dengan asam urat, dapat menjadi alternatif intervensi keperawatan untuk menurunkan nyeri pada penderita asam urat, dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam pelayanan keperawatan untuk penatalaksanaan penyakit asam urat secara non farmakologi, dapat digunakan sebagai terapi non farmakologis pada lansia yang mengalami nyeri asam urat.

Referensi

- [1] Hasrul, H., & Muas, M. (2018). Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri gout arthritis pada lansia. *JIKP Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 7(2), 84-89. Diambil dari :<https://stikesmu-sidrap.e-journal.id/JIKP/article/view/33>
- [2] Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- [3] Padila. (2015). *Keperawatan keluarga*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- [4] Sutanto, T. (2013). *Asam Urat Deteksi, Pencegahan, Pengobatan*. Yogyakarta : Buku Pintar.
- [5] Utomo, (2015). *Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Asam Urat Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Penderita Asam Urat Di Wilayah Kerja Puskesmas Gatak Sukoharjo*. Diambil dari: <http://eprints.ums.ac.id>
- [6] Zahro, C., & Faiza, K., (2018). *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Arthritis Gout*. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)* Vol.05 No. 3 , 182-187. Diambil dari :<https://phb.ac.id/index.php/jnk/article/view/>

- [6] Zakiyah, A. (2015). *Nyeri Konsep dalam Praktik Keperawatan Berbaris Bukti*. Jakarta : Salemba Medika.