

Penerapan Prosedur Terapi Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia

Sukma Ika Fitriani^{1*}, Dwi Fijianto²

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

*email : sukmaika485@gmail.com

Abstract

Pain in the elderly with gouty arthritis is pain felt by someone aged 60 years and over who has gouty arthritis with mild, moderate and severe pain categories. One of the ways to decrease the feeling is by compressing it with warm water. It effectively decreased pain. The paper aims to apply therapy to reduce pain on the elderly with gouty arthritis. It is a nursing care case study by applying warm compress therapy technique in reducing gouty arthritic pain in the elderly. The subject was two elderly people with gouty arthritis in kabundelan village, batang. Meanwhile, an interview and an observation were taken as the method. The result showed both subjects decreased gouty arthritis pain during seven visit. In the first case, a pain scale was 8 and uric acid test achieved 7 and it decreased into 2 for a pain scale and 5.7 for uric acid. Besides, in the second one, a pain scale was 7 and uric acid test was 6.6, and after the seventh day, it decreased into 1 and 5.1 for uric acid test. The conclusion is warm water compress therapy could be applied to reduce pain on the patient with gouty arthritic.

Keywords: gouty arthritic, the elderly, warm water compress

Abstrak

Nyeri pada lansia dengan arthritis gout adalah nyeri yang dirasakan oleh seseorang yang berumur 60 tahun keatas yang mempunyai penyakit arthritis gout dengan kategori nyeri ringan, sedang dan berat. Tindakan untuk menurunkan nyeri adalah salah satunya kompres air hangat. Karena kompres air hangat sangat efektif untuk menurunkan nyeri. Tujuan karya tulis ilmiah ini adalah untuk memberikan tindakan kompres air hangat untuk menurunkan nyeri pada lansia dengan arthritis gout. Karya Tulis Ilmiah menggunakan Studi Kasus asuhan keperawatan dengan menggunakan teknik terapi Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia. Subyek Studi kasus yang digunakan adalah dua lansia yang menderita arthritis gout di Desa Kabundelan Kecamatan Batang Kabupaten Batang. Metode Pengumpulan data yang digunakan berupa wawancara dan observasi. Kompres air hangat dilakukan selama 15 menit dengan suhu 40°C, kompres air hangat dilakukan dibagian kaki dari lutut sampai ujung kaki. Hasil sudi kasus penerapan selama 7 kali kunjungan pada dua lansia mengalami penurunan nyeri arthritis gout. Kasus 1 hari pertama skala nyeri 8 hasil pemeriksaan asam urat 7 setelah hari ketujuh skala nyeri 2 hasil pemeriksaan asam urat 5.7. dan pada kasus 2 hari pertama skala nyeri 7 hasil pemeriksaan asam urat 6,6 setelah hari ketujuh skala nyeri 1 hasil pemeriksaan asam urat 5,1. Kesimpulan dari studi kasus ini adalah bahwa kompres air hangat dapat diterapkan untuk menurunkan nyeri pasien lansia arthritis gout.

Kata kunci: kompres air hangat; Arthritis gout; lansia

1. Pendahuluan

Data prevalensi artritis gout di Dunia pada lansia sebanyak 34,2% terjadi di Negara maju seperti Amerika. Artritis gout di Amerika sebesar 34,2% dari total penduduk. Peningkatan kejadian artritis gout tidak hanya terjadi di Negara maju, peningkatan juga terjadi di Negara berkembang, salah satunya di Negara Indonesia (Kumar & Lenert, 2016). Artritis gout di Asia pada lansia meningkat, dalam satu dekade terakhir ini sebesar 13%-25% (Hastuti, 2018).

Artritis gout di Indonesia pada lansia menunjukkan bahwa penyakit artritis gout di Indonesia sesuai diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11,9% dan sesuai diagnosis dan gejala sebesar 24,7%. (Risksdas, 2013 dalam Nurhayati, 2018). Artritis gout di Jawa Tengah tahun 2013 sesuai diagnosis tenaga kesehatan sebesar 11,2% dan sesuai diagnosis dan gejala sebesar 25,5% (Risksdas, 2013 dalam Nurhayati, 2018).

Artritis gout di Indonesia pada lansia menunjukkan bahwa penyakit artritis gout di Indonesia sesuai diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11,9% dan sesuai diagnosis dan gejala sebesar 24,7%. (Risksdas, 2013 dalam Nurhayati, 2018). Artritis gout di Jawa Tengah tahun 2013 sesuai diagnosis tenaga kesehatan sebesar 11,2% dan sesuai diagnosis dan gejala sebesar 25,5% (Risksdas, 2013 dalam Nurhayati, 2018).

Artritis gout merupakan hasil metabolisme purin didalam tubuh yang kadar tidak boleh berlebih. Faktor utamanya adalah makanan dan senyawa lain yang banyak mengandung protein (Kowalak, 2011 dalam Zahroh, 2018). Nilai normal artritis gout serum pada pria adalah $5,1 \pm 1,0$ mg/dl, dan pada wanita adalah $4,0 \pm 1,0$ mg/dl. Nilai – nilai ini meningkat sampai 9-10 mg/dl pada seseorang dengan artritis gout. Efek yang akan muncul pada penderita arthritis gout yaitu dapat mengalami mobilitas fisik, gangguan tidur, bahkan gangguan interaksi sosial (Zahroh, 2018).

Faktor – faktor yang dapat menyebabkan artritis gout menurut Dewi dan Hasnita (2016), yaitu faktor asupan purin, obesitas, dan penyakit penyerta diantaranya hipertensi dan diabetes militus. Faktor-faktor tersebut dapat menyebkan beberapa gejala pada lansia. Gejala yang dirasakan pada penderita arthritis gout antara lain kesemuta dan linu, nyeri terutama pada malam hari atau pagi hari saat bangun tidur, sendi yang terkena artritis gout terlihat bengkak, kemerahan, panas, dan nyeri luar biasa pada malam maupun pagi (Ode, 2017).

Penatalaksanaan artritis gout menurut Aru(2010) dalam Zahroh (2018) yaitu pada penderita artritis gout dapat dengan edukasi, pengaturan diet, istirahat sendi dan pengobatan (kolaborasi). Selain dengan pengobatan juga bisa menggunakan terapi yaitu terapi kompres air hangat yang sudah di uji coba pada peneliti dan menghasilkan bisa menurunkan nyeri pada penderita artritis gout.

Penelitian Zahroh (2018) menjelaskan ada beberapa tindakan untuk mengurangi nyeri pada penderita artritis gout. Tindakan farmakologis untuk mengurangi nyeri adalah dengan menggunakan obat-obatan, yaitu kortikosteroid, alupurinol, dan febuxostat. tindakan non farmakologis untuk mengurangi nyeri adalah kompres air hangat, kompres air hangat jahe merah, kompres air garam. Penelitian Zahroh (2018) kompres air hangat adalah tindakan yang mudah dan murah, sehingga diharapkan

dapat mengatasi atau menurunkan keluhan nyeri pada lansia arthritis gout. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penurunan nyeri pada lansia penderita arthritis gout dengan menggunakan kompres hangat. Penelitian Potter & Perry (2017) dalam Putri(2017) menjelaskan kompres air garam yaitu unsur sodium berperan mempengaruhi keseimbangan komponen cairan tubuh, selain itu sebagai mediator yang baik bagi suhu yang akan ditransmisikan kepada saraf sehingga merelaksasi otot dan meringankan kelelahan dan ketegangan yang terjadi pada otot atau memberikan efek menurunkan spasme otot pada pembuluh darah, mengurangi rasa sakit dan nyeri. Penelitian Herlina (2013) dalam Yada (2019) menjelaskan kompres hangat jahe merah adalah suatu tindakan non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri dimana jahe merah mempunyai khasiat. Hal ini disebabkan adanya efek farmakologis jahe merah dapat memperkuat khasiat bahan lain yang dicampurkan sebagai ramuan herbal. Bagian tanaman jahe merah yang digunakan untuk pengobatan asam urat adalah rimpangnya.

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 studi kasus. Lokasi pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan di Desa Kabundelan Kabupaten Batang. Penelitian ini menggunakan subyek individu 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 arthritis gout dengan usia 60 tahun ke atas. sampel dalam penelitian ini adalah 2 lansia yang menderita asam urat atau arthritis gout dengan usia 60 tahun ke atas di wilayah Desa Kabundelan Kabupaten Batang dengan kriteria Inklusi :Lansia yang menderita arthritis gout atau kadar purin diatas 4-6, Lansia yang mengalami nyeri sedang pada arthritis gout. intervensi yang diberikan adalah kompres air hangat yang diberikan selama 7 kali kunjungan selama 4 minggu yang diberikan pada 2 lansia penderita asam urat atau arthritis gout.

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. Kompres air hangat diberikan pada lansia penderita asam urat untuk mengurangi rasa nyeri. Kompres air hangat dilakukan selama 15 menit dan dilakukan seminggu 2 kali. Hal ini sesuai dengan penelitian Zahroh (2018) yang menyatakan salah satu metode keperawatan untuk mengurangi nyeri pada penderita asam urat yaitu kompres air hangat. Adapun implementasi keperawatan kompres air hangat yang dilakukan oleh Steven (2014) dengan pemberian kompres hangat memberikan efek pembuluh-pembuluh darah akan melebar sehingga memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut sehingga dapat menurunkan nyeri.

Manfaat kompres air hangat adalah meredakan nyeri, meningkatkan relaksasi psikologis, meningkatkan relaksasi otot, meningkatkan sirkulasi dan memberi rasa aman (Melti, 2016 dalam Zahroh, 2018).

Penulis melakukan pemberian tindakan kompres air hangat sesuai dengan yang di terapkan oleh Zahroh (2018) yaitu sebelum diberikan kompres air hangat penulis melakukan pengukuran skala nyeri pasien terlebih dahulu, dan mengukur kehangatan air yaitu 40°C, setelah itu posisikan pasien untuk posisi duduk dan melakukan terapi kompres air hangat caranya yaitu menempelkan WWZ ke kaki yang nyeri selama 15 menit dan dilakukan seminggu 2 kali. Berdasarkan yang penulis dapatkan selama tindakan keperawatan dan menurut Zahroh (2018), Steven (2014), dan Melti (2016) dalam Zahroh (2018) bahwa kompres air hangat efektif untuk menurunkan nyeri pada pasien asam urat.

Pembahasan

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa terapi kompres air hangat dapat menurunkan nyeri pada pasien lansia penderita asam urat. Hasil studi kasus sesuai dengan penelitian Zahroh (2018) yang menjelaskan kompres air hangat adalah upaya yang mudah dan murah, sehingga dapat diterapkan untuk mengatasi atau menurunkan keluhan nyeri lansia dengan artritis gout. manfaat pemberian kompres air hangat adalah memberikan rasa hangat pada penderita artritis gout 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 artritis gout. Kasus I dari skala 8 menjadi 2, hasil pemeriksaan asam urat dari 7 menjadi 5,7. Sedangkan pada kasus II dari skala 7 menjadi 1 dan hasil pemeriksaan asam urat dari 6,6 menjadi 5,1. Hasil studi kasus diharapkan dapat menjadi sarana untuk menambah ilmu pengetahuan, pengalaman dan kemampuan penulis dalam melakukan studi kasus pada lansia dengan artritis gout, dapat menjadi alternatif intervensi keperawatan untuk menurunkan nyeri pada penderita artritis gout, dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam pelayanan keperawatan untuk penatalaksanaan penyakit artritis gout secara non farmakologi, dapat digunakan sebagai terapi non farmakologis pada lansia yang mengalami nyeri artritis gout.

Referensi

- [1] Dewi & Hasnita (2016). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gout arthritis masyarakat melayu. Jurnal online mahasiswa fakultas keperawata*, 5(2),683-692. Diambil dari <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/21436>
- [2] Hastuti, V.N., Murbawani, E.A., Wijayanti, H.S. (2018) *Hubungan Asupan Protein Total Dan Protein Kedelai Terhadap Kadar Asam Urat Dalam Darah Wanita*

- Menopause. Journal Of Nutrition College*, 7(2) 54-60. Diambil dari <http://ejournal3.undip.ac.id/index/phpjnc/>
- [3] Kumar., Lanert. (2016). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gout arthritis masyarakat melayu. Jurnal online mahasiswa fakultas keperawatan*, 5(2),683-692. Diambil dari <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK.article/view/21436>
- [4] Nurhayati (2018). *Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Penyakit Gout (asam urat) Di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Taweli. Jurnal Kesmas*, 7(6), 1-7. Diambil dari <https://ejournal.unsrat.ac.id//index.php/kesmas/artikel/view/22788>
- [5] Ode, S.L. (2017). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [6] Putri S.Q.D., Rahmayanti D., Diani N. (2017). *Pengaruh Pemberian Kompres Jahe terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis pada Lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan. Dunia Keperawatan*, 5(2), 90-95. doi: 10.20527/dk.v5i2.4.112.
- [7] Steven & Suriya, M. (2014). *Efektifitas Kompres Air Hangat terdapat Penurunan Nyeri pada Pasien Asam Urat di Pukesmas Lubok Begalung Tahun 2016*. Diambil dari <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCS1Kep/artikel/download/7280>.
- [8] Yada, A.P., Ka'arayeno, A.J. (2019). *Efektivitas Kompres Hangat Jahe Merah dan Garam terhadap Nyeri Sendi terhadap Nyeri Sendi Penderita Gout Arthritis Kelurahan Merjosari Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Nursing News*, 4(2), 84-93. Diambil dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=kompres+air+garam&oq=com#d=gs_qabs&u=%23p%3DYHy44s640EgJ.
- [9] Zahroh C., Faiza K. (2018). *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Arthritis Gout. Jurnal Ners dan Kebidanan*, 5(3), 182-187. doi: doi: 10.26699/jnk.v5i3.ART.pl82-187