

Penerapan Terapi Kompres Hangat Di Daerah Lutut Pada Pasien Arthritis Gout Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aman Nyaman Di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah

Rosmiyati Laiya¹, Rusli Abdullah²

^{1,2} Program Studi D-III Keperawatan, Akademi Keperawatan Makassar

Corresponding Author: rosmiyatilaiya8@gmail.com

ABSTRAK :

Pendahuluan: Kompres hangat salah satu tindakan yang dilakukan dengan memberikan cairan hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, dan mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot. **Metode:** Pada penelitian/studi kasus ini metode yang digunakan adalah wawancara dan observasi. Responden diberikan intervensi terapi kompres hangat. Terapi dilakukan selama 4 hari dengan durasi 10 menit dengan jumlah sampel sebanyak 2 orang. **Hasil:** Berdasarkan hasil pengukuran tingkat nyeri pada responden menunjukkan bahwa adanya penurunan tingkat nyeri yang signifikan yang terjadi, hal ini disebabkan responden telah diberikan terapi kompres hangat secara teratur yang terjadi pelebaran pada pembuluh darah sehingga dapat menurunkan tingkat nyeri. **Kesimpulan:** Hasil penelitian/studi kasus ini menunjukkan terdapat pengaruh terapi kompres hangat di daerah lutut pada pasien arthritis gout. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan agar kompres hangat dapat dijadikan alternatif untuk penanganan awal nyeri sendi pada pasien arthritis gout. **Saran:** Dapat memberikan informasi dan intervensi keperawatan secara mandiri sebagai pengobatan non farmakologi untuk mengurangi nyeri arthritis gout dengan menggunakan kompres hangat.

Kata Kunci : *Kompres Hangat, Aman Nyaman, Arthritis Gout*

ABSTRACT :

Introduction: A warm compress is one of the actions taken by giving warm liquids to meet the need for comfort, reduce or pain, and reduce or prevent muscle spasms. **Methods:** In this research/case study the methods used are interviews and observation. Respondents who were given a warm compress therapy intervention. Therapy was carried out for 4 days with a duration of 10 minutes with a total sample of 2 people. **Results:** Based on the results of pain measurements in respondents, it showed that there was a significant reduction in pain levels, this was because the respondents had been given regular warm compress therapy that occurred in the blood vessels so that it could reduce levels. **Conclusion:** The results of this study/case study indicate the effect of warm compress therapy on the knee area in gouty arthritis patients. The results of this study are expected to be input so that warm compresses can be used as an alternative for the initial treatment of joint pain in gouty arthritis patients. **Suggestion:** Can provide information and independent intervention as a non-pharmacological treatment to reduce gout arthritis pain by using warm compresses.

Keywords : *Warm Compress, Safe and Comfortable, Arthritis Gout*

PENDAHULUAN

Asam urat atau biasa dikenal sebagai *Arthritis gout*, salah satu penyakit yang mengalami penurunan sel saraf sehingga menyebabkan asam urat. Serangan paling sering diamati di masyarakat pada orang lanjut usia, terutama mereka yang berusia di atas 60 tahun. Namun, orang berusia 45 hingga 59 tahun yang pra-lansia sering terkena kondisi ini (Simamora & Saragih, 2019).

Kadar asam urat dalam darah dipengaruhi oleh pola makan dan susunan makanan. Mayoritas masyarakat Indonesia mengonsumsi makanan rendah purin seperti nasi, ubi jalar, singkong, roti, susu, dan telur, serta makanan purin sedang seperti daging sapi, ikan, ayam, udang, tahu, dan tempe dan purin tinggi misal otak, jantung, daging bebek dan hati. (Jaliana et al., 2018). Menurut WHO, kadar asam urat normal pada pria di atas 40 tahun adalah antara 2 dan 7,5 mg/dl dan antara 2 dan 8 mg/dl pada wanita. (Simamora & Saragih, 2019).

Asam urat menjadi lebih umum di kalangan orang tua di Indonesia. Riskesdas 2018 melaporkan bahwa prevalensi penyakit asam urat pada lansia di Indonesia adalah 11,9% berdasarkan diagnosis yang dibuat oleh tenaga kesehatan dan 24,7% berdasarkan diagnosis atau gejala. Jika dilihat dari fitur usia, prevalensi tertinggi pada usia 75 (54,8%). Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2018, melalui Dinas Kesehatan, menyebutkan penyakit pada sistem persendian (asam urat) menempati urutan ke-4 dari 10 peyakit yang paling banyak di laporkan dari seluruh Puskesmas. Angka-angka ini menunjukkan prevalensi gout 22,5%. Menurut WHO, akan ada 80 juta orang lanjut usia di dunia pada tahun 2020. Sebaliknya, akan ada 28,8 juta orang lanjut usia di Indonesia pada

tahun 2022, atau 36% dari seluruh populasi negara (Hasriyanti et al., 2022).

Banyak cara dalam upaya menangani rasa sakit pada pasien *arthritis gout* yaitu dengan pengobatan farmakologi dan nonfarmakologi. Secara farmakologis, pasien diberikan obat anti nyeri atau penghilang rasa sakit. Sementara non farmakologi pasien diberikan tindakan secara mandiri seperti teknik relaksasi, mendengarkan musik untuk mengurangi nyeri, dan memberikan kompres hangat (Widiyanto et al., 2020).

Kompres hangat telah terbukti memiliki efek positif pada pengurangan rasa sakit pada individu dengan gout arthritis, menurut penelitian oleh (Gulbuddin & Hikmatyar, 2017) Manfaatnya mungkin untuk mengalihkan perhatian dari rasa sakit atau mungkin aktivitas pengalihan yang membantu seseorang bersantai dan melepas lelah dari ketidaknyamanan.

Kompres hangat telah terbukti memiliki efek positif pada pengurangan rasa sakit pada individu dengan gout arthritis, menurut penelitian oleh (Gulbuddin & Hikmatyar, 2017) Manfaatnya mungkin untuk mengalihkan perhatian dari rasa sakit atau mungkin aktivitas pengalihan yang membantu seseorang bersantai dan melepas lelah dari ketidaknyamanan.

Kemudian penelitian dilakukan oleh (Rahmawati & Hapsari, 2017) terkait dengan relaksasi nafas dalam menunjukkan bahwa relaksasi mengambil napas dalam untuk mengurangi intensitas nyeri, seperti berada dalam posisi yang tepat, memiliki pikiran yang tenang, lingkungan yang tenang, dan memiliki semua bagian tubuh yang didukung (seperti dengan bantal leher dan fleksor dan ekstensor) dalam posisi

senyaman mungkin. (misalnya, tangan dan kaki disilangkan).

METODE

a. Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif studi kasus untuk mengeksplorasi penerapan terapi kompres hangat hangat di daerah lutut pada pasien arthritis gout dalam pemenuhan kebutuhan aman nyaman.

b. Sampel dan Kriteria Inklusi

Sampel dalam penelitian ini adalah dua keluarga yang mengalami *arthritis gout* dengan kriteria : Pasien umur 40-60 Tahun, pasien yang memiliki kadar asam urat >6,0 mg/dL untuk wanita, dan keluarga yg menderita gangguan kebutuhan aman nyaman.

c. Instrumen dan Pengumpulan Data

Instrument yang digunakan untuk penelitian/studi kasus ini adalah lembar observasi untuk nyeri pada pasien *arthritis gout* sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres hangat dengan menggunakan handuk hangat untuk pemenuhan kebutuhan aman nyaman dilakukan selama 10 menit sesuai arahan pada pasien *arthritis gout*.

d. Analisis

Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel.

HASIL

Studi kasus ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah selama 4 (empat) hari mulai tanggal 23-26 Juli 2022. Dalam studi kasus ini peneliti menggunakan dua orang yang akan menjadi subjek studi kasus yaitu subjek I (Ny "R") dan subjek II (Ny "K"). Kedua subjek sudah sesuai dengan kriteria yang ditetapkan dan telah memperoleh penjelasan dari peneliti.

Sebelum melakukan pengkajian pada pasien, peneliti terlebih dahulu membina hubungan saling percaya dengan pasien untuk melakukan kontrak waktu selama pelaksanaan studi kasus, menjelaskan tujuan dan pasien di persilahkan menandatangani *informed consent* yang telah disediakan oleh peneliti.

Sebelum melakukan kompres hangat pada Ny "R" maka dilakukan pengukuran kadar asam urat terlebih dahulu dan hasil yang ditemukan yaitu 7.3 mg/dl, setelah dilakukan kompres hangat dalam waktu 10 menit ditemukan hasil menurun hingga 6.1 mg/dl. Kadar normal pengukuran asam urat pada wanita yaitu 2-6 mg/dl.

Sebelum melakukan kompres hangat pada Ny "K" maka dilakukan pengukuran kadar asam urat terlebih dahulu dan hasil yang ditemukan yaitu 6.5 mg/dl dan setelah dilakukan kompres hangat dalam waktu 10 menit ditemukan hasil menurun hingga 5.8 mg/dl. Kadar normal pengukuran asam urat pada wanita yaitu 2-6 mg/dl.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan pada Ny "R" dan Ny "K" dalam penerapan terapi kompres hangat terhadap pasien arthritis gout di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah yang dilakukan selama 4 hari, ditemukan perbedaan antara pasien Ny "R" dan Ny "K" setelah diberikan terapi kompres hangat di daerah lutut.

Pada tanggal 23 Juli 2022, tingkat nyeri Ny "R" sebelum diberikan terapi kompres hangat yaitu skala 7 (Nyeri berat terkontrol) dan setelah diberikan terapi kompres hangat selama 10 menit mengalami penurunan tingkat nyeri yaitu skala 6 (Nyeri sedang).

Pada tanggal 24 Juli 2022, tingkat nyeri Ny "R" sebelum diberikan

terapi kompres hangat yaitu skala 6 (Nyeri sedang) dan setelah diberikan terapi kompres hangat selama 10 menit mengalami penurunan tingkat nyeri menjadi skala 5 (Nyeri sedang).

Pada tanggal 25 Juli 2022, tingkat nyeri pada pasien Ny “K” sebelum pemberian terapi kompres hangat yaitu skala 6 (Nyeri sedang) dan setelah pemberian terapi kompres hangat selama 10 menit terjadi penurunan tingkat nyeri menjadi skala 5 (Nyeri sedang).

Pada tanggal 26 Juli 2022, tingkat nyeri Ny “K” sebelum pemberian terapi kompres hangat yaitu skala 4 (Nyeri sedang) dan setelah pemberian terapi kompres hangat selama 10 menit terjadi penurunan tingkat nyeri menjadi skala 3 (Nyeri ringan).

KETERBATASAN

1. Waktu pelaksanaan studi kasus hanya 4 hari pada dua subjek, sehingga peneliti ini sulit untuk diterapkan pada pasien yang lain.
2. Jumlah sampel yang kurang banyak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi kompres hangat di daerah lutut dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien *arthritis gout*.

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat digunakan sebagai pertimbangan bahan pustaka untuk dikembangkan pada peneliti berikutnya dengan memperbanyak sampel penelitian, menambah waktu penelitian, dan memperluas lingkup penelitian sehingga kedepannya bisa mendapatkan hasil yang lebih baik. Di harapkan kepada peneliti jangan hanya 1x kompres hangat dalam jangka waktu 10 menit.

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan penggunaan kompres air hangat sebagai ujia coba pengobatan yang aman dan nyaman dapat memenuhi kebutuhan *arthritis gout*.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan kepustakaan bagi mahasiswa keperawatan khususnya bagi perawat, tenaga kesehatan yang lain dan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Gulbuddin, & Hikmatyar. (2017). Gulbuddin, Hikmatyar (2017). Pentalaksanaan Kom- prehensif Arthritis Gout dan Osteorthritis Pada Buruh Usia Lanjut. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), 182–187. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.ART.p182-187>
- Hasriyanti, Fatmawati, AR, A., Ruslang, & Hasan, M. (2022). Pengaruh rebusan air cengkeh terhadap penurunan nyeri asam urat pada lansia di puskesmas pattiwo mampu kecamatan dua boccoe kabupaten bone. *Jurnal Ilmiah Mappadising*, 4(1), 263–270. ojs.lppmuniprima.org/index.php/mappadising/article/view/320
- Jaliana, Suhadi, & Sety, L. O. M. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun Di Rsud Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 1–13. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=538615&val=9109&title=FAKTOR-FAKTOR YANG>

BERHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN ASAM URAT
PADA USIA 20-44 TAHUN DI
RSUD BAHTERAMAS
PROVINSI SULAWESI
TENGGARA TAHUN 2017

- Simamora, R. H., & Saragih, E. (2019).
Penyuluhan kesehatan terhadap
masyarakat: Perawatan
penderita asam urat dengan
media audiovisual. *JPPM
(Jurnal Pendidikan Dan
Pemberdayaan Masyarakat)*,
6(1), 24–31.
<https://doi.org/10.21831/jppm.v6i1.20719>
- Widiyanto, A., Pradana, K. A.,
Hidayatullah, F., Tri, J., Putra,
N. S., & Fajriah, A. S. (2020).
*Nyeri Asam Urat Pada Lansia
Di Desa*. 3(2), 103–113.
<https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/avicenna>