

Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Penyakit *Gout Arthritis*

Ulfa Hasana¹, Asniati², Noviyanti³

Email: ulfahasanah45@yahoo.com

^{1,2}D III Keperawatan, STIKes Payung Negeri Pekanbaru, Indonesia

³Program Studi S1 Kesehatan dan Keselamatan Kerja Universitas Ibnu Sina Batam, Indonesia

Abstrak

Asam urat adalah suatu kondisi hasil akhir metabolisme purin yang dapat menimbulkan gejala nyeri tak tertahankan, pembengkakan dan rasa terbakar pada persendian. Hal tersebut membuat lansia mengalami penurunan kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari sehingga pemberian kompres hangat sangat dibutuhkan pada lansia. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia penderita gout arthritis di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru. Desain penelitian yang digunakan adalah desain pra eksperimen dengan desain "One Group Pretest and Posttest. Populasi seluruh lansia penderita asam urat di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru adalah 17 lansia dengan sampel 17 lansia. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling. Hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000 < (0,05)$. Dapat disimpulkan bahwa penelitian menunjukkan pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dengan penyakit Gout Arthritis di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru.

Kata kunci: *gout arthritis*; kompres hangat; pengurangan nyeri.

Abstract

Gout is a condition of the end result of purine metabolism that can cause symptoms of unbearable pain, swelling and a burning sensation in the joints. This makes the elderly experience a decrease in the ability to carry out daily activities so that giving warm compresses is needed for the elderly. The purpose of the study was to determine the effect of warm compresses on reducing joint pain in the elderly with gout arthritis at UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru. The research design used was pre experimental designs with the design of "One Group Pretest and Posttest. The population of all elderly people with gout at UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru is 17 elderly people with a sample of 17 elderly people. The sampling technique is total sampling. The results of the study using statistical tests obtained the value of value = $0.000 < (0.05)$. It can be concluded that research shows the effect of warm compresses on reducing joint pain in the elderly with Gout Arthritis disease at UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru.

Keywords: *gout arthritis*; warm compress; pain reduction.

1. Pendahuluan

Bertambahnya usia harapan hidup di Indonesia yaitu 72 tahun, mengakibatkan jumlah penduduk lanjut usia semakin besar (Kemensos, 2012). Menurut World Health Organization (WHO) lanjut usia (lansia) adalah dimana seseorang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, lansia bukan penyakit namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan. Lanjut usia akan mengalami berbagai perubahan akibat terjadinya penurunan dari semua aspek diantaranya fungsi biologi, psikologis, sosial dan ekonomi. Perubahan ini akan memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan, termasuk status kesehatannya. Jumlah lansia di Indonesia tahun 2015 sebanyak 23.992.553 (9,77%) dan pada tahun 2020 meningkat menjadi 28.822.879 (11,34%) hal ini merupakan peringkat ke empat Dunia, di bawah Cina, India dan Amerika Serikat (Muhith & Siyoto, 2016). Sedangkan di Provinsi Riau, penduduk usia lanjut ada sekitar 400 ribuan. Menurut Badan Pusat Statistik Kota Pekanbaru terdapat 42.344 orang 64 tahun dengan jumlah 9.311 orang (Hardina, 2017). Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (2017) melaporkan bahwa kejadian gout arthritis termasuk sepuluh jenis penyakit terbesar di puskesmas yaitu sebanyak 8,339 jiwa. Unit Pelayanan Teknis Panti Sosial Tresna Werdha (UPT PSTW) Khusnul Khotimah Kota Pekanbaru didapatkan jumlah populasi lansia tahun 2013 yaitu 76 orang lansia meningkat pada tahun 2019 menjadi 80 orang lansia dan pada tahun 2021 yaitu 66 orang

lansia, dan yang menderita gout arthritis berjumlah 17 orang. Gout arthritis (asam urat) merupakan hasil metabolisme purin di dalam tubuh yang kadarnya tidak boleh berlebih. Faktor pemicu adalah makanan dan senyawa lain yang banyak mengandung protein. Penatalaksanaan diet untuk gout arthritis (GA) masalah diet rendah purin.⁽¹⁾ Terapi non farmakologi yang bisa dilakukan dalam mengurangi nyeri sendi adalah dengan melakukan tindakan kompres hangat (Experiment & Posttest, 2016). Kompres hangat akan melebarkan pembuluh darah disekitarnya, hal ini mempermudah kristal urat untuk masuk ke pembuluh darah dan meninggalkan sendi, kompres dengan air hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi dan mencegah terjadinya speme otot, dan memberikan rasa hangat, memberikan kompres hangat pada pasien dengan menggunakan kain yang sudah di basahi air hangat dengan suhu 300C – 450C selama 5 – 10 menit.

2. Metode Penelitian

Jenis dan penelitian merupakan model atau metode yang digunakan peneliti untuk melakukan suatu penelitian yang diberikan arah terhadap jalannya penelitian (Kelana, 2011). Jenis dan desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain penelitian *quast experiment* dengan rancangan *pre and post-test without control* (kontrol diri sendiri). Penelitian ini dilakukan di UPT. PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru, Karena jumlah lansia yang menderita Gout Athritis sebanyak 17 orang. Adapun waktu penelitian ini dimulai sejak

pengajuan judul pada bulan april sampai dengan penyerahan hasil seminar penelitian bulan juni 2021. Populasi pada penelitian ini yaitu lansia yang mengalami masalah gout athritis di UPT.PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru yaitu berjumlah 17 orang. Sampel Dalam penelitian ini peneliti menggunakan keseluruhan populasi sebagai objek penelitian (total sampling) sampel penelitian ini adalah keseluruhan lansia yang mengalami masalah gout athritis di UPT.PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru yaitu berjumlah 17 orang.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan pada 16 juli – 17 Juli 2021 di Wilayah UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru. Penelitian kompres hangat dilakukan selama 2 hari. maka berikut ini adalah laopran data yang berhasil didapatkan oleh peneliti.

Tabel 3.1 Distribusi Skala Nyeri Responden Sebelum Melakukan Kompres Hangat Di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru

Skala nyeri	Frekuensi	Persentase
Ringan	0	0
Sedang	8	47
Berat	9	53
Jumlah	17 orang	100 %

Mayoritas skala nyeri responden sebelum melakukan kompres hangat nyeri sedang berjumlah 8 orang (47%) dan nyeri berat 9 orang (53%).

Tabel 3.2 Distribusi Skala Nyeri Responden Sesudah Melakukan

Kompres Hangat Di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru

Skala nyeri	Frekuensi	Persentase
Ringan	3	18
Sedang	14	82
Berat	0	0
Jumlah	17 orang	100 %

Mayoritas skala nyeri responden sesudah melakukan kompres hangat nyeri ringan berjumlah 3 orang (18%) dan nyeri sedang 14 orang (82%).

Tabel 3.3 Perbandingan Rata – Rata Skala Nyeri Responden Sebelum Dan Sesudah Melakukan Kompres Hangat Di UPT PSTW Khusnul Khotimah

Skala Nyeri	mean	SD	<i>pvalue</i>
pre	6.35	0.996	0.000
post	5.53	1,007	

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3.3 dapat dilihat bahwa skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat didapatkan dengan nilai 6,35 dengan standar deviasi 0,996, sedangkan rata – rata nilai skala nyeri setelah di lakukan kompres hangat di dapatkan dengan nilai 5,52 dengan standar deviasi 1,007. Hasil uji paired – sample T test p value $0.000 < (0,05)$, berarti ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada pasien Gout Arthritis.

Kompres hangat bertujuan memberikan rasa hangat pada penderita asam urat dengan menggunakan cairan yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukannya. Kompres hangat dapat memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, memberi rasa nyaman atau hangat dan tenang. Kompres hangat yang dapat dipercaya menurunkan nyeri pada penderita asam urat. Menurut

asumsi peneliti kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri sendi, dikarenakan pada saat air hangat dikompreskan ke bagian tubuh yang nyeri atau meradang maka pembuluh darah akan melebar sehingga aliran darah dan oksigen akan lebih banyak mencapai bagian yang terasa sakit. Kompres hangat juga mampu membuat bagian tubuh yang terasa nyeri menjadi rileks sehingga tidak terasa kaku lagi. hal ini dibuktikan pula dengan hasil wawancara terhadap 17 responden, para lansia mengatakan adanya penurunan nyeri sendi yang dideritanya setelah melakukan kompres hangat dalam waktu 2 hari dan merasa rileks sehingga merasa nyaman setelah dikompres dengan menggunakan air hangat.

4. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penyakit Gout Arthritis di dapatkan bahwa skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat di hari pertama didapatkan dengan nilai 6,35 dengan standar deviasi 0,996, sedangkan rata – rata nilai skala nyeri setelah di lakukan kompres hangat di dapatkan dengan nilai 5,52 dengan standar deviasi 1,007. Hasil uji paired – sample T test p value $0.000 < (0,05)$, berarti ada pengaruh kompres hangat terhadap penurun skala nyeri pada pasien Gout Arthritis.

5. Daftar Pustaka

- [1] Kurniajati, Sandy & SAP. Kompres Hangat Efektif Menurunkan Nyeri Sendi Pada Penderita Asam Urat. *J STIKES*. 2015;8(2):166–75.
- [2] Anggraini, Silvia Nora & NFY. Efektifitas Kompres Ekstrak Jahe Terhadap Nyeri Sendi Lansia Dengan Arthritis Gout Di Panti Sosial Tresna Werda Khusnul Khotimah Pekanbaru. *Heal Care J Kesehat*. 2019;7(2):69–76.
- [3] Andarmoyo S. Konsep dan Aplikasi Manajemen Nyeri. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media; 2013.
- [4] Hoesny, R, Z Alim & RH. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2017. *J Fenom Kesehat*. 2018;1(1):38–43.
- [5] Muhit & Siyoto. Pendidikan keperawatan Gerontik. Yogyakarta: CV Andi Offset; 2016.
- [6] Notoatmojo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
- [7] Perry dan Potter. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Proses dan Praktik, Volume 2 Edisi 4. Jakarta: EGC; 2009.
- [8] Rati Eka Sriyanti. Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dengan Gout Arthritis Di Puskesmas Gajahan Surakarta. 2016.
- [9] Steven. Ilmu Keperawan (Edisi 2. Vol). Jakarta: EGC; 2014.

- [10] Yuliana, Muas, & Wa Mina et al. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia. *Indones J Community Dedication*. 2018;2(2):84–89.
- [11] Zahroh, Chilyatiz & KF. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Arthritis Gout. *J Ners Dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery)*. 2018;5(3):182–7.