

EFEKTIFITAS KOMPRES AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI SENDI PENDERITA *GOUT ARTHRITIS*

Munawaroh Siregar¹, Ari Pristiana Dewi², Yulia Irvani Dewi³

Fakultas Keperawatan

Universitas Riau

Email: munawarohsirmahabbati@gmail.com

Abstract

Warm water compresses is the treatment that can be used to reduce the intensity of pain in people with *gout arthritis*. The purpose of this research is to identify effectiveness of warm water compresses on reducing of joint pain of *gout arthritis* patient using *pre experiment (one group pre-test post test)*. Sample of this study is 17 people as warm water compresses group based on inclusion criteria using purposive sampling technique. The group of warm water compresses. were given intervention for 2 days consecutively. This research measured by NRS. The univariate analysis was conducted to show frequency distribution and bivariate analysis was conducted by *Wilcoxon* test. The statistic showed p value $(0.000) < \alpha (0.05)$, which means that there was no significant effectiveness warm water compresses on reducing of joint *gout arthritis* patient. Warm water compresses has similar characteristics in lowering the pain scale of *gout arthritis* patient, this compresses can be used as a reference when health education or family care in the community.

Keyword: *Gout Arthritis*, Warm Water Compresses, Joint Pain

PENDAHULUAN

Gout arthritis atau disebut orang awam dengan asam urat merupakan pembentukan kristal pada persendian, akibat tingginya kadar asam urat dalam tubuh (Dewi & Asnita, 2016). Kadar asam urat pada laki-laki adalah 3-7 mg/dl dan pada perempuan adalah 2-6 mg/dl, *gout arthritis* jarang terjadi pada laki-laki sebelum masa remaja sedangkan pada perempuan jarang sebelum menopause (Sudoyo, Setiyohadi, Alwi, Simadibrata, & Setiati, 2010).

Kejadian *gout arthritis* yang sering ditemukan pada usia 50 tahun ke atas. Hampir 85-90% penderita yang mengalami serangan pertama biasanya hanya mengenai satu persendian dan umumnya pada sendi atau ruas tulang telapak kaki dengan jari kaki (Fajriyah, Sani, & Winarsih, 2013). Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (2016) menyatakan bahwa *gout arthritis* termasuk 10 jenis penyakit terbesar di puskesmas berada di urutan ke-10 sebesar 8.449 orang.

Dewi dan Asnita, (2016) menyatakan bahwa terapi farmakologi merupakan penatalaksanaan yang menggunakan obat-obatan zat kimiawi sedangkan menurut Dalimartha, Adria, dan Dalimartha, (2014), merubah gaya hidup seperti tidak mengonsumsi makanan tinggi purin dan alkohol, mengurangi kegemukan, mencegah

trauma pada sendi yang sering mengalami serangan *gout arthritis* misalnya tidak memakai sepatu sempit.

Pengobatan non farmakologis dalam hal menurunkan nyeri pada penderita *gout arthritis* adalah dengan menggunakan terapi komplementer yaitu kompres hangat (Wurangin, Bidjuni, dan Kallo, 2012). Terapi tersebut mampu memvasodilatasi pembuluh darah dan memberikan efek relaksasi.

Hasil penelitian Wurangin, dkk (2012), dilakukan pada penderita *gout arthritis* yang mengalami nyeri pemberian kompres hangat berefek secara fisiologis dengan cara memperbaiki peredaran darah melalui proses vasodilatasi pembuluh darah, sehingga menambah asupan oksigen dan nutrisi yang menuju ke jaringan tubuh serta mempercepat penyembuhan jaringan lunak dengan hasil p value: 0,000 ($p < \alpha 0,05$). Pemberian kompres air hangat dapat menurunkan nyeri penderita *gout arthritis* yang menuju ke jaringan tubuh, mengurangi inflamasi, menurunkan kekakuan dan nyeri.

Hasil studi pendahuluan berupa wawancara yang dilakukan pada 31 Maret 2018 pada 10 orang yang datang ke Puskesmas Harapan Raya dan mengalami nyeri, bahwa sebanyak 6 orang mengalami nyeri skala 1-3 (skala 0-10) dan 4 orang mengalami nyeri skala 4-6 (skala 0-10). Dalam hal mengatasi

nyeri *gout arthritis*, sebanyak 5 orang mengatasi nyeri *gout arthritis* dengan menggunakan terapi komplementer seperti rebusan kumis kucing, rebusan daun sirsak, dan kompres hangat, sedangkan 5 orang selebihnya mengkonsumsi obat yang di resepkan oleh dokter.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas kompres air hangat terhadap penurunan nyeri sendi penderita *gout arthritis*.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam ilmu pengetahuan tentang efektifitas kompres air hangat terhadap penurunan intensitas nyeri penderita *gout arthritis*.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru. Penelitian ini penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *pre experiment (one group pre-test post test)*. Penelitian diawali dengan melakukan *pre test* pengukuran skala nyeri dan *scrining* kadar asam urat sebelum diberikan terapi pada kelompok eksperimen. Setelah intervensi selesai dilakukan *post test* pengukuran skala nyeri dan kadar asam urat pada kelompok eksperimen.

Populasi penelitian ini adalah seluruh penderita *gout arthritis* yang berobat ke Puskesmas Harapan Raya. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu kelompok kompres air hangat sebanyak 17 responden, nyeri *gout arthritis*, dan usia 40-59 tahun.

Alat pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar observasi yang berisikan biodata responden, skala intensitas nyeri numerik 0-10, dan kadar asam urat *pre-post test*.

Analisa data menggunakan analisa univariat mendeskripsikan karakteristik responden terkait usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, suku bangsa, lama menderita *gout arthritis*, riwayat keluarga, dan konsumsi alkohol untuk memperoleh gambaran intensitas nyeri responden. Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui dan membandingkan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres air hangat dengan menggunakan uji alternatif *Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariat

Distribusi berdasarkan karakteristik responden dijelaskan pada tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1

Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kelompok kompres air hangat	
	N	%
Usia		
a. 40-49	11	64.7
b. 50-59	6	35.3
Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	2	11.8
b. Perempuan	15	88.2
Pendidikan		
a. SD	9	52.9
b. SMP	3	17.6
c. SMA	4	23.5
d. Perguruan Tinggi	1	5.9
Pekerjaan		
a. Pedagang	2	11.8
b. IRT	15	88.2
Suku Bangsa		
a. Batak	4	23.5
b. Minang	8	47.1
c. Jawa	2	11.8
d. Melayu	3	17.6
Lama Menderita Gout Arthritis		
a. Kurang dari 12 bulan	3	17.6
b. Lebih sama dengan 12 bulan	14	82.4
Riwayat Keluarga		
a. Ada	4	23.5
b. Tidak ada	13	76.5
Konsumsi Alkohol		
a. Tidak	17	100.0

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian adalah berusia 40-49 tahun yaitu sebanyak 11 orang (64.7%), jenis kelamin terbanyak adalah perempuan 15 orang (88.2%), pendidikan terbanyak adalah SD 9 orang (52.9%), pekerjaan terbanyak adalah IRT 15 orang (88.2%), suku bangsa terbanyak adalah minang 8 orang (47.1%), lama menderita *gout arthritis* terbanyak adalah lebih sama dengan 12 bulan 14 orang (82.4%), riwayat keluarga terbanyak adalah tidak ada 13 orang (76.5%), dan yang konsumsi alkohol terbanyak adalah tidak 17 orang (100.0%).

2. Analisa Bivariat

Tabel 2

Distribusi Rata-Rata Skala Nyeri Gout Arthritis Sebelum dan Sesudah Kompres Air Hangat

Variabel	Mean	SD	Min	Max
Pre kompres air hangat	4.559	1.0736	2.5	5.5
Post kompres air hangat	2.618	0.7609	1.5	4.0

Tabel 2 menunjukkan *mean (pre test)* skala nyeri penderita *gout arthritis* kompres air hangat sebesar 4.559 dan *mean (post test)* skala nyeri penderita *gout arthritis* kompres air hangat sebesar 2.618.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden

Hasil penelitian terhadap 17 responden didapatkan usia responden terbanyak 40-49 tahun 11 orang (64.7%). Penyakit asam urat timbul karena proses penuaan, khususnya pada wanita yang sudah memasuki masa menopause yaitu 45-59 tahun karena jumlah hormon estrogen mulai mengalami penurunan. Pada usia seperti ini, penyakit *gout* lebih banyak terjadi (Kertia, 2009). Jenis kelamin terbanyak adalah perempuan 15 orang (88.2%). Latar belakang pendidikan SD yaitu sebanyak 9 orang (52.9%). Pekerjaan responden adalah IRT 15 orang (88.2%). Berdasarkan penelitian Fatimah (2017), menyatakan bahwa pekerjaan tidak mempengaruhi kadar asam urat dalam darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa suku penderita *gout arthritis* adalah Minang 8 orang (47.1%). Lama menderita *gout arthritis* terbanyak lebih sama dengan 12 bulan sebanyak 14 orang (82.4%). *Gout arthritis* menahun biasanya disertai tofi yang banyak dan terdapat poliartikular. Tofi ini sering pecah dan sulit sembuh dengan obat, kadang-kadang dapat timbul infeksi sekunder (Sudoyo, dkk, 2010). Riwayat keluarga responden pada penelitian ini adalah Tidak ada riwayat keluarga yang

menderita *gout arthritis* sebanyak 13 orang (76.5%). Konsumsi alkohol responden pada penelitian ini adalah “Tidak” sebanyak 17 orang (100.0%).

2. Perbedaan skala nyeri *gout arthritis* sebelum dan setelah intervensi kompres air hangat

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon* diperoleh rata-rata skala nyeri penderita *gout arthritis* sebelum dilakukan kompres air hangat 4.559 dengan standar deviasi 1.0736. Nilai tersebut dikatakan memenuhi salah satu karakteristik responden yang diharapkan oleh peneliti skala nyeri penderita *gout arthritis* >1, nilai tersebut menunjukkan bahwa responden mengalami nyeri. *Gout arthritis* berasal dari deposit kristal asam urat seperti jarum di sendi menyebabkan inflamasi dengan nyeri yang berat pada sendi yang terkena (Widi, Kertia, & Wachid, 2011).

Setelah dilakukan kompres air hangat didapatkan penurunan rata-rata sebanyak 1.941 dan hasil rata-rata skala nyeri penderita *gout arthritis* menjadi 2.618 dengan standar deviasi 0.7609. Hasil analisa diperoleh *p value* (0.000) < α (0.05) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan penurunan rata-rata skala nyeri penderita *gout arthritis* pada kelompok kompres air hangat. Setelah pemberian kompres hangat pada penderita *gout arthritis* ternyata efektif dalam menurunkan intensitas nyeri penderita (Wurangin, dkk, 2014).

Penggunaan kompres hangat dapat meningkatkan aliran darah ke suatu area dan dapat menurunkan nyeri dengan mempercepat penyembuhan. Peningkatan aliran darah dapat menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamin dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri lokal. Selain itu kompres hangat dapat merangsang serat saraf yang menutup gerbang sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dapat dihambat (Price & Wilson, 2006 dalam Fajriyah, dkk, 2013). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Amilia, (2013) bahwa pemberian kompres air

hangat terbukti berpengaruh menurunkan tingkat nyeri asam urat.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden yang terdiri dari 17 responden paling banyak berusia 40-49 tahun (64.7%), jenis kelamin perempuan (88.2%), pendidikan SD (52.9%), pekerjaan IRT (88.2%), bersuku bangsa Minang (47.1%), lama menderita *gout arthritis* lebih sama dengan 12 bulan (82.4%), riwayat keluarga tidak ada (76.5%), dan tidak konsumsi alkohol sebanyak (100.0%). Kompres dengan menggunakan media air hangat efektif terhadap skala nyeri penderita *gout arthritis* yang menunjukkan hasil kompres air hangat yang signifikan mengalami penurunan menggunakan uji *Wilcoxon* dengan p value $(0.000) < \alpha (0.05)$.

SARAN

1. Bagi institusi/ petugas kesehatan/ pemerintah
Institusi/ petugas kesehatan/ pemerintah dapat meningkatkan perkembangan ilmu pengetahuan dan menjadikan penelitian ini sebagai *evidence based practice* dalam meningkatkan pelayanan dan memberikan terapi kompres air hangat dan kompres hangat kayu manis untuk dimasa yang mendatang.
2. Bagi responden (penderita *gout arthritis*)
Penderita *gout arthritis* yang mengalami nyeri dapat menerapkan kompres air hangat sebagai terapi komplementer atau tradisional untuk mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Bagi peneliti lainnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dan informasi dasar untuk mengembangkan dan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi dalam keberhasilan intervensi penelitian kompres air hangat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang tak terhingga atas bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dalam penyelesaian laporan penelitian ini

¹**Munawaroh Siregar:** Mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

²**Ari Pristiana Dewi:** Dosen Departemen Keperawatan Komunitas Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

³**Yulia Irvani Dewi:** Dosen Departemen Keperawatan Maternitas Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

DAFTAR PUSTAKA

- Dalimartha, S. (2008). *Resep tumbuhan obat untuk asam urat*. Jakarta: Penebar Swadaya. Diperoleh pada 03 Juli 2018 dari <https://books.google.co.id>
- Dewanti, S. (2010). *Buku pintar kesehatan kolesterol, diabetes mellitus, & asam urat*. Jawa Tengah: Kawan Kita.
- Dewi, A. P., & Asnita, L. (2016). *Perawatan lansia penderita nyeri sendi dalam keluarga dan masyarakat*. Pekanbaru: UR Press.
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2015). *Profil kesehatan 2015*. Diperoleh tanggal 29 Januari 2018 dari <https://www.depkes.go.id/pdf>
- Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru. (2016). *Rekap laporan PTM di pelayanan dasar tahun 2016*. Pekanbaru: Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru.
- Fajriyah, N. N., Sani, A. T. K, dan Winarsih. (2013). *Efektifitas kompres hangat terhadap skala nyeri pada pasien gout vol. V, no. 2*. Diperoleh tanggal 28 Desember 2017 dari <http://www.journal.stikesmuh-pkj.ac.id>
- Fatimah, N. (2017). *Efektifitas senam ergonomik terhadap penurunan kadar asam urat pada lanjut usia dengan arthritis gout*. Di peroleh pada 04 Juli 2018 dari <https://www.repositori.uin-alaudidin.ac.id>
- Kurniawati, E., Kaawoan, A., dan Onibala, F. (2012). *Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap klien gout arthritis di Puskesmas Tahuna Timur Kabupaten Sangihe*. Di peroleh pada 03 Juli 2018 dari <https://www.ejournal.unsrat.ac.id>
- Riskesdas. (2013). *Riset kesehatan dasar*. Diperoleh tanggal 15 Maret 2018 dari <https://www.depkes.go.id>
- Sudoyo, A. W., Setiyohadi, B., Alwi, I., Simadibrata, K. M., & Setiati, S. (2010). *Ilmu penyakit dalam jilid III*. Jakarta: Internal Publishing.
- Waluyo, S., & Putra, B. M. (2013). *Cek kesehatan anda*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.

- Widi, R. R., Kertia, N., & Wachid, D. N. (2011). dari <https://journal.ugm.ac.id>
- Winkelman, *Hubungan dukungan sosial terhadap derajat nyeri pada penderita arthritis gout fase aku*. Di peroleh pada 04 Juli 2018 M. (2009). *Culture and health: Applying medical anthropology*. San Fransisco: Jhon Wiley and Sons. Di peroleh pada 05 Juli 2018 dari <http://www.books.google.go.id>
- Wurangin, M., Bidjuni, H., dan Kallo, V. (2012). *Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis di wilayah kerja Puskesmas Bahu Manado. Vol. 2, No. 2*. Di peroleh pada 04 Juli 2018 dari <https://ejournal.unsrat.ac.id>