



## Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Arthritis Gout



Chilyatiz Zahroh<sup>1</sup>, Kartika Faiza<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Univeristas Nahdlatul Ulama Surabaya

### Info Artikel

### Abstrak

#### Sejarah Artikel:

Diterima, 28/08/2018

Disetujui, 13/12/2018

Dipublikasi, 18/12/2018

#### Kata kunci:

Arthritis Gout, asan urat, Kompres

Hangat, Penurunan Nyeri

Asam urat merupakan kondisi hasil metabolisme akhir purin yang dapat menyebabkan gejala nyeri tidak tertahankan, pembengkakan dan rasa panas di persendian. Hal tersebut membuat lansia mengalami penurunan kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari sehingga pemberian kompres hangat diperlukan terhadap lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri asam urat. Desain penelitian ini menggunakan Pra-Experimental dengan pendekatan *One-group pra-post test design*. Populasinya adalah seluruh lansia penderita penyakit asam urat di Paguyuban Budi Luhur Surabaya sebesar 30 lansia, besar sampel 30 lansia. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sam-pling*. Variabel independen kompres hangat dan variabel dependen nyeri. Instrumen menggunakan Pre-Post pemberian kompres hangat. Hasil penelitian menunjukkan dari 30 responden, sebagian besar (70%) setelah dilakukan kompres hangat skala nyeri sedang dan hampir setengahnya (30%) nyeri ringan. Hasil uji wilcoxon sign rank test dengan nilai kemaknaan = 0,05. Didapatkan nilai = 0,000 yang berarti < maka H<sub>0</sub> ditolak artinya ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita penyakit asam urat di Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya. Simpulan penelitian ini adalah pemberian kompres hangat dapat mempengaruhi penurunan nyeri pada seseorang yang menderita penyakit asam urat, sehingga diharapkan Paguyuban Lansia dapat menerapkan serta meningkatkan pemberian kompres hangat terhadap lansia penderita penyakit asam urat.

✉ Correspondence Address:

Universitas Nahdlatul Ulama, Surabaya - East Java, Indonesia

Email: [chilyatiz@unusa.ac.id](mailto:chilyatiz@unusa.ac.id)

This is an Open Access article under

The CC BY-SA license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

DOI : [10.26699/jnk.v5i3.ART.p182-187](https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.ART.p182-187)

P-ISSN : 2355-052X

E-ISSN : 2548-3811

---

**The Effectiveness Of Warm Compress To The Reduction Of Pain In Gout Artritical Disease**

---

**History Article:**

Received, 28/08/2018  
Accepted, 13/12/2018  
Published, 18/12/2018

**Keywords:**

Gout Arthritis, Uric Acid,  
WarmCompress, Pain  
Reduction

**Abstract**

Uric acid is a condition of the end result of purine metabolism that can cause pain symptoms unbearable, swelling and hot feeling in the joints. This makes the elderly experience a decrease in ability to perform daily activities. so that warm compress are needed on the elderly. This study aimed to determine the effectiveness of giving warm compress to reduce uric acid pain. This study used Pre-Experiment with One-group approach of pre-post test design. The population was all elderly people with uric acid disease in Paguyuban Budi Luhur Surabaya as 30 elderly. The sample was 30 respondents. The independent variable was warm compress and the dependent variable was pain. The instruments to measured pain used pain scale. The results showed 30 respondents, mostly (70%) after warm compresses had moderate pain scale and nearly half (30%) had mild pain. The test results by wilcoxon sign rank test with significance value = 0.05. Obtained value = 0.000, which meant < then  $H_0$  rejected meant there was an effect of warm compress to the reduction of pain in people with uric acid disease in Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya. The conclusion of this study was the warm compresses could affect the reduction of pain in someone suffering from uric acid disease, so it is expected to Paguyuban Lansia can apply and improve the provision of warm compresses to elderly people with gout disease.

## PENDAHULUAN

Usia harapan hidup di Indonesia meningkat, yaitu 70,7 tahun. Lansia merupakan kelompok usia yang rentan terhadap kesakitan akibat penurunan fungsi dalam tubuh. Keluhan terkait gangguan musculoskeletal (nyeri) menjadi keluhan utama lansia di paguyuban lansia budi luhur Surabaya. Nyeri dirasakan pada pagi hari dan dapat menyebabkan gangguan pemenuhan kebutuhan dan aktivitas sehari-hari. Nyeri sendi tersebut berkaitan dengan metabolisme purin yang tidak optimal di dalam tubuh sehingga terjadi penumpukan. Hal tersebut dikenal dengan penyakit gout arthritis.

Jumlah lansia di Indonesia sebanyak 24,24% dari total jumlah penduduk, dan Jawa timur menduduki urutan ke 3 setelah Yogyakarta dan Jawa Tengah. Angka kesakitan lansia tahun 2014 sebesar 25,05 persen menunjukkan bahwa satu dari empat lansia mengalami sakit (Badan Pusat Statistik, 2015). Keluhan yang sering disampaikan Lansia adalah nyeri sendi. Nyeri sendi erat kaitannya dengan Gout Arthritis. Angka kejadian penyakit asam urat di Jawa timur adalah 26,4% (Kemenkes RI, 2013). Studi pendahuluan pada Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya didapatkan hasil 65% mengeluh nyeri sendi dan kadar asam urat di atas kadar normal.

Arthritis gout merupakan hasil metabolisme purin didalam tubuh yang kadar tidak boleh berlebih. Faktor pemicu adalah makanan dan senyawa lain yang banyak mengandung protein. Penatalaksanaan diet untuk Gout Arthritis (GA) masalah diet rendah purin (Kowalak, 2011). Gejala nyeri yang dirasakan penderita dapat menyebabkan perubahan fisiologis yang berpengaruh terhadap penampilan fisik dan menu-runnya fungsi tubuh pada kehidupan sehari-hari. Penderita GA dapat mengalami gangguan mobilitas fisik, gangguan tidur, bahkan gangguan interaksi sosial. Sehingga hal tersebut perlu mendapat penanganan segera.

Pentalaksanaan pada penderita asam urat dapat dengan edukasi, pengaturan diet, istirahat sendi dan pengobatan (kolaboratif). Pengobatan dilakukan secara dini agar blm tidak terjadi kerusakan sendi ataupun komplikasi lain, pengobatan asam urat bertujuan menghilangkan keluhan nyeri sendi dan peredaran dengan obat-obat (Aru, 2010). Standart akreditasi rumah sakit yang dikeluarkan oleh JCI (Joint Commision International) tahun 2011 bahwa hak pasien untuk mendapatkan asesmen dan pengelolaan nyeri. Pasien dibantu dalam pengelolaan rasa

nyeri secara efektif. Pasien yang kesakitan mendapat asuhan sesuai pedoman pengelolaan nyeri (Kemenkes RI, 2013). Perawat perlu memberikan intervensi atau tindakan non farmakologis untuk mengatasi nyeri. Penanganan penderita asam urat difokuskan pada cara mengontrol rasa sakit, mengurangi kerusakan sendi, dan meningkatkan atau mempertahankan fungsi dan kualitas hidup (Gulbuddin, 2017). Tindakan non farmakologis untuk penderita asam urat adalah kompres hangat. (Mellynda, 2016). Menurut penelitian yang dilakukan Wahyu-ningsih tahun 2013, menghasilkan kesimpulan, setelah dilakukan hasil kompres hangat lebih efektif untuk menurunkan nyeri pada penderita asam urat (Mellynda, 2016). Kompres hangat adalah upaya yang mudah dan murah, sehingga diharapkan dapat mengatasi atau menurunkan keluhan nyeri lansia dengan GA.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri asam urat.

## BAHAN DAN METODE

Pada penelitian ini desain yang digunakan adalah *Pra-Experimen* dengan pendekatan *One group pra-post test design*. Pra eksperimental bertujuan membandingkan atau membedakan suatu tindakan tanpa ada kelompok kontrol (Nursalam, 2013). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2018 di Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya. Populasi pada penelitian ini adalah 30 orang. Besar sampel penelitian yaitu 30 responden yang diambil menggunakan *Nonprobability sampling* dengan teknik *total sampling* yaitu teknik pengambilan. Variabel penelitian ini adalah kompres hangat (variabel independen) dan nyeri (variabel dependen). Instrumen untuk memberikan kompres adalah bulu-bulu dan air hangat yang telah diukur suhunya dan *numeric analog scale* untuk mengukur nyeri. Nyeri dianalisis dengan uji Wilcoxon sign rank test.

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Lansia

Batasan usia menurut Depkes adalah berusia 60 tahun atau lebih.

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 30 responden terdapat hampir setengahnya (36,7%) lansia berusia 62 tahun.

**Tabel 1 Distribusi responden berdasarkan usia lansia di Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya tahun 2018**

Usia (tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
60 tahun	8	26,7
61 tahun	6	20,0
62 tahun	11	36,7
63 tahun	3	10,0
64 tahun	2	6,6
Jumlah	30	100

Sumber Data primer Juli 2018

### Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 2 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin lansia di Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya tahun 2018**

Jenis kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Perempuan	30	100
Jumlah	30	100

Sumber Data primer Juli 2018

**Tabel 3 Tabulasi silang Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada penderita Penyakit Arthritis Gout di Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya tahun 2018**

Nyeri	Perlakuan kompres Hangat			
	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Nyeri ringan	0	0	9	30
Nyeri sedang	11	36,7	21	70
Nyeri berat	19	62,3	0	0
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Uji statistik *Wilcoxon Sign Rank*

*Test Asymp Sig = 0,000*

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa Nilai *post test* lebih kecil dari nilai *pre test* ternyata mempunyai nilai 28 artinya terdapat 28 responden yang mengalami penurunan nyeri sesudah diberikan perlakuan. Nilai *post test* lebih besar dari nilai *pre test* ternyata mempunyai nilai 0 artinya tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan nyeri sesudah perlakuan. Pada nilai *pre test* sama dengan nilai *post test* ternyata mempunyai nilai 2 artinya sebanyak 2 responden tidak terdapat perubahan nyeri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Hasil uji *wilcoxon sign rank test* dengan nilai kemakna = 0,05 didapatkan nilai = 0,000 ( $0,000 < 0,05$ ) maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Asam Urat Di paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya.

## PEMBAHASAN

### Skala Nyeri (Pre) Perlakuan Kompres Hangat

Berdasarkan Tabel 3 diketahui dari 30 responden didapatkan sebagian besar (62,3%) menunjukkan skala nyeri berat dan hampir setengahnya (36,7%) menunjukkan skala nyeri sedang.

Nyeri sangatlah berpengaruh terjadinya asam urat yang ditandai dengan kekakuan pada satu atau lebih pada sendi terjadi di pergelangan tangan, kaki, lutut, panggul dan bahu. Merasakan nyeri pada lanjut usia dapat mengganggu pola aktivitas sehari-hari. Hal ini dapat terjadi karena banyaknya faktor yang dapat mempengaruhi diantaranya budaya, persepsi seseorang, perhatian dan variable-variable psikologis lain yang mengganggu perilaku berkelanjutan. Nyeri sebagai pengalaman yang tidak menyenangkan, baik sensori maupun emosional yang berhubungan dengan resiko atau aktulnya kerusakan jaringan tubuh (Judha, 2012)

*Internasional Association For Study Of Pain (IASP)* mendefenisikan nyeri sebagai suatu sensori subjektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan yang bersifat akut yang dirasakan dalam kejadian-kejadian dimana terjadi kerusakan (Potter & Perry, 2005).

Nyeri sangat subjektif sehingga skala nyeri pada masing-masing orang dapat berbeda meskipun dengan kasus yang sama. Sehingga perawat perlu melakukan pendekatan yang berbeda.

### Skala Nyeri (Post) Perlakuan Kompres Hangat

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 30 responden terdapat sebagian besar (70%) nyeri sedang dan hampir setengahnya (30%) nyeri ringan. Lansia diberikan terapi kompres hangat dapat mem-pelancar darah membuat otot tubuh lebih rileks, menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri dengan dilakukan hanya tempat bagian sendi dan tubuh yang nyeri.

Pemberian kompres hangat adalah memberikan rasa hangat pada penderita asam urat dengan menggunakan cairan yang menimbulkan hangat pada

bagian tubuh yang memerlukannya. tujuan memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, memberi rasa nyaman atau hangat dan tenang. Kompres hangat yang dapat dipercaya menurunkan nyeri pada penderita asam urat. Kompres hangat dengan kehangatan suhu air 30c-45c Dengan jenios reseptor berespon terhadap panas VRL-1(Vanilloid Receptor-Like 1), Reseptor terkait yang tidak berespon terhadap kapsain ( bahan kimia yang menimbulkan nyeri) melainkan nosiseptor rangsangan yang berpotensi merusak nyeri sehingga dapat menurunkan rasa nyeri (Ganong, 2008).

Hasil Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 responden terdapat hampir setengahnya (36,7%) lansia berusia 62 tahun, sebagian kecil (6,7%) lansia berusia 64 tahun termasuk lanjut usia.

Usia lanjut merupakan tahap perkembangan normal yang akan dialami oleh setiap individu yang mencapai usia lanjut dan merupakan kenyataan yang tidak dapat dihindari. Lansia merupakan dua kesa-tuan fakta sosial dan biologi. Sebagai suatu fakta sosial, lansia merupakan suatu proses penarikan diri seseorang dari berbagai status dalam suatu struktur masyarakat. Pra lansia Seseorang yang berusia 45-59 tahun, Lansia Seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih dan Lansia resiko tinggi Seseorang yang berusia 70 tahun atau lebih.

Hasil Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 30 responden seluruhnya (100%) berjenis kelamin perempuan. semakin bertambahnya usia seseorang kualitas fisik dan kekuatan tubuh bertambah menurun, mengakibatkan terjadinya dengan proses menua. begitu juga lansia rentannya tubuh terhadap serangan penyakit ternasuk asam urat. Perubahan fisik maupun terhadap fungsi organ dan dapat berpe-ngaruh pada kehidupan sehari-hari.

Penyakit asam urat menyerang wanita yang sudah menopause. Pada wanita yang belum meno-pause maka kadar hormon estrogen cukup tinggi, hormon ini membantu mengeluarkan asam urat melalui kencing sehingga kadar asam urat wanita yang belum menopause pada umumnya normal. Laki-laki penyakit asam urat sering menyerang di usia setengah baya. Pada usia setengah baya kadar hormon androgennya mulai stabil tinggi dan kadar asam urat darahnya pun bisa tinggi bahkan sudah bisa menimbulkan gejala penyakit asam urat akut (Junadi, 2012).

## **Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Asam Urat**

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa Nilai *post test* lebih kecil dari nilai *pre test* ternyata mempunyai nilai 28, artinya terdapat 28 responden yang mengalami penurunan nyeri sesudah diberikan perlakuan. Nilai *post test* lebih besar dari nilai *pre test* ternyata mempunyai nilai 0 artinya tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan nyeri sesudah perlakuan. Pada nilai *pre test* sama dengan nilai *post test* ternyata mempunyai nilai 2 artinya sebanyak 2 responden tidak terdapat perubahan nyeri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dikarenakan air pada kantong buli-buli seharusnya di isi ulang jika air sudah tidak panas, waktu melakukan kompres hangat hasil lebih maksimal.

Hasil uji *wilcoxon sign rank test* dengan nilai kemakna = 0,05 didapatkan nilai = 0,000 (0,000 < 0,05) maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Asam Urat Dipaguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita penyakit arthritis gout. Hal tersebut senada dengan penelitian Rezky, 2013 dan Rizka, 2014 yang menyatakan kompres hanya dapat menurunkan nyeri penderita gout arthritis. Kompres hangat meredakan nyeri dengan mengurangi spasme otot, merangsang nyeri, menyebabkan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah. Pembuluh darah akan melebar sehingga memperbaiki peredaran darah dalam jaringan tersebut. Manfaatnya dapat memfokuskan perhatian pada sesuatu selain nyeri, atau dapat tindakan pengalihan seseorang tidak terfokus pada nyeri lagi, dan dapat relak-sasi. Menurut Steven (2014), dengan pemberian kompres hangat, pembuluh-pembuluh darah akan melebar sehingga memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut. Dengan cara ini penyaluran zat asam dan bahan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat yang dibuang akan diperbaiki. Aktivitas sel meningkat akan mengurangi rasa nyeri dan akan menunjang proses penyembuhan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti, maka peneliti menyimpulkan beberapa hal sebagai berikut: 1) Lansia di Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya sebagian besar sebelum diberikan perlakuan kompres hangat skala nyeri berat, 2) Lansia di Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya hampir seluruhnya sesudah diberikan perlakuan kompres hangat skala nyeri sedang, 3) Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita penyakit asam urat di Paguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya.

### Saran

Bagi peneliti :Intervensi mandiri perawat dalam menangani nyeri pada pasien gout; Bagi paguyuban: diharapkan paguyuban lansia dapat menerapkan pemberian kompres hangat terhadap penderita penyakit asam urat agar dapat mengurangi rasa nyeri, Bagi masyarakat: diharapkan masyarakat mengetahui tentang pentingnya pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita penyakit asam urat

### DAFTAR PUSTAKA

- Aru W, Sudoyo. (2010). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*, jilid II edisi V, Jakarta : Interna Publising.
- Badan Pusat Statistik. (2015). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014; Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional*. (D. Susilo, A. Chamai, & N. B. Handayani, Eds.). Jakarta: Badan Pusat Statistik, Jakarta Indonesia. Retrieved from [https://www.bappenas.go.id/files/data/Sumber\\_Daya\\_Manusia\\_dan\\_Kebudayaan/Statistik\\_Penduduk\\_Lanjut\\_Usia\\_Indonesia\\_2014.pdf](https://www.bappenas.go.id/files/data/Sumber_Daya_Manusia_dan_Kebudayaan/Statistik_Penduduk_Lanjut_Usia_Indonesia_2014.pdf)
- Ganong, W.F. (2008) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* Edisi 22. Jakarta : EGC
- Gulbuddin, Hikmatyar (2017). *Pentalaksanaan Komprehensif Arthritis Gout dan Osteorhritis Pada Buruh Usia Lanjut*.
- Junadi, I. (2012). *Rematik dan Asam urat* Edisi Revisi . Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer
- Judha, dkk (2012). *Teori Pengaruh Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kowalak, Jennifer P. *Buku Ajar Patofisiologi*. Jakarta: EGC.
- Mellynda dkk. (2016). *Kompres Hangat Terhadap Penurunan Pengaruh Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Baku Manado*.
- Nursalam (2013). *Metodologi Penelitian Dalam Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Kemnterian Kesehatan RI. (2013). *Gambaran Lanjut usia Indonesia* [www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-lansia.pdf](http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-lansia.pdf) (diakses pada tanggal 20 september 14.00 WIB)
- Potter & perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik*. Edisi 4 volume 2. Jakarta: EGC.
- Rezky, Amila. (2013) *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Arthritis Gout pads Lanjut Usia di Kampung Tegalegendu Kecamatan Kota Gede Yogyakarta*.
- Rizka, Dwi. (2014). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Penderita Asam Urat Dengan Kepatuhan Diet Rendah Purin Di Gawanan Timur Kecamatan Colombu Karanganyar*.
- Steven, (2014). *Ilmu Keperawatan* (Edisi 2. Vol) Jakarta : EGC.
- Wahyuningsih A. (2013). *Efektifitas Kompres hangat dalam menurunkan intensitas nyeri dysmenorhea pada mahasiswi stikes Rs Baptis Kediri*. Jurnal stikes. Vol 6.