

EFEKTIFITAS PEMBERIAN TERAPI KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA LANSIA PENDERITA GOUT ARTRITIS

THE EFFECTIVENESS OF GIVING WARM COMPRESS THERAPY TOWARDS PAIN REDUCTION IN ELDERLY GOUT PATIENTS

Chusnul Aprilia Rahmawati¹, Zauhani Kusnul^{2*}

STIKes Pamenang

*Korespondensi Penulis : zauhani.kusnul@gmail.com, chusnulaprilias3@gmail.com

Abstrak

Gout arthritis merupakan penyakit yang terjadi pada daerah sendi yang diakibatkan oleh tingginya kadar asam urat dalam darah yang dapat menyebabkan penumpukan kadar asam urat di dalam persendian dan organ lainnya yang dapat menimbulkan rasa nyeri karena adanya peradangan. Nyeri yang dirasakan biasanya muncul pada saat malam hari. Asam urat dapat disebabkan oleh adanya pemecahan sel-sel dalam tubuh secara terus menerus yang didukung oleh mengkonsumsi makanan yang mengandung purin. Untuk mengatasi nyeri terapi nonfarmakologi diharapkan dapat menjadi alternatif dalam mengurangi nyeri pada penderita asam urat. Salah satu terapi nonfarmakologi yang digunakan adalah pemberian kompres hangat. Tujuan tinjauan pustaka ini adalah untuk mengkaji lebih dalam publikasi hasil penelitian yang berkaitan dengan pemberian terapi kompres hangat untuk mengatasi nyeri pada penderita asam urat. Metode penulisan studi literatur ini adalah merujuk artikel publikasi pada jurnal nasional dengan topik terkait efektifitas pemberian terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita asam urat dan disajikan dalam bentuk artikel, penelusuran dilakukan menggunakan database elektronik yaitu *Google Scholar* dengan memasukkan keyword 1 “kompres hangat”, keyword 2 “lansia dengan asam urat”, keywords 3 “kompres hangat, nyeri asam urat”. Hasil dari penelusuran artikel publikasi yang terkait secara keseluruhan menyatakan bahwa pemberian terapi kompres hangat dapat mengurangi nyeri pada penderita asam urat. Kesimpulan yang dapat diambil adalah pengobatan alternatif atau terapi nonfarmakologi pemberian kompres hangat terhadap pengurangan nyeri pada penderita asam urat.

Kata kunci : Gout arthritis, Nyeri, Kompres Hangat

Abstract

Gout is a disease that occurs in the joint area caused by high levels of uric acid in the blood which can cause a buildup of uric acid levels in joints and other organs that can cause pain due to inflammation. The pain that is felt usually appears at night. Gout can be caused by the continuous breakdown of cells in the body which is supported by consuming foods that contain purines. To overcome pain, non-pharmacological therapy is expected to be an alternative in reducing pain in patients with gout. One of the non-pharmacological therapies used is the provision of warm compresses. The purpose of this literature review is to examine more deeply the publication of research results related to the provision of warm compress therapy to treat pain in patients with gout. The method of writing this literature study is to refer to published articles in national journals with topics related to the effectiveness of giving warm compresses therapy to reducing pain in gout sufferers and presented in the form of articles, searches are carried out using an electronic database, namely Google Scholar by entering the keyword 1 "warm compresses", keyword 2 "elderly with gout", keywords 3 "warm compress, gout pain". The results of the search for related publication articles overall state that giving warm compress therapy can reduce pain in gout sufferers. The conclusion that can be drawn is alternative medicine or non-pharmacological therapy, giving warm compresses to reduce pain in gout sufferers.

Keywords: Gout, Pain, Warm Compress

Pendahuluan

Usia harapan hidup di Indonesia meningkat yaitu 70 tahun (Zahroh, 2018). Menurut Undang – Undang kesejahteraan lanjut usia No.13 tahun 1998, lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas baik laki-laki maupun perempuan, tidak mempunyai atau tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk memenuhi keperluan hidup sehari-hari, dan menerima nafkah dari orang lain (Ekasari, 2018). Lansia merupakan kelompok usia yang rentan terserang penyakit akibat penurunan fungsi dalam tubuh akibat proses penuaan. Penuaan tersebut disebabkan karena berkurangnya jumlah dan kemampuan sel tubuh, pada umumnya tanda dan proses menua mulai tampak sejak usia 45 tahun dan akan menimbulkan masalah pada usia 60 tahun (Anwar & Yulia, 2020). Lansia yang mengalami penurunan fungsi sangat rentan terhadap terserangnya penyakit (Wilda, 2020).

Penyakit tidak menular atau PTM merupakan penyakit terbanyak yang ada di Indonesia, dimana keadaan penyakit tidak menular ini masih merupakan masalah kesehatan yang penting yang harus dihadapi oleh pelayanan kesehatan di Indonesia (Jaliana, 2018). Salah satu penyakit tidak menular (PTM) yaitu asam urat (Jaliana, 2018).

Prevalensi asam urat di dunia sebanyak 34,2%. *Gout arthritis* atau asam urat sering terjadi di negara maju contohnya Amerika. Di Amerika prevalensi *gout arthritis* atau asam urat sebanyak 26,3% dari total jumlah penduduknya. Peningkatan jumlah penderita *gout arthritis* atau asam urat tidak hanya terjadi di negara maju saja namun peningkatan tersebut juga terjadi pada negara berkembang, salah satunya adalah Negara Indonesia (WHO, 2017). Menurut Riskesdas tahun 2018 prevalensi *gout arthritis* atau asam urat di Indonesia mengalami peningkatan. Prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnose tenaga kesehatan di Indonesia sebanyak 11,9% dan berdasarkan diagnose atau gejala sebanyak 24,7%, prevalensi tertinggi pada umur ≥ 75 tahun sebanyak 18,9%. Penderita wanita juga lebih banyak (8,5%) dibanding laki-laki (6,1%) (Riskesdas, 2018). Prevalensi *gout arthritis* atau asam urat di Jawa Timur sebesar 17%. Hasil Riskesdas Jawa Timur 2018, proporsi tingkat ketergantungan lanjut usia ≥ 60 tahun berdasarkan penyakit sendi

tertinggi pada ketergantungan mandiri (67,51%) (Riskesdas, 2018).

Asam urat atau *gout arthritis* merupakan hasil metabolisme akhir purin dalam tubuh, zat asam urat ini biasanya akan dikeluarkan oleh ginjal melalui urine dalam keadaan normal. Namun, dalam kondisi tertentu ginjal tidak mampu mengeluarkan zat asam urat secara seimbang sehingga menyebabkan kelebihan kadar asam urat dalam darah (Firman, 2017). Kelebihan zat asam urat ini akan menyebabkan penumpukan dan penimbunan pada daerah persendian dalam bentuk kristal (Sandy, 2015). Penimbunan kristal atau penimbunan asam urat pada daerah persendian akan menimbulkan rasa nyeri. Persendian yang sering terkena nyeri adalah bagian sendi yang berada pada ujung tubuh seperti ibu jari, sedangkan sasaran lainnya adalah sendi pada daerah siku, lutut, pergelangan kaki, pergelangan tangan, dan bahu (Sandy, 2015).

Faktor pemicu yang dapat menyebabkan terjadinya asam urat yaitu mengkonsumsi makanan yang mengandung purin secara berlebihan. Beberapa jenis makanan yang mengandung banyak purin yang dapat menyebabkan asam urat yaitu jeroan (babat, usus, paru, dan hati), *seafood* (udang, kerang, ikan teri, dan ikan sarden), ekstrak daging (daging sapi, daging kambing, daging ayam), kacang-kacangan (kacang kedelai, kacang tanah, kacang hijau, melinjo), sayuran (kembang kol, bayam, daun singkong, daun pepaya, kangkung), makanan yang diolah menggunakan margarine atau mentega (Irianto, 2017).

Banyak penderita asam urat yang mengeluh nyeri pada daerah persendian, nyeri sering terjadi pada malam hari atau pada saat tengah malam menjelang pagi tiba-tiba penderita terbangun karena merasakan nyeri yang sangat hebat dan tidak tertahankan (Sandy, 2015). Nyeri yang dirasakan bervariasi, mulai dari nyeri ringan, nyeri sedang hingga nyeri berat. Nyeri yang dirasakan pada daerah persendian merupakan gejala khas pada penderita asam urat, peradangan pada daerah persendian dapat menyebabkan pembengkakan. Peradangan ini apabila tidak segera ditangani dapat menyebabkan kerusakan pada sendi yang lama-kelamaan akan merubah struktur sendi sehingga menyebabkan fungsi sendi mengalami penurunan dan dapat

mengakibatkan cacat (Noviyanti, 2015) dalam (Rezkiyah, 2017).

Untuk mengatasi keluhan nyeri yang muncul pada penderita asam urat terdapat berbagai terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi yang biasa dilakukan adalah dengan mengkonsumsi obat anti nyeri yaitu kelompok *Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs* (NSAID). NSAID dimulai dengan dosis maksimum pada tanda pertama dari serangan, dan dosis diturunkan pada saat gejala sudah mulai mereda, Kolkisin untuk menghambat polimerisasi mikrotubul dengan mengikat mikrotubul subunit mikroprotein dan mencegah agregasinya (As'adi, 2017). Namun penggunaan anti nyeri dalam waktu jangka panjang dapat menimbulkan efek samping, misalnya gastritis/tukak lambung (As'adi, 2017). Maka dari itu terapi non farmakologi diharapkan menjadi alternatif sebagai pengurangan rasa nyeri pada penderita asam urat, salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu kompres hangat (Lestari, 2014) dalam (Hasrul, 2018).

Menurut (Zahroh, 2018) dengan pemberian kompres hangat, pembuluh-pembuluh darah akan melebar sehingga dapat memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut, dengan cara ini penyaluran zat asam dan bahan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan zat-zat yang akan dibuang diperbaiki. Aktivitas sel meningkat yang akan mengurangi rasa nyeri dan akan menunjang proses penyembuhan. Dan kompres hangat ini merupakan tindakan sederhana non invasive sehingga mudah diterapkan dan relative aman.

Metode

Metode pencarian dan kriteria seleksi artikel dilakukan melalui penelusuran hasil-hasil publikasi ilmiah pada rentang tahun 2012-2022 menggunakan database elektronik yaitu *Google Scholar*.

Pada database google scholar dengan memasukkan keyword 1 "kompres hangat" ditemukan 8.050 artikel. Keyword 2 "lansia dengan asam urat" ditemukan 4.930 artikel. Keywors 3 "kompres hangat, nyeri asam urat" ditemukan 1.130 artikel. Selanjutnya dilakukan pembatasan jumlah artikel limit after date (after 2012) ditemukan 1.030 artikel. Limit relevansi ditemukan 10 artikel. Bagian ini berisi analisis terhadap literatur hasil penelitian terkait dengan topik penelitian

sejumlah 10 artikel yang dipublikasikan maksimal 10 tahun terakhir. Literatur hasil penelitian yang dimaksud adalah artikel publikasi hasil penelitian original bukan publikasi riview artikel.

Hasil

Penelitian Zahroh *et al.*, 2018 dengan judul "Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit *Arthritis Gout*" kompres hangat dapat menurunkan nyeri pada penderita *gout*. Pemberian kompres hangat adalah memberikan rasa hangat pada penderita asam urat dibagian tubuh yang mengalami nyeri dengan menggunakan air hangat. Tujuannya adalah untuk memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, memberi rasa nyaman atau hangat dan tenang pada area yang mengalami nyeri. Kompres hangat yang dapat dipercaya menurunkan nyeri pada penderita asam urat. Hasil penelitian menunjukkan dari 30 responden, 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. 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.

Penelitian Hasrul *et al.*, 2018 dengan judul "Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri *Gout Arthritis* Pada Lansia" kompres hangat dapat meredakan nyeri pada penderita *gout arthritis*. Kompres hangat menimbulkan efek vasodilatasi pembuluh darah meningkatkan aliran darah. Peningkatan aliran darah ke suatu area dan kemungkinan dapat menurunkan nyeri dengan mempercepat penyembuhan, tetapi dalam melakukan kompres hangat digunakan dengan hati-hati dan dipantau secara cermat untuk menghindari cedera kulit. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan kompres hangat pada penurunan intensitas nyeri *Gout*

Arthritis pada lansia adalah Skala nyeri sedang (4-6) sebanyak 13 orang (65%), sedangkan sampel yang Skala nyeri berat (7-10) sebanyak 7 orang (35%). Setelah diberikan kompres hangat pada penurunan intensitas nyeri Gout *Arthritis* pada lansia yang menunjukkan hasil Skala nyeri ringan (1-3) sebanyak 14 orang (70%) dan responden Skala nyeri sedang (4-6) sebanyak 6 orang (30%). Hasil Analisis Bivariat menunjukkan di dapatkan nilai $P = 0,000$ dengan tingkat kemaknaan $p < \alpha (0,05)$ yang dimana $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri *Gout Arthritis* Pada Lansia.

Penelitian Melty., 2016 dengan judul “Efektivitas Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Asam Urat Di Puskesmas Lubuk Begalung Tahun 2016” kompres air hangat berpengaruh dalam penurunan nyeri asam urat. Pemberian kompres air hangat adalah intervensi keperawatan yang sudah lama di aplikasikan oleh perawat, kompres air hangat dianjurkan untuk menurunkan nyeri karena dapat meredakan nyeri, meningkatkan relaksasi otot, meningkatkan sirkulasi, meningkatkan relaksasi psikologis, dan memberi rasa nyaman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa diketahui rerata skala nyeri asam urat sebelum diberikan kompres air hangat adalah 6,75 dengan standar deviasi 1,215 nilai terendah 5 dan nilai tertinggi 9. Setelah diberikan perlakuan kompres air hangat rerata skala nyeri asam urat menjadi 5,58 dengan standar deviasi 0,793 nilai rendah 4 dan nilai tertinggi 7. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan efektivitas kompres air hangat terhadap penurunan skala nyeri padapatient asam urat, dimana untuk kompres air hangat dengan $p \text{ value} = 0.002$ penurunan rerata skala nyeri sebesar 1,167.

Penelitian Rezkyiah *et al.*, 2017 dengan judul “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien *Gout Arthritis* Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2017” Kompres hangat adalah tindakan yang dilakukan dengan memberikan cairan

hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat, dan tujuannya untuk memperlancar sirkulasi darah, dan mengurangi rasa sakit atau nyeri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nyeri pada responden sebelum dilakukan kompres hangat nyeri ringan sebanyak 2 orang (8.7%), skala nyeri sedang sebanyak 9 orang (39.1%), dan berat sebanyak 12 orang (52.2%). Setelah dilakukan kompres hangat terjadi perubahan dimana nyeri ringan 13 orang (56.5%), nyeri sedang 9 orang (39.1%), dan pada nyeri berat tidak di dapatkan pada responden setelah intervensi. Dari hasil analisis dengan menggunakan dari uji Paired Samples T Test diperoleh bahwa terdapat perbedaan nyeri pada responden gout arthritis sebelum dilakukan kompres hangat dengan sesudah diberikan kompres hangat. Dengan nilai p diperoleh melalui uji T test adalah ($P = 0.000$) dimana $P < (0.05)$, maka H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pemberian kompres hangat memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan skala nyeri pada pasien gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Kota Palopo.

Penelitian Risal., 2019 dengan judul “Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien *Gout Arthritis* Di Wilayah Kerja Puskesmas Tomoni Luwu Timur” Kompres merupakan metode pemeliharaan suhu tubuh dengan menggunakan cairan atau alat yang dapat menimbulkan hangat atau dingin pada bagian tubuh yang memerlukan dengan tujuan untuk memperlancar sirkulasi darah, dan mengurangi rasa sakit atau nyeri. Kompres hangat adalah tindakan yang dilakukan dengan memberikan cairan hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat. Berdasarkan Analisa statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon, menunjukkan hasil yang signifikan, dimana terlihat perbedaan yang sangat disignifikan pada angka rata-rata antara penurunan skala nyeri

sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Skala nyeri rata-rata sebelum diberikan kompres hangat adalah 6,24 dengan standar deviasi 1,548 perbandingannya setelah diberikan kompres hangat adalah 3,30 dengan standar deviasi 1,621. Dengan nilai kemakna $\alpha = 0,05$ didapatkan nilai $p = 0,000$ ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak yang berarti ada Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Asam Urat Dipaguyuban Lansia Budi Luhur Surabaya.

Penelitian Mellynda *et al.*, 2014 dengan judul “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita *Gout Arthritis* Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado” Pengobatan non farmakologis sangat efektif dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri yang timbul pada gout arthritis. Banyak referensi yang mengatakan bahwa kompres hangat dapat menurunkan nyeri pada gout arthritis. Berdasarkan latar belakang ini, maka peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana pengaruh kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis. Analisa statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon, menunjukkan hasil yang signifikan, dimana terlihat perbedaan yang sangat disignifikan pada angka rata-rata antara penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Skala nyeri rata-rata sebelum diberikan kompres hangat adalah 6,23 dengan standar deviasi 1,547 perbandingannya setelah diberikan kompres hangat adalah 3,30 dengan standar deviasi 1,622. Dengan ($p = 0,000$) dimana $p < \alpha$ (0,05), maka H_0 ditolak dan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada pasien gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado.

Penelitian Nuniek *et al.*, 2013 dengan judul “Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien *Gout*” Kompres merupakan metode pemeliharaan suhu tubuh dengan menggunakan cairan atau alat yang dapat menimbulkan hangat atau dingin pada bagian tubuh yang memerlukan dengan tujuan untuk memperlancar sirkulasi darah, dan

mengurangi rasa sakit atau nyeri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri pada pasien gout sebelum pemberian intervensi kompres hangat terdapat berskala nyeri 4 sebanyak 4 responden, berskala nyeri 5 sebanyak 4 responden, berskala nyeri 6 sebanyak 6 responden, berskala nyeri 7 sebanyak 4 responden, dan berskala nyeri 8 sebanyak 2 responden. Dan skala nyeri pada responden setelah pemberian intervensi kompres hangat untuk rata-rata skala nyeri 2,25 dan rata-rata skala nyeri 2,75 masing-masing terdapat satu responden, untuk rata-rata skala nyeri 3 sebanyak tiga responden, rata-rata skala nyeri 3,25 sebanyak tiga responden, rata-rata skala nyeri 3,5 terdapat satu responden, rata-rata skala nyeri 4 terdapat satu responden, rata-rata skala nyeri 4,25 sebanyak tiga responden, untuk rata-rata skala nyeri 4,5 terdapat satu responden, rata-rata skala nyeri 5,25 terdapat dua responden, rata-rata skala nyeri 6 terdapat dua responden, untuk rata-rata skala nyeri 6,25 terdapat satu responden, dan untuk ratarata skala nyeri 6,75 terdapat satu responden.

Penelitian Sandy *et al.*, 2015 dengan judul “Kompres Hangat Efektif Menurunkan Nyeri Sendi Pada Penderita Asam Urat” Pasien asam urat dengan keluhan nyeri sendi ini mengalami penurunan rata-rata skala nyeri sebesar 3,46 dengan hasil uji statistic *Wilcoxon* sebesar $p = 0,000$ yang diartikan terdapat perubahan nyeri awal yang lebih besar daripada nyeri akhir setelah kompres hangat. Hal ini membuktikan bahwa kompres hangat yang diberikan selama 2x20 menit dengan suhu 50°C-60°C dengan cara pemberian setiap 20 menit mengganti air panas didalam kantong air panas mampu memberikan pengaruh menurunkan nyeri pada persendian yang dirasakan oleh penderita asam urat.

Penelitian Eneng *et al.*, 2022 dengan judul “Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Si Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Kabupaten Pandeglang Banten” Pasien asam urat sebelum diberikan kompres hangat mayoritas memiliki skala nyeri hebat (7-10) sedangkan setelah diberikan kompres

hangat skala nyeri menurun menjadi skala nyeri ringan (1-3). Dengan hasil uji *Wilcoxon* = 0,000 atau (p value <0,0005) menyatakan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, berarti terdapat pengaruh atau efektif kompres hangat menggunakan botol yang diisi dengan air 40-43°C, dilapisi kain saat diaplikasikan selama 20 menit dilakukan selama 3 kali dalam seminggu untuk menurunkan nyeri pada penderita gout arthritis.

Penelitian Ulfa *et al.*, 2022 dengan judul “Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia dengan Penyakit *Gout Arthritis*” Mayoritas skala nyeri responden sebelum melakukan kompres hangat nyeri sedang berjumlah 8 orang (47%) dan nyeri berat 9 orang (53%). Skala nyeri responden sesudah melakukan kompres hangat nyeri ringan berjumlah 3 orang (18%) dan nyeri sedang 14 orang (82%). Hasil uji paired – sample T test p value $0.000 < (0,05)$, berarti ada pengaruh kompres hangat menggunakan kain yang sudah di basahi air hangat dengan suhu 30°C – 45°C selama 5 – 10 menit terhadap penurun skala nyeri pada pasien lansia dengan Gout Arthritis.

Hasil dari berbagai penelitian tentang pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri di atas mendukung pendapat umum yang menyatakan bahwa kompres hangat merupakan terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri pada penderita asam urat. Hal ini disebabkan karena dengan pemberian kompres hangat menimbulkan efek vasodilatasi pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah, peningkatan aliran darah ke suatu area dapat menurunkan nyeri dan dapat mempercepat kesembuhan (Hasrul, 2018).

Selain itu, menurut (Zahroh, 2018) dengan pemberian kompres hangat, pembuluh-pembuluh darah akan melebar sehingga dapat memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut, dengan cara ini penyaluran zat asam dan bahan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan zat-zat yang akan dibuang diperbaiki. Aktivitas sel meningkat yang akan mengurangi rasa nyeri dan akan menunjang proses penyembuhan.

Kompres hangat dapat digunakan untuk menurunkan nyeri, salah satunya nyeri sendi pada penderita asam urat. Kompres hangat

merupakan tindakan yang dilakukan dengan memberikan cairan hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan rasa nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat yang bertujuan untuk memperlancar sirkulasi darah, dan mengurangi rasa sakit atau nyeri (Anggraini, 2020).

Dengan dilakukan terapi kompres hangat akan memberikan respon fisiologi tubuh akan meningkatkan aliran darah keseluruhan tubuh terutama ke daerah yang nyeri sehingga dapat merelaksasikan tubuh dan timbul rasa menyenangkan, perasaan ini akan memberikan efek terhadap nyeri berupa pengurangan nyeri yang disebabkan oleh otak dan tubuh merasa rileks dan secara otomatis akan membuat seseorang merasa lebih tenang dan nyaman. Perasaan tenang dan nyaman memiliki pengaruh positif terhadap penyembuhan yang lebih optimal (Hasrul, 2018).

Kesimpulan

Berdasarkan penelusuran artikel publikasi ilmiah tentang pemberian terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada lansia penderita asam urat dapat disimpulkan bahwa kompres hangat efektif sebagai terapi non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri pada penderita asam urat.

Daftar Pustaka

- Anggraini, D., Apriani, D (2020) Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Panti Sosial Lanjut Usia, Vol.1 No.1:49-54.
- Anwar, S., Yulia, V. (2020) Penyuluhan tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Herbal Untuk Penyakit Asam Urat Di Desa Labuhan Labo. Jurnal Education And Development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan, Vol.8 No 1.
- As’adi, M., dkk (2017) Waspada Terhadap Asam Urat. Yogyakarta: Diva Press.
- Ekasari, M. F., Ni Made R., Tien H (2018) Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Strategi Intervensi. Malang: Wineka Media.

- Eneng, A., Milla E.S., Tommy J.F.W. (2022) Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Kabupaten Pandeglang Banten. *Jurnal Keperawatan* Vol.10 No.1:1-7.
- Firman, A., Ani R., Rista E. M (2017) Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Gout Arthritis Terhadap Perilaku Pencegahan Gout Arthritis Pada Lansia. *Global Health Science* Vol.2 No.2: 111-116.
- Hasrul., Muas (2018) Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, Vol. 7, No. 2.
- Irianto, K., dkk (2017) Memahami Berbagai Penyakit. Bandung: Alfabeta. CV.
- Jaliana., Suhadi., La Ode M. S (2018) Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara 2017. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* Vol.3 No.2:1-13.
- Mellynda, W., Hendro, B., Vandri, K (2014) Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado. *Jurnal Keperawatan*, Vol. 2, No. 2.
- Melti, S (2016) Efektifitas Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Asam Urat Di Puskesmas Lubuk Begalung Tahun 2016. *Jurnal Keperawatan*, Vol. 1, No. 1.
- Noviyanti (2015) dalam Rezkiah, H., Zainal, A., Rika, H (2017) Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2017. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, Vol. 1, No. 1.
- Nuniek, N. F., Aida, T. K. S. Winarsih (2013) Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, Vol. 5, No. 2.
- Rezkiah, H., Zainal, A., Rika, H (2017) Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2017. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, Vol. 1, No. 1.
- Risal, M (2019) Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Tomoni Luwu Timur. *Jurnal Ilmiah Keperawatan dan Kebidanan Holistic Care (JIKKHC)*, Vol. 3, No. 2.
- Riskesdas Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf.
- Sandy, K., Septyan A.P. (2015) Kompres Hangat Efektif Menurunkan Nyeri Sendi Pada Penderita Asam Urat. *Jurnal STIKES* Vol.8 No.2:166-175.
- Ulfa, H., Asniati., Noviyanti. (2022) Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Penyakit Gout Arthritis. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan* Vol 9 No.1:62-66.
- Wilda, L. O., Panorama, B. (2020) Kompres Hangat Jahe Terhadap Perubahan Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Gout. *Jurnal of Ners Comunity* Vol. 11 No.1:28-34.
- World Health Organization (WHO)*. (2017). *Methods and Data Sources Global Burden of Disease Estimates 2000-2015*.
- Zahroh, C., Kartika F (2018) Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri pada Penderita Penyakit Gout Arthritis. *Jurnal Ners dan Kebidanan* Vol.5 No.3:182-187.