



Penurunan Tingkat nyeri melalui Terapi Non Farmakologi pada Lansia dengan *Gout Arthritis*

Nuril Yumna¹, Nurul Hadi², Rahmawati²

¹Mahasiswa Program Studi Profesi Ners, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

²Bagian Keilmuan Keperawatan Gerontik, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Artikel Diterima: (Agustus 2023)

Artikel Direvisi: (September 2023)

Artikel Disetujui: (November 2023)

*Corresponding author : nurilyumna3@gmail.com

ABSTRAK

Gout Arthritis merupakan salah satu penyakit sendi yang disebabkan oleh gangguan metabolisme purin yang ditandai dengan tingginya kadar asam urat didalam darah sehingga mengakibatkan penderita kesulitan berjalan, sendi terasa sakit bahkan dapat menimbulkan kecacatan. Prevalensi *gout arthritis* di Indonesia yaitu sebanyak 7,3% dan di Aceh jumlah kasus *gout arthritis* yaitu 2.637 jiwa . Hasil pengkajian didapatkan Ny.A mengeluh nyeri pada kedua lututnya dan memberat pada saat bangun dari duduk yang lama. Tujuan dilakukannya penelitian menggunakan pendekatan studi kasus adalah untuk membantu Ny.A dalam mengatasi masalah nyeri sendi yang disebabkan oleh *gout arthritis* dengan terapi nonfarmakologi kompres hangat daun kelor. Pemberian implementasi dilakukan 3 hari berturut-turut selama 15 menit pada tanggal 14-16 Juli 2023. Hasil evaluasi menunjukkan terjadi penurunan skala nyeri pada Ny.A yaitu dari 5 NRS menjadi 2 NRS serta penurunan kadar asam urat dari 7,5 mg/dL menjadi 5,3 mg/dL. Disarankan kepada pelayanan kesehatan terutama puskesmas dapat menjadikan implementasi ini sebagai penanganan nyeri pada klien ataupun keluarga yang merawat klien dengan *gout arthritis*.

Kata kunci : *Gout arthritis*, Lansia, nyeri, terapi nonfarmakologis

ABSTRACT

Gout Arthritis is one of the joint diseases caused by purine metabolism disorders characterized by high levels of uric acid in the blood, resulting in difficulty walking, painful joints and even disability. The prevalence of *gout arthritis* in Indonesia is 7.3% and in Aceh the number of cases of *gout arthritis* is 2,637 people. The results of the study found that Mrs. A complained of pain in both knees and aggravated when she woke up from prolonged sitting. The purpose of the research using a case study approach was to help Mrs.A in overcoming joint pain problems caused by *gout arthritis* with nonpharmacological therapy warm compresses of Moringa leaves. The implementation will be carried out 3 consecutive days for 15 minutes on July 14-16, 2023. The evaluation results showed a decrease in the pain scale in Mrs.A, from 5 NRS to 2 NRS and a decrease in uric acid levels from 7.5 mg / dL to 5.3 mg / dL. It is recommended that Public Health Center, can make this implementation as pain management for clients or families who treat clients with *gout arthritis*.

Keywords: *Gout Arthritis*, Elderly, Pain, Nonfarmakology Therapy



PENDAHULUAN

Menua ialah proses biologis yang tidak dapat dihindari. Proses penuaan terjadi secara alamiah yang menyebabkan timbulnya masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis (Mustika, 2019). Menurut Nugroho (2016), terdapat masalah kesehatan yang sering ditemukan pada lansia yang sangat erat kaitannya dengan proses bertambahnya usia. Salah satu permasalahan tersebut adalah terjadinya gangguan pada persendian.

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit sendi yang diakibatkan oleh gangguan metabolisme purin yang ditandai dengan tingginya kadar asam urat di dalam darah (Susanto, 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2017 prevalensi *gout arthritis* di dunia sebanyak 34,2% dan meningkat pada tahun 2018 yaitu sebanyak 34,8%. Peningkatan kasus *gout arthritis* juga terjadi di Indonesia dengan prevalensi *gout arthritis* sebanyak 7,3% dan Aceh menduduki provinsi paling tinggi yaitu sebanyak 13,26% (Risksedas, 2018). Data menurut Dinas Kesehatan Banda Aceh (2021) dalam Nasari, Bahri dan Kamal (2022), jumlah kasus *gout arthritis* di Aceh adalah sebanyak 2.637 jiwa.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Bidan Desa didapatkan masalah kesehatan yang paling banyak di alami lansia di Gampong Lamteh Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh salah satunya adalah *gout arthritis* yang berada pada posisi kedua setelah hipertensi. Hal ini ditandai dengan banyaknya lansia mengeluh nyeri sendi pada saat posbindu.

Penderita *gout arthritis* umumnya akan mengalami nyeri yang ditandai dengan gejala peradangan pada sendi dan jaringan sekitarnya (Andarmoyo, 2020). Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat serta berintensitas ringan hingga berat dan konstan (SDKI, 2017). Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada lansia (Ny.A) dengan masalah *gout arthritis* yang dialaminya kurang lebih sejak 3 tahun yang lalu didapatkan Ny.A mengeluh sering merasakan nyeri pada kedua lututnya dan meningkat pada saat bangun dari

duduk yang lama. Ny.A mengatakan rutin meminum obat asam urat dan obat nyeri yang diresepkan dokter serta Ny.A tidak mengetahui cara penanganan nyeri akibat *gout arthritis* yang dialaminya selain dengan cara meminum obat. Ny.A juga terlihat meringis, sesekali mengusuk kedua lututnya dan terlihat kesulitan berdiri. Didapatkan hasil pengkajian skala nyeri dan kadar asam urat Ny.A pada saat pengkajian awal adalah 5 NRS dan 7,5 mg/dL.

Adanya masalah keperawatan yaitu nyeri pada lansia dengan *gout arthritis*, maka diperlukan penanganan dan pencegahan untuk mengurangi rasa nyeri tersebut. Ada dua jenis terapi yang dapat mengurangi rasa nyeri, yaitu terapi farmakologi dengan meminum obat seperti obat Anti Inflamasi Non-Steroid (OAINS) dan terapi nonfarmakologi dengan terapi tarik napas dalam dan memberikan kompres hangat untuk meredakan nyeri dan inflamasi.

Kompres hangat merupakan metode yang sangat efektif dalam mengurangi nyeri maupun kejang otot. Panas yang disalurkan melalui bantalan panas (konduksi) dapat melebarkan pembuluh darah sehingga melancarkan aliran darah. Pemberian kompres hangat juga berfungsi untuk memberikan rasa nyaman, mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri, mengurangi spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu (Rahmawati, 2017). Menurut Maula dan Ulfah (2023) kompres hangat dapat dilakukan bersamaan dengan beberapa tanaman herbal, salah satunya adalah dengan daun kelor.

Daun kelor atau *Moringa leaves* merupakan tanaman yang mengandung berbagai senyawa yang sangat berpengaruh bagi tubuh seperti steroid, tanin, triterpenoid, saponin, flavonoid, alkaloid dan antarkuinon yang berfungsi sebagai antibiotik, antiinflamasi, antibakteri dan detofikasi. Senyawa flavonoid yang berfungsi menghambat xanthin oxidase atau enzim yang mengoksidasi hipoksantin menjadi xantin dan kemudian membentuk asam urat di dalam tubuh (Widiyanto dkk, 2020). Selain itu daun kelor juga mengandung pterogosperrin yang bersifat merangsang pada kulit sehingga dapat digunakan sebagai obat yang menghangatkan dan mengobati kelemahan



anggota tubuh seperti kaki dan tangan serta mengurangi rasa nyeri (Pamungkas, 2021).

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk memberikan implementasi berupa kompres hangat daun kelor pada lansia dengan nyeri *gout arthritis*.

KASUS

Pengkajian yang dilakukan pada tanggal 10-12 Juli 2023 dengan Ny.A didapatkan hasil Ny.A adalah lansia berumur 76 tahun yang merupakan seorang ibu rumah tangga bersuku Aceh dan berasal dari Gampong Lamteh Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. Ny.A berstatus janda dan memiliki tujuh orang anak. Ny.A tinggal dengan anak keenamnya bersama dengan menantu dan kedua cucunya. Ny.A mengatakan ia mengalami *gout arthritis* dan merasakan nyeri sendi kurang lebih sejak 3 tahun yang lalu. Sakit dan nyeri pada kedua lututnya akan bertambah jika bangun dari duduk yang lama. Ny.A mengatakan hasil pemeriksaan yang ia lakukan pada tanggal 26 Juni 2023 lalu didapatkan hasil kadar asam uratnya adalah 8,1 mg/dL. Ny.A mengatakan ia rutin meminum obat yang diberikan dokter yaitu Allupurinol 100 mg dan Antalgin 500 mg.

Hasil pemeriksaan fisik yang dilakukan pada Ny.A didapatkan tekanan darah 145/90 mmHg, Suhu 36,5 °C, HR 85 x/menit, RR 22 x/menit dan kadar asam urat 7,5 mg/dL. Pada saat pengkajian *head to toe* yang dilakukan pada Ny.A didapatkan kulit kepala hingga rambut bersih, rambut beruban dengan karakteristik lurus dan tidak terlalu lebat. Pada daerah mata sklera tidak bermasalah dengan karakteristik berwarna putih, konjungtiva tidak anemis, pengelihan Ny.A tidak rabun, tidak ada pembengkakan dan sekret di hidung, mukosa bibir lembab dan tidak pucat, mulutnya bersih serta gigi Ny.A masih lengkap dan bersih. Tidak ada pembengkakan kelenjar, ekspansi dada simetris, suara paru vesikular, tidak ada nyeri tekan pada perut, tidak ada perut, kekuatan otot ekstremitas atas 5 dan kekuatan otot ekstremitas bawah 4, postur tubuh sedikit membungkuk serta rentang gerak sedikit terbatas dikarenakan Ny.A sering merasa nyeri pada kedua lutut.

Pada pengkajian psikosial, didapatkan Ny.A memiliki hubungan yang baik dan mampu berinteraksi dengan tetangga sekitar. Ny.A juga

memiliki emosi yang stabil. Ny.A makan sebanyak 2 kali sehari dan sering menghabiskan 1 porsi makanannya. Ny.A jarang meminum air putih, biasanya Ny.A mengkonsumsi air putih < 3 gelas per hari. Ny.A tidak memiliki gangguan tidur dan waktu luang Ny.A gunakan untuk mengunjungi rumah anak-anaknya dan adik-adiknya. Frekuensi BAB Ny.A adalah 1 hari sekali dan frekuensi BAK Ny.A adalah 4-6 kali sehari dengan warna kuning jernih. Ny.A mengatakan dirinya mandi dan sikat gigi 2 kali sehari dan mengganti pakaiannya 2 kali sehari.

Hasil pengkajian SPPB didapatkan bahwa Ny.A mendapatkan hasil 5 poin, dimana tes keseimbangan mendapatkan 1 poin karena Ny.A tidak mampu berdiri lama, tes kecepatan berjalan mendapatkan 2 poin karena Ny.A mampu berjalan sepanjang 4 meter selama 8 detik dan tes berdiri mendapatkan 2 poin karena Ny.A mampu berdiri dari kursi sebanyak 5 kali dalam waktu 20 detik. Sehingga dapat disimpulkan Ny.A memiliki keseimbangan yang kurang baik. Pada pengkajian fungsional menggunakan *KATZ Index* didapatkan hasil 6 poin yang tergolong dalam kategori tinggi dimana Ny.A masih bisa melakukan kegiatan sehari-hari secara mandiri seperti makan, BAB/BAK, mandi dan berpakaian. Sedangkan pengkajian fungsional dengan menggunakan *Lawton IADL*, Ny.A mendapatkan 2 poin yang berarti tergolong dalam kategori memiliki level ketergantungan yang tinggi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan pengkajian yang telah dilakukan, Ny.A sudah menderita *gout arthritis* kurang lebih sejak 3 tahun yang lalu dengan keluhan nyeri pada kedua lututnya yang memberat ketika bangun dari duduk yang lama. *Gout arthritis* merupakan salah satu penyakit yang menyerang sendi yang disebabkan oleh monosodium urat mengendap dalam jaringan sinovial dan jaringan lainnya yang dapat menyebabkan penderitanya merasakan nyeri, bengkak, kemerahan dan hangat pada sendi (Novia, Apriyeni & Prigawuni, 2021).

Penanganan nyeri sendi pada penderita *gout arthritis* dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan terapi farmakologi seperti mengkonsumsi Anti Inflamasi Non-Steroid (OAINS) dan terapi nonfarmakologi salah

satunya seperti kompres hangat. Menurut penelitian yang dilakukan Hasana, Asniati dan Noviyanti (2022) mengatakan bahwa kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada sendi, hal ini disebabkan karena pada saat bantalan hangat yang dikompreskan ke bagian tubuh yang nyeri atau meradang akan menyebabkan pembuluh darah melebar sehingga aliran darah menuju ke bagian yang sakit lebih banyak. Pemberian kompres hangat dapat diberikan dengan menggunakan tanaman herbal, salah satunya dengan daun kelor.

Menurut Hidayatullah (2020) daun kelor mengandung senyawa flavonoid yang memiliki molekul kecil dan kelarutan sedang dalam air hangat sehingga memungkinkan potensi yang baik untuk meresap ke dalam kulit karena adanya penyerapan yang masuk melalui pori-pori kemudian diserap oleh jaringan epitel, sehingga terjadi pelebaran pembuluh darah yang menyebabkan aliran darah kebagian tubuh yang nyeri meningkat. Selain itu kandungan flavonoid akan menghambat kerja enzim siklooksigenase yang menyebabkan terhambatnya pembentukan prostaglandin sehingga rasa nyeri berkurang.

Setelah diberikannya intervensi berupa kompres hangat daun kelor untuk mengurangi nyeri lutut pada Ny.A dalam 3 hari berturut-turut selama 15 menit sesuai dengan penelitian yang dilakukan Maula dan Ulfah (2023) didapatkan hasil terjadinya penurunan nyeri pada lutut Ny.A.

Tabel 1. Hasil Intervensi Pemberian Kompres Hangat Daun Kelor pada Ny.A

Tanggal	Skala Nyeri		Keterangan
	Sebelum	Setelah	
14 Juli 2023	5 NRS	4 NRS	Klien meminum obat nyeri; Antalgin 500 mg
15 Juli 2023	5 NRS	3 NRS	
16 Juli 2023	3 NRS	2 NRS	

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 1 diatas dapat dikatakan bahwa pemberian kompres hangat daun kelor pada lansia dengan *gout arthritis* dapat mengurangi intensitas nyeri sendi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maula dan Ulfah (2023) yang menyatakan hasil pemberian intervensi kompres hangat daun

kelor menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri dari sebelum dilakukan tindakan dengan skala 5 (nyeri sedang) dan sesudah dilakukan tindakan menjadi skala 2 (ringan). Penelitian yang dilakukan Hidayatullah (2020) menyatakan bahwa kompres hangat daun kelor memberikan pengaruh yang bermakna terhadap skala nyeri sendi pada lansia dengan asam urat. Hasil penelitian yang dilakukan Widiyanto dkk (2020) juga menyatakan bahwa kompres hangat daun kelor efektif menurunkan nyeri asam urat pada lansia di Desa Kenteng, Nogosari, Boyolali, dimana skala nyeri sebelum diberikannya kompres hangat daun kelor didapatkan rata-rata skala nyeri adalah 5 dan setelah diberikannya kompres hangat didapatkan rata-rata skala nyeri adalah 1. Hal ini juga dibuktikan dengan Ny.A terlihat lebih rileks, tenang dan nyaman pada saat diberikannya kompres hangat daun kelor tersebut. Berdasarkan dari beberapa penelitian yang mendukung studi kasus yang dilakukan penulis, dapat disimpulkan bahwa intervensi kompres hangat daun kelor dapat menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan *gout arthritis*. Dapat diasumsikan bahwa nyeri ringan dan sedang masih bisa diatasi dengan terapi komplementer dan dapat dilakukan sendiri oleh individu yang mengalami *gout arthritis* (Widiyanto dkk, 2020).

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit sendi yang diakibatkan oleh penumpukan kadar asam urat didalam darah. Kadar normal asam urat dalam darah untuk perempuan adalah 2-6 mg/dL dan untuk laki-laki adalah 3-7,2 mg/dL. Tingginya kadar asam urat didalam darah tersebutlah yang dapat menyebabkan gangguan pada tubuh seseorang seperti nyeri pada sendi (Andry dkk, 2009; Nugroho, 2019).

Tabel 2. Hasil Pengukuran Kadar Asam Urat Ny.A pada Hari Kunjungan Pertama dan Hari Terakhir.

Tanggal	Kadar Asam Urat	Keterangan
10 Juli 2023	7,5 mg/dL	Klien mengkonsumsi obat asam urat; Allupurinol 100 mg
16 Juli 2023	5,3 mg/dL	

Sumber: Data Primer, 2023



Berdasarkan Tabel 2 diatas didapatkan bahwa terjadi penurunan kadar asam urat setelah diberikannya kompres hangat daun kelor. Hal ini disebabkan oleh senyawa flavonoid yang terkandung dalam daun kelor. Senyawa flavonoid yang berfungsi menghambat xanthin oxidase atau enzim yang mengoksidasi hipoksantin menjadi xantin dan kemudian membentuk asam urat di dalam tubuh (Widiyanto dkk, 2020). Hasil penelitian lain yang dilakukan (Manek dkk, 2020) menyatakan daun kelor mempunyai kandungan flavonoid yang mampu menurunkan kadar asam urat dalam darah yang bekerja dengan menghambat kerja enzim xanthine oksidase. Selain itu terdapat respon fisiologis sebagai bentuk kompensasi tubuh dalam menurunkan kadar asam urat dalam tubuh berupa enzim urikase. Enzim urikase berfungsi untuk meningkatkan pengeluaran asam urat dengan mengubah asam urat menjadi alantoinin yang lebih mudah diekskresikan dibanding asam urat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus terkait implementasi terapi nonfarmakologi untuk penurunan nyeri pada lansia dengan *gout arthritis* dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres hangat daun kelor sangat berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri lansia yaitu dari 5 NRS (sedang) sebelum diberikannya intervensi menjadi skala 3 NRS (ringan) setelah diberikannya intervensi. Selain itu kompres hangat daun kelor juga dapat menurunkan kadar asam urat didalam darah pada lansia dengan *gout arthritis*.

SARAN

Disarankan kepada pelayanan kesehatan setempat dapat menjadikan implementasi kompres hangat daun kelor ini sebagai penanganan nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri pada lansia dengan *gout arthritis*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada klien dan keluarga, kepala desa beserta perangkat, pihak puskesmas, dosen pembimbing dan semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan studi kasus ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2020). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.
- Hasana, U., Asniati, A., & Noviyanti, N. (2022). Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Penyakit Gout Arthritis. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu*. Pekalongan, 9(1), 62-66.
- Hidayatullah, F. (2020). Pengaruh Kompres Hangat Daun Kelor Terhadap Nyeri Sendi pada Lasia dengan Asam Urat di Desa Petronayan Boyolali (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).
- Manek, B. K. dkk. (2020). Uji Efek Etanol Daun Kelor (Moring Oleifera) Sebagai Penurunan Kadar Asam Urat Pada Tikus Putih Galur Sprague dawley. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 8(3), 185-190.
- Maula, L., & Ulfah, M. (2023). Implementasi Pemberian Kompres Hangat Daun Kelor Terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia dengan Gout Arthritis di Desa dawuhan, Padarama, Purbalingga. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4(1), 37-42.
- Mustika, I. W. (2019). Buku Pedoman Model Asuhan Keperawatan Lansia Bali Elderly Care (BEC). *Journal of Chemical Information and Modelling*, 53(9), 1689-1699.
- Nasari, M., Bahri., T. S., & Kamal, A. (2022). Manajemen Diet pada Pasien Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Banda Aceh, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 6(4).
- Nugroho, R. B. (2019). Pemeriksaan dan Penyuluhan Glukosa Darah dan Asam Urat pada Lansia di RW 22 Kelurahan Nusukan Kecamatan Banjarsari Kota



- Surakarta. *Empowering: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3. 58-68.
- Novia, V.R., Apriyeni, E., & Prigawuni, F. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Arthritis Gout di Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Padang. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 130-137.
- Pamungkas, P. (2021). Rendaman Daun Kelor Terhadap Nyeri Sendi pada Lansia dengan Osteoarthritis. *Infokes*, 11(2), 439-442.
- Rahmawati, N. (2017). Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Dengan Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi pada Wanita Lanjut Usia di Graha Werdha Maria Joseph Pontianak dan Graha Werdha Kasih Bapa Kabupaten Kubu Raya. *ProNers*, 3(1).
- Riskesdas Provinsi Aceh. (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Susanto, H. (2018). Asuhan Keperawatan Pasien Gout Arthritis Pada Tn M Dan Ny S Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Upt Pstw Jember Tahun 2018.
- Tim Poksa SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*. Edisi 1. Cetakan III. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia.
- Widiyanto, A., Pradana, K. A., Hidayatullah, F., Atmojo, J. T., Putra, N. S., & Fajriah, A. S. (2020). Efektifitas Kompres Hangat Daun Kelor Terhadap Nyeri Asam Urat pada Lansia di Desa Kenteng, Nogosari, Boyolali. *Avicenna: Journal of Health Research*, 3(2), 103-113.
- World Health Organization (WHO). (2017). *People in Report*. Retrieved from www.who.int.
- Error! No bookmark name given.