

**IMPLEMENTASI KOMPRES HANGAT DALAM MENURUNKAN NYERI AKUT
PADA GOUT ARTHRITIS**Shofa Setya Ningrum^{1*}, Tri Suraning Wulandari², Parmilah³^{1,2,3}Akademi Keperawatan Alkautsar Temanggung^{1*}Shofasetyaningrum@gmail.com, ²Trisuraningwulandari@gmail.com, ³Mila25774@gmail.com**Abstrak**

Gout arthritis atau biasa disebut asam urat adalah penyakit yang menyerang pada bagian persendian disebabkan tingginya kadar asam urat (>7mg/dl) di dalam tubuh. Tanda dan gejala yang sering muncul salah satunya nyeri pada bagian persendian. Dampak nyeri jika tidak ditangani akan menjadikan ketidaknyamanan seperti kecemasan, menurunkan kualitas hidup, mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu cara untuk mengatasi nyeri yaitu dengan kompres hangat. Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan kompres hangat tujuannya mengetahui bagaimana implementasi kompres hangat dalam menurunkan nyeri akut pada pasien asam urat. Metode penelitian menggunakan metode kualitatif yaitu strategi pendekatan penelitian studi kasus (*case study research*) dengan 2 pasien berusia 65 tahun dan 75 tahun, instrumen yang digunakan dalam penelitian yaitu wawancara, observasi dan juga tindakan. Hasil analisis menunjukkan setelah dilakukan intervensi selama 3 kali dalam seminggu nyeri pada pasien mengalami penurunan setelah dilakukan kompres hangat. Hal ini dibuktikan dengan penurunan skala dari skala 3 (sedang) menjadi skala 5 (menurun), kedua responden mengalami penurunan nyeri dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Hasil penelitian menunjukkan kompres hangat efektif dalam menurunkan nyeri akut pada penderita *Gout Arthritis*.

Kata kunci: Asam Urat, Nyeri Akut, Kompres Hangat.

Abstract

Gout arthritis or commonly called *gout* is a disease that attacks the joints due to high levels of uric acid (>7mg/dl) in the body. Signs and symptoms that often appear, one of which is pain in the joints. The impact of pain if not treated will make discomfort such as anxiety, reduce quality of life, interfere with daily activities. One way to deal with pain is with a stomach compress. This study was conducted by giving warm compresses with the aim of finding out how the implementation of warm compresses in reducing acute pain in gout patients. The research method uses a qualitative method, namely a case study research approach strategy with 2 patients aged 65 years and 75 years, the instruments used in the research are interviews, observations and also actions. The results of the analysis showed that after 3 times a week the patient's pain decreased after warm compresses. This is evidenced by the decrease in the scale from scale 3 (moderate) to scale 5 (decreased), both respondents experienced a decrease

Article History:

Received: June 2025

Reviewed: June 2025

Published: June 2025

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author**Publish by :** Nutricia

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

in pain from moderate to mild pain. The results of the study show that warm compresses are effective in reducing acute pain in people with Gout Arthritis.

Keywords: Gout, Acute Pain, Warm Compress.

PENDAHULUAN

Gout arthritis merupakan penyakit yang disebabkan tingginya kadar asam urat (>7 dl) dan menyerang persendian. *Gout arthritis* disebabkan karena mengkonsumsi makanan mengandung tinggi zat purina. Zat purina adalah hasil metabolisme dari protein dan membentuk kristal asam urat kemudian menumpuk pada sendi-sendi, makanan yang mengandung zat purina berasal dari bahan makanan yang mengandung protein, hal ini dapat mengakibatkan nyeri sendi (Ono, Riniasih, and Sari 2024). Nyeri sendi pada pasien asam urat merupakan gejala penyakit radang sendi (*arthritis*)(Gretsia, 2021) dalam (Ono, Riniasih, and Sari 2024).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa penderita asam urat meningkat setiap tahunnya di dunia. Angka kejadian *gout* pada laki-laki 1-4% lebih tinggi setiap tahunnya dibandingkan dengan perempuan sebesar 3-6%. Di beberapa negara, prevalensi pada laki-laki meningkat 10%. Penyakit *Gout arthritis* mengalami peningkatan bertahap diakibatkan karena kebiasaan makan yang buruk seperti diet makan yang salah. Berdasarkan data WHO dalam *Non-Communicable Disease Country* prevalensi penyakit *Gout arthritis* di Indonesia pada laki-laki usia 65-75 tahun berkisar pada 51,9% (Syarifuddin, Taiyeb, & Caronge.2019) dalam (Lindawati R. Yasin, Rona Febriyona, and Andi Nur Aina Sudirman 2023). Di Jawa Tengah prevalensi penderita *Gout arthritis* sekitar 2,6 - 47,2% (Riskesdas, 2018). Data *Gout arthritis* Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung tercatat angka setiap tahun naik. Tahun 2020 sejumlah 181 kasus, kemudian tahun 2021 naik sejumlah 272 kasus, dan tahun 2022 meningkat sejumlah 337 kasus yang diperoleh dari 26 puskesmas. Wilayah Puskesmas Kandangan angka *Gout arthritis* naik turun tahun 2020 sejumlah 12 kasus, tahun 2021 sejumlah 14 kasus dan tahun 2022 sejumlah 5 kasus (Temanggung 2019). Hasil Survei peneliti di Dusun Kedopokan didapatkan sebanyak 10 orang lansia yang menderita *Gout Arthritis* yang terdiri dari 7 laki-laki usia 65-75 tahun dan 3 perempuan usia 60-75 tahun.

Gout arthritis terjadi karena penumpukan kristal pada bagian persendian disebabkan karena t kadar asam urat dalam tubuh tinggi. Penyakit ini menyerang pada bagian sendi, seperti pada jari kaki, lutut, tumit, pergelangan tangan, jari tangan, dan siku. Gejala yang sering muncul pada penyakit asam urat seperti pembengkakan, peradangan, panas, kaku, dan nyeri bagian persendian sehingga mengakibatkan penderita kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari dan merasakan rasa sakit (Astrilian and Yuniartika 2024). Nyeri yang biasanya muncul pada penderita asam urat adalah nyeri akut, nyeri akut adalah rasa nyeri yang timbul secara bertahap atau mendadak dengan berintensitas ringan hingga berat dan berlangsung kurang dari 3 bulan. Dampak nyeri akut jika tidak ditangani akan menjadikan ketidaknyamanan pada tubuh seperti kecemasan, menurunkan kualitas hidup, mengganggu aktivitas sehari hari.(Putri, Naziyah, and Suralaga 2023)

Implementasi keperawatan untuk menurunkan nyeri bisa menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi merupakan suatu pengobatan penyakit melalui penggunaan obat-obatan terapi farmakologi dapat dilakukan seperti menggunakan obat anti nyeri namun jika digunakan terus menerus akan menimbulkan efek samping yang membahayakan. Sedangkan terapi non farmakologi merupakan terapi pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan (Fajri et al. 2022) terapi non farmakologi untuk mengatasi nyeri pada penderita *Gout arthritis* dapat dilakukan dengan kompres jahe merah, kompres dingin

dan kompres hangat. (Murwani et al. 2022). Kompres hangat dengan menginduksi suhu 43° - 46° C menggunakan alat khusus botol berisi air hangat kemudian ditempelkan pada bagian yang mengeluh nyeri. Tujuan diberikan kompres hangat agar merasa nyaman, menghilangkan rasa sakit, melebarkan pembuluh darah, meningkatkan aliran darah dan meredakan ketegangan otot. Kompres hangat merangsang termoreseptor pada kulit, kemudian mengirimkan sinyal ke otak, otak merespon sinyal tersebut dengan vasodilatasi yaitu pembuluh darah melebar. Pembuluh darah yang melebar akan memperlancar aliran darah, sehingga penyaluran bahan makanan dan zat asam ke sel-sel meningkat, pembuangan zat-zat yang dibuang dari sel-sel diperbaiki aktivitas sel yang meningkat dapat mengurangi rasa sakit dan meredakan nyeri (Aminah et al., 2022) dalam (Putri, Naziyah, and Suralaga 2023)

Penelitian yang mendukung kompres hangat efektif dalam menurunkan nyeri pada *Gout Arthritis* antara lain yang pertama penelitian menurut (Risal 2019) sebelumnya skor rata-rata pengurangan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat menunjukkan hasil signifikan. Sebelum mendapat kompres hangat skala nyeri rata-rata adalah 6,24 menurun setelah mendapat kompres hangat menjadi 3,30. Hal ini menunjukkan pemberian kompres hangat sangat berpengaruh dalam penurunan skala nyeri arthritis gout sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Penelitian kedua dari (Aminah, Saputri, and Wowor 2022) setelah diberikan kompres hangat selama 20 menit dalam 3 kali seminggu menunjukkan terjadi penurunan nyeri pada pasien *gout arthritis*, sehingga diharapkan dapat melakukan cara non-farmakologis dengan kompres hangat dalam menurunkan nyeri pada penderita asam urat. Penelitian yang ketiga dari (Murwani et al. 2022) menunjukkan bahwa Setelah diberikan terapi non farmakologis kompres air hangat selama 3 kali dalam seminggu, pasien merasakan nyeri menurun dari skala nyeri 2 (nyeri ringan) dari sekali nyeri 5 (sedang) dan merasa lebih nyaman.

METODOLOGI

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode kualitatif dengan strategi pendekatan penelitian studi kasus (*case study research*). Lokasi penelitian wilayah binaan Puskesmas Kandangan. Waktu pelaksanaan studi kasus dilakukan pada tanggal 22-25 Januari 2025 di dusun Kedopokan desa Tlogopucang, Kecamatan Kandangan, Kabupaten Temanggung. Populasi pada penelitian ini adalah pasien *gout arthritis* yang mengalami masalah nyeri akut.

Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Langkah pertama yaitu mengajukan permohonan izin penelitian kepada dinas kesehatan daerah atau puskesmas yang akan digunakan untuk penelitian dengan no ijin B/070/618/XI/2024, terdiri dari lembar pengkajian pasien *gout arthritis*, lembar pengkajian nyeri akut, lembar kriteria responden sesuai kriteria inklusi, lembar evaluasi tingkat nyeri, standar prosedur operasional (SPO) kompres hangat. Dilakukan pemeriksaan fisik responden, observasi, dan wawancara adalah sumber data yang diproses pada responden. Data dikumpulkan dan kemudian diuraikan secara naratif. Semua responden pada penelitian ini telah menandatangani *informed consent*. Penelitian ini dilakukan selama 3x dalam satu minggu.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Hasil studi kasus****Karakteristik Responden**

Penelitian studi kasus ini terdapat 2 responden sesuai dengan kriteria inklusi, Berikut hasil identifikasi subjek studi kasus berdasarkan kriteria inklusi:

Tabel 1. Identifikasi Subjek Studi Kasus Berdasarkan Kriteria Inklusi

No	Tn.SL	Tn.SG
1	Usia 65 tahun	Usia 75 tahun
2	Jenis kelamin laki-laki	Jenis kelamin laki-laki
3	Kadar asam urat 7.1 mg/dl	Kadar Asam Urat 10.5 mg/dl
4	Mengalami nyeri akut	Mengalami nyeri akut
5	Skala nyeri 6	Skala nyeri 6
6	Bersedia menjadi responden	Bersedia menjadi responden

Berdasarkan hasil identifikasi di atas dapat disimpulkan bahwa kedua responden memenuhi kriteria untuk dilakukan penelitian. Berikut pengkajian asam urat berdasarkan manifestasi klinik :

Tabel 2. Karakteristik Subjek Studi Berdasarkan Manifestasi Klinik *Gout Arthritis*

No	Manifestasi Klinik	Tn. SL		Tn. SD	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	Peradangan pada sendi	/		/	
2	Nyeri di area sendi	/		/	
3	Terjadi serangan >1 kali di persendian (<i>arthritis</i>)	/		/	
4	Pembengkakan tidak simetris pada sendi	/		/	
5	Sendi tampak kemerahan	/		/	
6	Sendi teraba panas	/		/	

Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa kedua responden menunjukkan tanda dan gejala (*Gout Arthritis*).

Berikut hasil dari pengkajian tanda dan gejala nyeri akut pada kedua responden:

Tabel 3. Karakteristik Subjek berdasarkan Tanda Gejala Nyeri Akut

No	Tanda dan Gejala	Tn. SL		Tn SD	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	Mengeluh nyeri	/		/	
2	Tampak meringis	/		/	
3	Sikap protektif	/		/	
4	Kesulitan tidur	/		/	
5	Berfokus pada diri sendiri	/		/	
6	<i>Diaforesis</i>		/		/
7	Gelisah	/		/	
8	Frekuensi nadi meningkat	/		/	
		N:98x/mnt		N:96x/mnt	

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa pada kedua responden studi kasus terdapat tanda dan gejala dan mendukung penegakan masalah keperawatan nyeri akut dan perlu untuk dilakukan tindakan keperawatan.

Selanjutnya tanda dan gejala mengeluh nyeri dikaji spesifik dengan menggunakan PQRST. Berikut hasil pengkajian PQRST pada kedua responden:

Tabel 4. Hasil Pengkajian PQRST

Tn.SL	Tn. SD
P: Diperberat ketika berjalan/ beraktivitas diperingan ketika duduk/istirahat	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika istirahat
Q: Seperti ditusuk - tusuk	Q: Seperti ditusuk - tusuk
R: Pada lutut dan jari-jari kaki kiri	R: Pada lutut kiri dan tumit kanan
S: Skala nyeri 6	S: Skala nyeri 6
T: Nyeri Hilang timbul	T: Nyeri Hilang timbul

Dari tabel 4 dapat diketahui bahwa pada pengkajian PQRST kedua responden sama-sama mengalami nyeri seperti ditusuk tusuk, nyeri diperberat saat berjalan/beraktivitas dan diperingan saat istirahat, nyeri dirasakan hilang timbul. Setelah dilakukan tindakan pemberian kompres hangat untuk mengatasi nyeri akut pada penderita *gout arthritis*. Hasil evaluasi tindakan pemberian kompres hangat dilakukan selama 3x 1 minggu terdapat dalam tabel 5 adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Evaluasi Tingkat Nyeri

No	Kriteria Hasil	Tn.SL			Tn.SD		
		H1	H2	H3	H1	H2	H3
1	Keluhan Nyeri	3	4	5	3	4	5
2	Tampak meringis	3	4	5	3	4	5
3	Sikap protektif	3	4	4	3	3	4
4	Kesulitan Tidur	2	3	4	3	4	4
5	Berfokus pada diri sendiri	4	4	5	4	4	5
Ket: 1=Meningkat, 2=Cukup meningkat, 3=Sedang, 4=Cukup menurun, 5=Menurun.							
6	Diaforesis	5	5	5	5	5	5
7	Gelisah	3	4	4	3	4	4
8	Frekuensi nadi	3	5	5	3	5	5
7	Pola tidur	2	4	4	2	4	4

Ket: 1=Meningkat, 2=Cukup meningkat, 3=Sedang, 4=Cukup membaik, 5=Membaik.

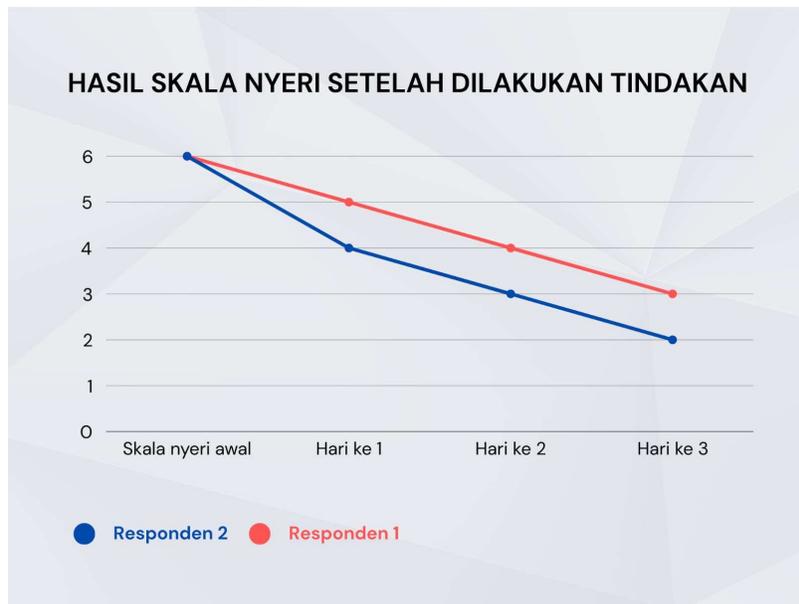
Penjabaran mengenai evaluasi tingkat nyeri pada responden 1 dan responden 2 dari hari pertama sampai hari ketiga digambarkan pada tabel 5. Berdasarkan tabel tersebut kedua responden mengalami penurunan tingkat nyeri secara bertahap setiap harinya. Selain itu evaluasi yang penulis lakukan yaitu evaluasi PQRST. Adapun hasil evaluasi karakteristik nyeri PQRST kedua responden dideskripsikan pada tabel 6.

Tabel 6. Evaluasi Keluhan Nyeri PQRST

Hari	Sebelum Pemberian Kompres Hangat		Setelah Pemberian Kompres Hangat	
	Tn.SL	Tn. SD	Tn.SL	Tn. SD
1	P: Diperberat ketika berjalan/beraktivitas diperingan ketika duduk/istirahat Q: Ditusuk-tusuk R: Pada lutut dan jari-jari kaki kiri S: Skala 6 T: Nyeri hilang timbul	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika istirahat Q: Seperti ditusuk-tusuk R: Lutut kiri dan tumit kanan S: Skala 6 T: Nyeri hilang timbul	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika duduk Q: Ditusuk-tusuk R: Lutut dan jari-jari kaki kiri S: Skala 5 T: Nyeri hilang timbul	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika istirahat Q: Seperti ditusuk-tusuk R: Lutut kiri dan tumit kanan S: Skala 4 T: Nyeri hilang timbul

2	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika duduk Q: Terasa seperti ditusuk-tusuk R: Nyeri pada lutut dan jari-jari kaki kiri S: Skala nyeri 5 T: Nyeri hilang timbul	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika istirahat Q: Terasa seperti ditusuk-tusuk R: Nyeri pada lutut kiri dan tumit kanan S: Skala nyeri 4 T: Nyeri hilang timbul	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika duduk Q: Terasa seperti ditusuk-tusuk R: Nyeri pada lutut dan jari-jari kaki kiri S: Skala nyeri 4 T: Nyeri hilang timbul	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika istirahat Q: Terasa seperti ditusuk-tusuk R: Nyeri pada lutut kiri dan tumit kanan S: Skala nyeri 3 T: Nyeri hilang timbul
3	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika duduk Q: Terasa seperti ditusuk-tusuk R: Pada bagian lutut dan jari-jari kaki kiri S: Skala nyeri 4 T: Nyeri hilang timbul.	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika istirahat Q: Terasa seperti ditusuk-tusuk R: Pada bagian lutut kiri dan tumit kanan S: Skala nyeri 3 T: Nyeri hilang timbul.	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika duduk Q: Terasa seperti ditusuk-tusuk R: Pada bagian lutut dan jari-jari kaki kiri S: Skala nyeri 3 T: Nyeri hilang timbul.	P: Diperberat ketika berjalan diperingan ketika istirahat Q: Terasa seperti ditusuk-tusuk R: Pada bagian lutut kiri dan tumit kanan S: Skala nyeri 2 T: Nyeri hilang timbul.

Berdasarkan tabel 6, hasil evaluasi PQRST kedua responden mengalami penurunan skala nyeri. Berikut adalah grafik skala nyeri setelah dilakukan tindakan kompres hangat:



Berdasarkan grafik diatas dapat diketahui bahwa setelah dilakukan kompres hangat selama 3x1 minggu terdapat penurunan nyeri pada kedua responden.

Pembahasan**A. Kejadian Gout Arthritis**

Hasil penelitian ini ditemukan kedua responden tersebut mengalami *gout arthritis* terdapat masalah sesuai dengan tanda gejala *gout arthritis*. Meliputi nyeri, terjadi serangan persendian >1 kali, peradangan, pembengkakan tidak simetris pada sendi, sendi tampak kemerahan, sendi teraba panas. (Murwani et al. 2022). Proses munculnya nyeri pada pasien *gout arthritis* disebabkan oleh penumpukan kristal asam urat di dalam sendi-sendi sehingga dapat memicu respons inflamasi oleh sistem kekebalan tubuh, proses inflamasi ini melibatkan pelepasan mediator kimia, seperti prostaglandin dan sitokin, proses fagositosis kristal asam urat oleh neutrofil kemudian mediator nyeri merangsang nosiseptor (reseptor nyeri) di sendi, mengirim sinyal nyeri ke otak sehingga pasien merasakan nyeri hebat pada area sendi (Purjanto, K. A., Widiyanto, S. Y. D., & Budiharjo 2019). Saat kadar asam urat meningkat kristal-kristal dapat terbentuk dan mengendap di sendi kemudian akan menimbulkan resiko serangan yang berulang (Ernawati 2021). Kemudian akan terjadi pembengkakan karena ginjal tidak mampu mengolah asam urat yang berlebih kemudian menumpuk dan mengkristal di persendian, ketika kristal asam urat tajam mengiritasi sendi akan terjadi pergerakan sel-sel imun seperti neutrofil dan makrofag ke area inflamasi dan akan memperburuk inflamasi sehingga akan terjadi kerusakan pada area sendi sehingga terjadi (Astrilian and Yuniartika 2024). Adanya kristal yang mengendap pada area sendi sel imun akan mengenal kristal asam urat sebagai benda asing, kristal-kristal tersebut akan memicu terjadinya inflamasi akut kemudian akan terjadi pelepasan lisosom oleh neutrofil untuk menghancurkan kristal asam urat tetapi lisosom yang dilepaskan oleh neutrofil tidak hanya merusak kristal asam urat tetapi merusak jaringan-jaringan pada area persendian sehingga akan memperparah terjadinya inflamasi dan terjadi sendi yang terkena penumpukan purina akan terasa panas karena peningkatan aliran darah pada daerah inflamasi (LeMone Priscilla, 2015). Terjadinya pembengkakan disebabkan karena pelepasan mediator inflamasi kemudian mediator inflamasi meningkatkan permeabilitas vaskuler kemudian akan memungkinkan cairan dan protein keluar dari pembuluh darah ke jaringan sekitar sendi sehingga mengakibatkan pembengkakan.

B. Efektifitas Kompres hangat

Kompres merupakan suatu tindakan dengan memberikan cairan hangat untuk memberikan kebutuhan rasa nyaman, untuk mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat, tujuannya agar sirkulasi darah menjadi lancar, dan mengurangi rasa sakit atau nyeri (Chusnul Aprilia Rahmawati and Kusnul 2022). Tugas utama dari air hangat tersebut adalah memompa dan menyalurkan suhu panas pada tubuh dengan perlahan kemudian terjadi peringatan mekanis dan kimiawi yang akan berdampak positif dan berpengaruh pada bagian tubuh luar maupun dalam. Kompres hangat akan melebarkan pembuluh darah di sekitarnya dan mempermudah kristal urat masuk ke pembuluh darah sehingga tidak menumpuk di dalam sendi dan membantu mengurangi gejala nyeri, suhu yang digunakan 43°C -46°C suhu tersebut akan memberikan rasa nyaman, rasa nyaman yang timbul dari suhu tersebut dapat mengakibatkan vasodilatasi pembuluh darah melebar dan memperlancar aliran darah sehingga otot lebih rileks, suhu tersebut juga tidak terlalu panas sehingga cocok untuk digunakan dan tidak menyebabkan luka bakar atau kerusakan kulit (Savitri, Satiyem, and Sumantri 2024). Waktu yang digunakan dalam penelitian yaitu 20 menit dengan waktu tersebut suhu hangat akan meresap ke dalam jaringan atau pembuluh darah kemudian akan menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah kemudian terjadi penurunan nyeri, dalam pemberian kompres hangat biasa menggunakan *WWZ (Warm Water Zak)* namun dalam penelitian ini dimodifikasi menggunakan botol kaca. Menurut (prihandini, 2019) menyatakan bahwa kompres hangat menggunakan botol kaca lebih efektif dalam menurunkan nyeri karena

botol kaca tergolong bahan konduktor panas karena mudah menghantarkan panas sehingga rasa hangat yang dihasilkan stabil dan tidak mudah hilang. Efek fisiologis kompres hangat terhadap hemodinamik mampu meningkatkan aliran darah, vasodilatasi meningkat, meningkatkan pembuangan sisa metabolik sehingga mampu, membantu resolusi kondisi inflamasi, mekanisme dalam mengurangi nyeri yaitu panas dapat menonaktifkan serabut-serabut syaraf, melepas endorfin, opium sangat kuat sehingga dapat memblokir transmisi nyeri Aminah et al., (2022).

C. Efektifitas kompres hangat dalam menurunkan nyeri pada pasien *gout arthritis*

Hasil penentuan skala nyeri menggunakan skala *Numric Rating Scale* nyeri yang dialami pasien asam urat setelah dilakukan kompres hangat selama 3 kali dalam seminggu didapatkan pasien mengalami penurunan dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan pada kedua responden. Kemudian didapatkan pencapaian tingkat nyeri pada kedua subjek studi kasus sebagai berikut: Keluhan nyeri dan tampak meringis menurun, sikap protektif dan kesulitan tidur cukup menurun, berfokus pada diri sendiri dan *diaforesis* menurun, gelisah cukup membaik, frekuensi nadi membaik, pola tidur cukup membaik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh (Murwani et al. 2022) menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi kompres air hangat selama 3 kali, pasien merasakan nyeri berkurang dan menurun menjadi skala nyeri 2 (nyeri ringan) dari sekali nyeri 5 (sedang) dan merasa lebih nyaman. Tindakan kompres bisa menurunkan tingkat nyeri dengan cara meningkatkan suhu jaringan dan sirkulasi darah lokal, sehingga dapat menghambat produk metabolisme inflamasi prostaglandin, *bradikinin* dan *histamina* sehingga dapat mengurangi nyeri. Menurut (Sawaun and Yulianti 2023) dengan pemberian kompres hangat pembuluh darah akan melebar sehingga bisa memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut, dengan cara ini penyaluran zat asam dan bahan makanan yang mengandung purina ke sel-sel diperbesar kemudian pembuangan zat-zat yang akan dibuang diperbaiki, aktivitas sel meningkat dan mengurangi rasa nyeri.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa kompres hangat efektif dalam menurunkan nyeri akut pada pasien *gout arthritis* dibuktikan dengan keluhan nyeri skala dari skala 3 (sedang) menjadi skala 5 (menurun) dan tampak meringis menurun, sikap protektif dan kesulitan tidur cukup menurun, berfokus pada diri sendiri dan *diaforesis* menurun, gelisah cukup membaik, frekuensi nadi membaik, pola tidur cukup membaik. Pemberian kompres hangat pada penderita asam urat dapat dilakukan dengan menggunakan botol kaca diisi air hangat suhu 43°C -46°C, kemudian ditempelkan pada bagian yang mengalami nyeri dilakukan selama 20 menit selama 3x1 minggu.

DAFTAR REFERENSI

- Aisah, Eka Nur, Saiful Nurhidayat, and Laily Isro'in. 2022. "Kompres Bawang Merah Efektif Menurunkan Nyeri Sendi Pada Penderita Asam Urat (Gout Arthritis)." *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan* 13(2): 2549-4058. doi:10.33859/dksm.v13i2.867.
- Aminah, Eneng, Milla Evelianti Saputri, and Tommy J F Wowor. 2022. "Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Kabupaten Pandeglang Banten Tahun 2021." *Jurnal Keperawatan* 10(1): 1. doi:10.35790/jkp.v10i1.37704.
- Anggraini, Desy, Dwi Apriani, and Lentera Perawat. 2020. "Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Panti Sosial Lanjut Usia."
- Astrilian, Tasya, and Wachidah Yuniartika. 2024. "Penyuluhan Kesehatan Masyarakat: Penatalaksanaan Perawatan Penderita Asam Urat Menggunakan Media Booklet." *Holistik Jurnal Kesehatan* 18(1): 18-25. doi:10.33024/hjk.v18i1.213.

- Chusnul Aprilia Rahmawati, and Zauhani Kusnul. 2022. "Efektifitas Pemberian Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Penderita Asam Urat." *Jurnal Ilmiah Pamenang* 4(2): 67-73. doi:10.53599/jip.v4i2.101.
- Dunn, L. L., Williams, R. M., & Koenig, H. G. 2019. "Spirituality, Religion, and Health: An Integrative Review". Oxford Research Encyclopedia of Psychology.
- Fajri, Ilham, Donny Nurhamsyah, Salsa Aisyah, Kunni Alifatul Mudrikah, and Atiq Rizka Azjurnia. 2022. "Terapi Non-Farmakologi Dalam Mengurangi Tingkat Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Stadium 2-4: Literature Review." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)* 5(2): 106. doi:10.31000/jiki.v5i2.6139.
- Hoesny, R, Z Alim, and R Hartina. 2018. "Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Kota Palopo." *Jurnal Fenomena Kesehatan* 1(1): 38-43.
- Karimah, Salasa Khajarul. 2021. "Asuhan Keperawatan Pada Ny. K Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Diagnosa Medis Asam Urat Di Kelurahan Gempeng Bangil Kabupaten Pasuruan.": 121.
- Lindawati R. Yasin, Rona Febriyona, and Andi Nur Aina Sudirman. 2023. "Pengaruh Air Rebusan Kumis Kucing Terhadap Penurunan Asam Urat Di Desa Manawa Kecamatan Patilanggio." *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan* 3(1): 49-59. doi:10.55606/jrik.v3i1.1223.
- Madyaningrum, Ema, Fitriana Kusumaningrum, Ratri Kusuma Wardani, Annisa Ryan Susilaningrum, and Anisah Ramdhani. 2020. Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada *Buku Saku Kader: Pengontrolan Asam Urat Di Masyarakat.* https://hpu.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1261/2021/02/HDSS-Sleman-_Buku-Saku-Kader-Pengontrolan-Asam-Urat-di-Masyarakat-_cetakan-II.pdf.
- Mei, Bulan, Aldo Putra, Anggra Trisna Ajani, Hilma Yessi, Mike Asmaria, and Milya Novera. 2023. "Jurnal Keperawatan Medika Jurnal Keperawatan Medika." *Jurnal keperawatan* 2(1): 110-22.
- Muh Jasmin, Risnawati, Rahma Sari Siregar, Dkk. 2023. *Metodologi Penelitian Kesehatan.*
- Murwani, Arita, Nuryati Nuryati, Anna Nur Hikmawati, RR Viantika Kusumasari, and Riza Yulina Amri. 2022. "Analisis Kompres Air Hangat Sebagai Intervensi Gout Arthritis Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Keluarga Lansia." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 11: 378-83. doi:10.35816/jiskh.v11i2.785.
- Ono, Sutiyono, Wahyu Riniasih, and Erni Puspikha Sari. 2024. "Perbandingan Intervensi Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Pada Nyeri Sendi Pasien: Studi Kasus Keperawatan Pasien Asam Urat." *The Shine Cahaya Dunia Ners* 9(01): 22. doi:10.35720/tscnrs.v9i01.476.
- Purjanto, K. A., Widiyanto, S. Y. D., & Budiharjo, T. 2019. "The Study OfThe Type Laboratory Examination in Health Service F Acilities With Integration Determination of Local Content Courses DIII-Health Analyst". *Jaringan Laboratorium Medis*, 1(2), 77-80."
- Putri, Sari Ananda, Naziyah Naziyah, and Cholisa Suralaga. 2023. "Efektivitas Kompres Hangat Pada Lansia Terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis Di Posbindu Kemuning Baktijaya Depok." *Malahayati Nursing Journal* 5(7): 2267-79. doi:10.33024/mnj.v5i7.9047.
- Ramadhan, Muhamad. 2022. "Upaya Menurunkan Tingkat Nyeri Dengan Terapi Kompres Hangat Pada Anak Post Operasi Soft Tissue Tumor." *Jurnalstikesbethesda*: 424-33. <https://jurnal.stikesbethesda.ac.id/index.php/p/article/download/313/218/2074>.
- Risal, Muhammad. 2019. "Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Tomoni Luwu Timur." *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Kebidanan Holistic Care* 03(02): 6-22.
- Safitri, Radita Dwi. 2022. "Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Ny. S Dengan Cephalgia Di Rs. Universitas Tanjungpura Pontianak." *Karya Ilmiah Akhir (Kia)*: 1-58.

Savitri, Indah, Satiyem Satiyem, and Sumantri Sumantri. 2024. "Pengaruh Kompres Hangat Dengan Botol Kaca Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Klaten Selatan." *Jurnal Kebidanan* 4(1): 13-24. doi:10.32695/jbd.v4i1.534.

Temanggung, Dinas Kesehatan Kabupaten. 2019. *Data Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung*. Arsip.

wulandari, yekti mumpuni. 2023. "Pencegahan Dan Pengobatan Asam Urat."