

Perbandingan Kompres Air Hangat Dengan Rendam Air Garam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Penderita *Arthritis Gout*

Riyan Mulfianda¹, Sarah Nidia¹

¹) Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Jl. Blang Bintang Lama Km 8,5 Lampoh Keude Aceh Besar, email: ryanmulfianda@abulyatama.ac.id

Abstract: *The prevalence of gouty arthritis and recurrence rates continue to increase. One of the non-pharmacological therapies for arthritis gout pain is to soak warm water and soak salt water. This research aims to find out the comparison of warm water compress and saltwater soak in reducing the pain among gout arthritis patients in Gampong Jurong Binjee, Simpang Mamplam, Bireuen, 2019. This study used the two group pretest-posttest with control group design. The population was 36 gout arthritis patients. The sample was chosen by using the random sampling technique consisting of 30 patients. This research was conducted in March 2019. The result showed that after the patients did the warm water treatment, the pain caused by the gout arthritis reduced around 2,87 with the standard deviation of 1.125. While the salt soak therapy also indicated the same result whereas the pain was reduced at around 3.60 with the standard deviation of 0.632. Statistical test results with the independent sample T-Test showed that there were differences in warm water compresses and salt water soaking on the decrease in pain scale in patients with arthritis gout P value = 0.036.. It can be concluded that warm water soak therapy is more effective than salt water soak therapy in reducing arthritis gout pain*

Keywords : *Arthritis gout, Numeric Rating Scale, Warm Water Compress, Soak Salt Water*

Abstrak: Prevalensi penyakit arthritis gout dan angka kekambuhannya terus meningkat. Salah satu terapi nonfarmakologi nyeri arthritis gout adalah rendam air hangat dan rendam air garam. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbandingan kompres air hangat dengan rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis gout di Desa Jurong Binjee Kecamatan Simpang Mamplam Kabupaten Bireuen Tahun 2019. Desain penelitian ini adalah two group pretest-posttest with control group design. Populasi sebanyak 36 responden dan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling. Penelitian dilaksanakan tanggal 06 Maret sampai dengan 12 Maret Tahun 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah kompres air hangat terhadap penurunan skala nyeri dengan nilai rata-rata mengalami penurunan adalah sebesar 2,87 dengan nilai standar deviasi (SD) sebesar 1,125. Sedangkan setelah rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri dengan nilai rata-rata mengalami penurunan adalah sebesar 3,60 dengan nilai standar deviasi (SD) sebesar 0,632. Hasil uji statistik dengan *uji independent sample T-Test* didapatkan ada perbedaan kompres air hangat dan rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis gout P value = 0,036. Dapat disimpulkan bahwa terapi rendam air hangat lebih

efektif dari pada terapi rendam air garam dalam menurunkan nyeri arthritis gout.

Kata kunci : Arthritis gout, Numeric Rating Scale, Kompres Air Hangat, Rendam Air Garam

Penyakit yang sering ditemukan dan tersebar di seluruh dunia Gout (pirai) merupakan kelompok penyakit heterogen sebagai akibat deposisi kristal monosodium urat pada jaringan atau akibat supersaturasi asam urat di dalam cairan ekstraselular. Gangguan metabolisme yang mendasarkan gout adalah hiperurisemia yang didefinisikan sebagai peninggian kadar asam urat lebih dari 7,0 ml/dl dan 6,0 mg/dl (Fandi, 2014).

Data World Health Organization (2016) dilaporkan prevalensi gout arthritis di dunia adalah 13,6% pria dan 6,4% perempuan. Pada tahun 2015 jumlah penderita arthritis sudah mencapai 66 juta atau hampir 1 dari 3 orang menderita gangguan sendi (WHO, 2015). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2017, prevalensi arthritis gout tiga tertinggi yaitu di Bali mencapai 22,8%, Aceh 21,3%, dan Lampung 14,5%. Hal ini merupakan pengaruh dari pola hidup yang buruk, yang nantinya berdampak pada penurunan produktivitas kerja. Kondisi ini dapat menurunkan kualitas hidup dari masing-masing penderita. Dinas Kesehatan Aceh 2017 prevalensi penyakit asam urat terbanyak berada di Aceh Barat Daya yaitu 50 kasus, Aceh Jaya yaitu 43 kasus, Bireuen terdapat 77 kasus, Aceh Besar terdapat 78 kasus, Aceh Tamiang terdapat 46 kasus, Pidie terdapat 43 kasus (Aceh, 2017).

Kadar normal asam urat dalam serum darah adalah 7,0 mg/dl pada laki-laki dan 5,7 mg/dl pada perempuan. Kadar asam urat dalam urine 24 jam adalah 1000 mg/dl. Pada kondisi tertentu dapat menyebabkan penumpukan atau kelebihan asam urat dalam darah. Kondisi penumpukan inilah dapat memicu rasa nyeri yang hebat pada penderita gout arthritis (Setiawan, 2017)

Penanganan penderita gout arthritis difokuskan pada cara mengontrol rasa sakit, khususnya mengontrol nyeri, hal tersebut merupakan hal yang sering dialami oleh penderita dengan gout arthritis, mengurangi kerusakan sendi, dan meningkatkan atau mempertahankan fungsi dan kualitas hidup. Penanganan untuk gout arthritis meliputi terapi farmakologis dan non farmakologis (Mellynda, 2017). Penatalaksanaan nyeri terdiri atas intervensi yang bersifat independen atau nonfarmakologi dan intervensi kolaboratif atau pendekatan secara individu, salah satu tindakan non farmakologis untuk penderita

gout arthritis diantaranya adalah kompres air hangat dan rendam air garam (Nuridayanti, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh (Mellynda, 2017) tentang Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado, Hasil penelitian di dapatkan nilai p value 0,000 dimana $\alpha < 0,05$ maka terdapat pengaruh yang signifikan pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado. 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 (Fajriyah, N, Sani, Tyas, & Winarsih, 2013)

Penelitian yang dilakukan oleh (Nuridayanti, 2018) tentang Pengaruh rendam air garam terhadap penurunan tingkat nyeri pada penderita gout di Desa Toyoresmi Kecamatan Gampengrejo Kabupaten Kediri, Hasil penelitian didapatkan 13 responden (65,0 %) mengalami penurunan tingkat nyeri dan terdapat pengaruh rendam air garam terhadap penurunan tingkat nyeri pada penderita asam urat. Penelitian ini dilakukan dari tanggal 7 Juni sampai 14 Juni 2017. Menggunakan uji Willcoxon, dengan p value $0,000 < 0,05$, maka disimpulkan bahwa ada pengaruh rendam air garam terhadap penurunan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan rendam air garam

Larutan air garam hangat dapat mengurangi tingkat nyeri pada bagian yang terkena asam urat. Dengan merendam bagian yang terkena asam urat, darah akan mengalir lebih lancar dan penggumpalan asam urat pada persendian juga akan berkurang. Garam mengandung beberapa zat kimia seperti unsur sodium dan natrium. Unsur sodium penting untuk mengatur keseimbangan cairan didalam tubuh, selain itu bertugas dalam transmisi saraf dan kerja otot (Mamplam, 2018)

Peran perawat dalam menangani penderita arthritis gout yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada penderita seperti cara menangani asam urat yang kambuh, perawat memberikan informasi atau pengetahuan kepada penderita tentang penyebab dan penanganan penurun skala nyeri arthritis gout (Mamplam, 2018). Merujuk beberapa penelitian sebelumnya bahwa penanganan penurunan skala nyeri pada penderita arthritis

gout efektif dengan intervensi rendam kompres hangat maupun rendam air garam. Dalam penelitian ini penulis ingin membandingkan efektifitas pemberian air hangat dengan rendam air garam pada penderita arthritis gout.

KAJIAN PUSTAKA

Konsep Arthritis Gout

Arthritis gout merupakan penyakit akibat gangguan metabolisme purin yang ditandai dengan hiperurusemia dan serangan sinovitis akut yang berulang-ulang. Kelainan ini berkaitan dengan penimbunan Kristal urat monohidrat monosodium dan pada tahap yang lebih lanjut terjadi degenerasi tulang rawan sendi. Di Indonesia, arthritis gout menempati urutan ke-2 setelah penyakit rematik osteoarthritis (Tamher, 2016).

Penyebab asam urat yaitu paling utama adalah makanan atau faktor dari luar. Asam urat dapat meningkat dengan cepat antara lain disebabkan karena nutrisi dan konsumsi makanan dengan kadar purin tinggi. Adapun faktor dari dalam adalah terjadinya proses penyimpangan metabolisme yang umumnya berkaitan dengan faktor usia, dimana usia diatas 40 tahun atau manula beresiko besar terkena asam urat

Kadar Arthritis Gout

Kadar asam urat yang normal bagi pria dewasa adalah antara 2 hingga 7,5 miligram per desiliter darah. Sementara itu, untuk pria dengan usia lebih dari 40 tahun, maka kadar asam urat yang normal sebanyak 2 hingga 8,5 miligram per desiliter darah. Sementara untuk para remaja pria dengan usia antara 10 hingga 18 tahun, kadar asam urat yang normal biasanya adalah antara 3,6 hingga 5,5 desiliter darah. Untuk lebih jelasnya, lihat Table 1 berikut:

Tabel 1. daftar kadar asam urat normal menurut WHO (Swarjana, 2016).

No	Umur dan Jenis Kelamin	Batas Bawah	Batas Atas
1	Pria Dewasa	2 mg/dL	7,5 mg/dL
2	Wanita Dewasa	2 mg/dL	6,5 mg/dL
3	Pria Lansia > 40 tahun	2 mg/dL	8,5 mg/dL
4	Wanita Lansia > 40 tahun	2 mg/dL	8 mg/dL
5	Anak Laki-Laki 10-18 tahun	3,6 mg/dL	5,5 mg/dL
6	Perempuan 10-18 tahun	3,6 mg/dL	4 mg/dL

Sumber: WHO, 2016

Konsep Nyeri

Secara umum nyeri adalah suatu rasa yang tidak nyaman, baik ringan maupun berat. Nyeri didefinisikan sebagai suatu keadaan yang mempengaruhi seseorang dan eksistensinya diketahui bila seseorang pernah mengalaminya. Menurut International Association for Study of Pain (IASP), nyeri adalah pengalaman perasaan emosional yang tidak menyenangkan akibat terjadinya kerusakan aktual maupun potensial, atau menggambarkan kondisi terjadinya kerusakan (Mutaqin, 2010).

Skor untuk skala nyeri menggunakan ketentuan dari brunner dan suddart (2013) sebagai berikut :

Skor 1 dengan skala 0: tidak nyeri

Skor 2 dengan skala 1-3 : nyeri ringan

Skor 3 dengan 4-6 : nyeri sedang

Skor 4 dengan 7-9 : nyeri berat

Skor 5 dengan skala 10 : nyeri hebat

Keterangan :

0 = Tidak nyeri

1-3 = Nyeri ringan secara obyektif responden dapat berkomunikasi dengan baik

4-6 = Nyeri sedang secara obyektif responden mendesis, menyengai dapat menunjukkan lokasi nyeri.

7-9 = Nyeri berat secara obyektif responden tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri

10 = Nyeri hebat secara obyektif rsponden kadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih bisa merespon tindakan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini studi komparatif dengan rancangan penelitian ini adalah two group pretest-posttest with control group design, analisis perbandingan kompres air hangat dan rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Jurong Binjee Kecamatan Simpang Mamplam Kabupaten Bireuen Tahun 2019. Sampel dalam penelitian ini adalah penderita arthritis gout di Desa Jurong Binjee, Kabupaten Bireuen sebanyak 30 penderita. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Purposive Sampling sehingga peneliti

mengambil sampel sebanyak 15 orang untuk kelompok perlakuan kompres air hangat dan 15 orang untuk kelompok perlakuan rendam air garam.

Instrument yang digunakan untuk mengukur nyeri adalah lembar Numeric Rating Scale (NRS). Pengumpulan data penelitian ini adalah observasi eksperimental yaitu observasi yang dilakukan pada hasil perlakuan. Penelitian ini dilakukan selama 1 Minggu dengan cara wawancara skala nyeri dengan pedoman lembar penilaian skala Nyeri NRS. Penilaian skala nyeri dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Pada kelompok perlakuan kompres air hangat selama 15 menit dan pada kelompok perlakuan rendam air garam selama 15 menit. Teknik analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik independent sample T-Test. Untuk melihat perbandingan penurunan skala nyeri setelah diberikan intervensi kompres air hangat dan rendam air garam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas

Uji normalitas sebaran ini menggunakan teknik Kolmogorov Smirnov Test yang dikatakan normal jika $P > 0,05$.

Tabel 2. Sebaran normalitas kedua variabel penelitian

Variabel	K-Sz	P	Keterangan
Rendam air garam	1,561	0,115	Normal
Kompres air hangat	0,953	0,324	Normal

Sumber: data primer (diolah tahun 2019)

Efektifitas Terapi Kompres Air hangat Dan Rendam Air Garam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Penderita Arthritis Gout

Tabel 3. Perbandingan efektifitas kompres air hangat dan rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis gout

No	Perlakuan	N	Mean	SD	T	P
1	Kompres Air Hangat	15	2,87	1,125	-2,200	0,036
2	Rendam Air Garam	15	3,60	0,632		

Sumber: data primer (diolah tahun 2019)

Berdasarkan Tabel 3 memperlihatkan bahwa setelah diberikan intervensi kompres air hangat dengan nilai rata-rata mengalami penurunan skala nyeri sebesar 2,87 dengan nilai standar deviasi (SD) sebesar 1,125. Sedangkan untuk intervensi rendam air garam dengan

nilai rata-rata mengalami penurunan skala nyeri sebesar 3,60 dengan nilai standar deviasi (SD) sebesar 0,632. Hasil uji statistik memperlihatkan nilai P value 0,036 artinya ada perbandingan yang signifikan antara pemberian intervensi kompres air hangat dengan rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis gout.

Hasil analisis statistik memperlihatkan adanya perbedaan kompres air hangat dengan rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis gout. Hal ini dapat disimpulkan bahwa intervensi dengan rendam air hangat dapat menurunkan skala nyeri yang lebih efektif dibandingkan dengan rendam air garam. Sehingga terjadi perbedaan yang signifikan antara kompres air hangat dan rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis gout.

Penelitian yang dilakukan oleh (Liana, 2019) tentang efektifitas terapi rendam kaki dengan air jahe hangat terhadap nyeri arthritis gout pada lansia, Hasil penelitian didapatkan ada perbedaan bermakna rerata skor nyeri arthritis gout antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat p value = 0,000. Ada perbedaan rerata skor nyeri arthritis gout antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat p value = 0,002. Hasil uji statistic dengan uji Mann whitney U didapatkan tidak ada perbedaan rerata skor nyeri arthritis gout sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat p value = 0,217. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat mempunyai efektifitas yang sama dalam menurunkan nyeri arthritis gout.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa tindakan non farmakologis untuk penderita gout arthritis diantaranya adalah kompres, baik itu kompres hangat. kompres merupakan terapi modalitas fisik dalam bentuk stimulasi kutaneus. Kompres hangat dapat meringankan rasa nyeri dan radang ketika terjadi serangan asam urat yang berulang-ulang (30). Efek pemberian terapi panas terhadap tubuh antara lain meningkatkan aliran darah kebagian tubuh yang mengalami cedera, meningkatkan pengiriman leukosit dan antibiotik ke daerah luka, meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan, meningkatkan aliran darah dan meningkatkan pergerakan zat sisa dan nutrisi (Dewani & Sitanggang, 2006).

Berdasarkan asumsi peneliti berpendapat bahwa penelitian sebelum dan sesudah dilakukan terapi kompres air hangat lebih terlihat efektif dari terapi rendam air garam pada tingkat skala nyeri dan mengalami penurunan dengan hasil yang diperoleh tingkat nyeri dari sedang menjadi ringan dengan sikap dari responden itu sendiri sebelum dilakukan kompres hangat komunikatif meskipun hanya sekedar menjawab beberapa pertanyaan yang diberikan. Ekspresi yang dilihat juga saat penelitian bahwa semua responden yang mengalami nyeri tampak meringis dan masih dapat mengikuti perintah dan tindakan yang dilakukan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Ada perbandingan kompres air hangat dengan rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis gout. Hasil uji statistik memperlihatkan nilai P value 0,036 yang artinya ada perbedaan kompres air hangat dengan nilai rata-rata mengalami penurunan skala nyeri sebesar 2,87 dan rendam air garam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis gout dengan nilai rata-rata mengalami penurunan skala nyeri sebesar 3,60.

Saran

Peneliti selanjutnya dapat melakukan analisis lebih mendalam terhadap nilai persentase penurunan skala nyeri arthritis gout dengan membandingkan efektifitas rendam air hangat dengan metode terapi komplementer lainnya bagi penderita arthritis gout.

DAFTAR PUSTAKA

- Aceh, D. (2017). Prevalensi Penyakit Asam Urat Di Aceh Tahun 2017. Aceh.
- Dewani, & Sitanggang, M. (2006). 33 ramuan penakluk asam urat. Jakarta: Agro Media Pustaka.
- Fajriyah, N, N., Sani, K., Tyas, A., & Winarsih, W. (2013). Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5 (2).
- Fandi, W. (2014). Arthritis Gout dan Perkembangannya. *Jurnal Keperawatan STIKES Manado*, 10(2).

- Liana, Y. (2019). EFEKTIFITAS TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR JAHE HANGAT TERHADAP NYERI ARTHRITIS GOUT PADA LANSIA. In Seminar Nasional Keperawatan, 199–206.
- Mamplam, L. P. S. (2018). Laporan Jumlah Lansia penderita Arthritis Gout Tahun 2018. Bireuen.
- Mellynda. (2017). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado. STIKES Manado.
- Mutaqin, A. (2010). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Sistem Persarafan. Jakarta: Salemba Medika.
- Nuridayanti, A. (2018). Pengaruh rendam air garam terhadap penurunan tingkat nyeri pada penderita gout di desa Toyoresmi kecamatan Gampengrejo Kabupaten Kediri. *Jurnak Kesehatan*.
- Setiawan. (2017). *Ramuan Tradisional Untuk Pengobatan Darah Tinggi*. (Alfabeta, Ed.). Bandung: Alfabeta.
- Swarjana, K. (2016). *Statistik Kesehatan (Keenam)*. Jakarta: Erlangga.
- Tamher. (2016). *Herbal untuk Asam Urat*. Jakarta: Penebar swadaya.
- WHO. (2015). *A Global Brief On Uric Acid*. Geneva.