

## Terapi Nonfarmakologi untuk Mengurangi Nyeri Sendi Lansia dengan Gout Arthritis: Study Kasus

Nurul Hadi<sup>1\*</sup>, Rahmawati<sup>2</sup>, Tatiya Mahdalena Z<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Bagian Keilmuan Keperawatan Gerontik, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh

<sup>3</sup>, Mahasiswa Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala

\*✉ Correspondence Author: nurul.hadi@usk.ac.id

### ABSTRACT

**Background:** Gout arthritis is a degenerative disease that is often experienced by the elderly causes joint pain. Non-pharmacological therapy is one of the effective therapies given to gout arthritis patients who experience joint pain **Objective:** The purpose of this study was to describe nonfarmakologi therapy "cinnamon" in reducing joint pain in gouty arthritis **Method:** This research uses case study, sample is Mrs J with gout arthritis, the implementation given is cinnamon warm compress therapy within 15 minutes for 3 days for gout arthritis patients, analyzing data use descriptive analysis. **Results:** Implementation of cinnamon warm compress therapy for 3 days, can reduce pain of elderly with gout arthritis from 4 NRS to 2 NRS. **Conclusion:** Nonfarmakologi therapy "Cinnamon warm compress therapy" is effective for reducing pain due to gout arthritis in the elderly. Elderly who have complaints of joint pain due to gout arthritis can implement warm cinnamon compress therapy to reduce the pain.

### KEYWORDS

Gout arthritis,  
nonfarmakologi, pain

## PENDAHULUAN

Usia merupakan hal yang memengaruhi timbulnya penyakit menular maupun tidak menular. Hal ini berhubungan dengan terjadinya penurunan sistem imun dan fungsi fisiologis tubuh seiring dengan penambahan usia. Berbagai penyakit yang muncul akibat dari hal tersebut: penyakit jantung, hipertensi, gastritis, penyakit sendi: reumatik, gout arthritis, osteoporosis dan penyakit saraf seperti stroke (Ekasari, Riasmini & Hartini, 2018)

*Gout arthritis* merupakan penyakit akibat penumpukan kristal monosodium urat yang berasal dari metabolisme purin pada area persendian. Prevalensi penyakit *gout arthritis* di Indonesia 11,9%, di provinsi Aceh 13,26%, paling banyak menyerang

umur  $\geq 75$  tahun (54,8%) (Riset kesehatan Dasar, 2018). Faktor memengaruhi akumulasi asam urat ini karena hiperurisemia dan kejenuhan jaringan tubuh dengan asam urat (Zahara, 2013). Adanya penumpukan kadar asam urat dapat terjadi pada jaringan ikat dan cairan synovial yang menyebabkan peradangan akut serta menimbulkan rasa nyeri pada area sendi yang sering terjadi pada malam hari (Margowati & Priyanto, 2017).

Terapi nyeri pada penderita *gout arthritis* dapat dilakukan dengan metode farmakologi (obat-obatan) dan nonfarmakologi (edukasi distraksi, biofeedback, hipnotis diri, relaksasi, stimulasi kutaneus dengan cara mandi air hangat dan kompres hangat, menggunakan bahan alami yang berasal dari

tumbuhan) (Cakra, Prasajo & Sugiharto, 2021)

Terapi nonfarmakologi kompres hangat dapat dilakukan dengan penambahan bahan herbal kayu manis untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal. Kayu manis banyak mengandung senyawa yang bermanfaat untuk mengobati nyeri, seperti minyak atsiri yang mengandung sinamaldehyde, eugenol, trans asam sinamat, fenol, tannin, katechin, coumarin, resin, oksalat, getah dan gula. Minyak atsiri yang terkandung dalam kayu manis bekerja dengan cara memvasodilatasi atau memperlebar pembuluh kapiler darah sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan aliran darah ke bagian tubuh yang mengalami nyeri (Cakra, Prasajo & Sugiharto, 2021).

Berdasarkan hal tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan dengan memberikan terapi non farmakologi kompres hangat kayu manis pada lansia yang mengalami nyeri sendi akibat penyakit *gout arthritis*.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *case study* melalui pendekatan pengkajian, analisa masalah, diagnosis keperawatan, perencanaan serta implementasi dan evaluasi pada klien Ny. J berumur 80 dengan masalah nyeri kronis dan sudah menderita *gout arthritis* selama lebih dari 10 tahun, klien bertempat tinggal di Kabupaten Aceh Besar. Waktu pelaksanaan asuhan keperawatan pada tanggal 02-06 Desember 2022.

Implementasi dari perencanaan yang telah disusun dilakukan pada klien dengan menggunakan

terapi non farmakologi terapi kompres hangat kayu manis dalam waktu 15 menit selama 3 hari untuk mengurangi nyeri yang dirasakan oleh klien.

Alat dan bahan yang diperlukan:

1. Bubuk kayu manis 20 gram
2. Mangkuk kecil
3. Air hangat 250 ml
4. Handuk kecil,
5. Sendok makan.

Langkah melakukan terapi hangat kayu manis:

1. Pertama siapkan mangkuk kecil yang telah diisi dengan 250 ml air hangat dengan suhu 45°C
2. Kedua tambahkan 20 gram (2 sendok makan) bubuk kayu manis dan pastikan tercampur rata
3. Ketiga basahi handuk dengan air larutan kayu manis kemudian peras sampai agak kering
4. Keempat kompres ke area yang nyeri selama 15 menit.
5. Kelima, setelah selesai bersihkan kembali area yang dikompres dengan kain atau *tissue*

Implementasi dilakukan selama 3 hari, pada hari pertama, klien sangat fokus memperhatikan langkah-langkah melakukan terapi kompres hangat kayu manis. Setelah dilakukan terapi, klien mengatakan nyeri yang dirasakan berkurang dan lututnya terasa lebih nyaman.

Pada hari kedua klien diminta untuk mempersiapkan terapi secara mandiri, namun tetap dalam pengawasan. Setelah diberikan terapi kompres hangat kayu manis, klien mengatakan lututnya terasa lebih ringan dan nyeri yang dirasakan saat istirahat berkurang.

Pada hari ketiga pelaksanaan, klien sudah mampu melakukan terapi kompres hangat kayu manis secara mandiri. Klien mengatakan lututnya nyeri yang dirasakan semakin berkurang. Berikut hasil pengukuran skala nyeri pada klien selama diberikan implementasi terapi non farmakologi kompres hangat kayu manis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pengkajian yang dilakukan dengan pengkajian data fisik, laboratorium, wawancara dan anamnes keluhan, riwayat kesehatan serta data psikososial. Hasil pengkajian diperoleh data Ny, J mengeluhkan nyeri pada kedua lutut hingga area paha, pengukuran nyeri menggunakan *Numerik Rating Scale* (NRS), dengan hasil skala nyeri 4 NRS, nyeri dirasakan saat istirahat dan semakin memberat jika melakukan aktivitas, klien menggunakan tongkat untuk berdiri dan berjalan. Postur tubuh sedikit bungkuk, adanya deformitas pada lutut sebelah kiri, terdapat pembengkakan pada kedua lutut klien sehingga menyebabkan kesulitan berjalan. Pemeriksaan fisik pada klien: Suhu tubuh 36,7°C, tekanan darah 160/80 mmHg, frekuensi nadi = 90 kali per menit; respirasi = 16 kali per menit. Hasil pemeriksaan Gula Darah Sewaktu 130 mg/dL, asam urat 10,5 mg/dL.

Diagnosa keperawatan prioritas berdasarkan analisa data yang diperoleh dari klien Ny. J adalah nyeri kronis. Kemudian disusun intervensi yang tepat untuk mengatasi masalah keperawatan pada klien J. Berdasarkan PPNI (2018) intervensi untuk

manajemen nyeri terdiri dari identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon non verbal, identifikasi hal yang memperberat serta meringankan nyeri, berikan teknik non farmakologi untuk mengurangi nyeri kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri; jelaskan penyebab, periode dan pemicu nyeri, jelaskan strategi meredakan nyeri, kolaborasi pemberian analgetik.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Skala Nyeri Pada Klien

Implementasi	Skala Nyeri	
	Sebelum Implementasi	Setelah Implementasi
1	4 NRS	3 NRS
2	3 NRS	3 NRS
3	3 NRS	2 NRS

Tahap ini merupakan proses evaluasi terhadap keberhasilan implementasi terapi kompres hangat kayu manis selama 3 hari, keluhan nyeri yang dirasakan oleh klien berkurang dengan hasil pengukuran skala nyeri dari 4 NRS menjadi 2 NRS.

Kayu manis memiliki sifat antiinflamasi atau antiradang sehingga menambahkan kayu manis ke dalam air hangat akan bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri. Kayu manis mengandung beberapa zat antiradang, diantara adalah minyak atsiri dan sinamaldehyd. Minyak atsiri yang terdapat pada kulit kayu manis mengandung eugenol yang menimbulkan sensasi pedas dan panas sehingga dapat membuka pori-pori pada kulit. Saat pori-pori kulit telah terbuka, sinamaldehyd yang terkandung dalam kayu manis akan masuk kedalam sistemik tubuh untuk mengurangi peradangan (Marvia, Astuti & Fahrurrozi,

2019).

Setiawan & Nur (2020) melakukan penelitian kepada 2 responden yang menderita *gout arthritis* dan mengeluh nyeri sendi dan dilakukan terapi kompres kayu manis selama 10-20 menit dalam waktu 2 hari. Hasil penelitian didapatkan terapi kompres hangat kayu manis bermanfaat untuk mengurangi nyeri *gout arthritis* dengan hasil: responden pertama, skala nyeri menurun dari 5 menjadi 3 dan pada responden kedua, skala nyeri menurun dari 4 menjadi 2.

Penelitian yang dilakukan terhadap 2 responden yang menderita *gout arthritis*. menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi bubuk kayu manis selama 7 hari, keluhan nyeri yang dirasakan responden menurun. Sebelum di berikan terapi, responden mengatakan skala nyeri 4 dan setelah diberikan terapi maka skala nyeri menurun menjadi 2 (Hidayatullah & Rejeki, 2022)

Pemberian kompres kayu manis berpengaruh pada menurunnya keluhan nyeri sendi pada lansia. Sebelum diberikan terapi kompres kayu manis, sebanyak 5 responden merasakan nyeri pada tingkat ringan (33%) dan 10 responden mengeluh nyeri pada tingkat sedang (67%), setelah diberikan terapi, tingkat nyeri yang dirasakan responden menurun, sebanyak 12 responden (80%) menyatakan nyeri ringan sedangkan 3 responden (20%) menyatakan nyeri sedang (Marvia, Astuti & Fahrurrozi, 2019).

Penelitian Aprilla (2022) terhadap 10 responden yang menderita *gout arthritis*, rata-rata penurunan skala nyeri sebesar 2,66 setelah diberikan intervensi terapi kompres hangat kayu manis, yang

mana sebelum diberikan intervensi rata-rata skala nyeri 5,08 dan setelah diberikan intervensi skala nyeri menjadi 2,42. Terapi kompres hangat kayu manis mampu mengurangi keluhan nyeri yang dirasakan oleh penderita *gout arthritis*.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan Implementasi asuhan keperawatan pada klien Ny. J yang mengalami masalah keperawatan nyeri kronis akibat *gout arthritis* maka pemberian terapi kompres hangat kayu manis dapat dapat menurunkan nyeri klien dan juga memberikan pengetahuan bagi perawat tentang salah satu terapi non farmakologi untuk menurunkan nyeri. Diharapkan kepada seluruh masyarakat terutama lansia yang memiliki keluhan nyeri sendi akibat *gout arthritis* agar dapat mengimplementasikan terapi kompres hangat kayu manis untuk mengurangi nyeri yang dirasakan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilla, N., Syafriani, Safitri, D. E., & Kusumayanti, E. (2022). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Kayu Manis Terhadap Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis di Desa Binuang Wilayah Kerja Puskesmas Laboy Jaya. *Jurnal Ners*, 6(2), 47-51.
- Cakra, T. P. K., Prasajo, S., & Sugiharto. (2021). *Literature Review : Pengaruh Kompres Kayu Manis Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Penderita Arthritis Gout. Seminar Nasional Kesehatan*, 2062-2069.
- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2018).

- Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia: Konsep dan Berbagai Intervensi*. Malang : Wineka Media.
- Fenia., Pranata, S., & Khoiriyah. (2022). Kompres Hangat Kayu Manis Menurunkan Nyeri Pada Pasien Arthritis Gout di Wilayah Puskesmas Kedungmundu Semarang. *Journal Nursing Research Publication Madia*, 1 (3), 118-125.
- Hidayatullah, H., & Rejeki, S. (2022). Efektifitas Bubuk Kayu Manis Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Arthritis Gout. *Ners Muda*, 3(2), 203-209.
- Madyaningrum, E., Kusumaningrum, F., Wardani, R. K., Susilaningrum, A. R., & Ramadhani, A. (2020). *Buku Saku Kader : Pengontrolan Asam Urat Di Masyarakat*. Yogyakarta : Universitas Gajah Mada.
- Margowati, S., & Priyanto, S. (2017). Pengaruh Penggunaan Kompres Kayu Manis (*Cinnamon Burmani*) Terhadap Penurunan Nyeri Penderita Arthritis Gout. *The 5th Urecol Proceeding*. 598-607.
- Marvia, E., Astuti, F., & Fahrurrozi, M. (2019). Pengaruh Kompres Kayu Manis Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Sendi Pada Lansia di Balai Sosial Lanjut Usia "Mandalika" NTB. *Prima*, 5 (2), 31-36.
- PPNI (2018) Standar Intervensi Keperawatan Indonesia:Defenisi Dan Tindakan Keperawatan Edisi I. Jakarta:DPP PPNI
- Purnamasari, S. D. I., & Listyarini, A. D. (2015). ompres Air Rendaman Jahe Dapat Menurunkan Nyeri Pada Lanisa Dengan Asam Urat di Desa Cengkalsewu Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati. *Cendekia Utama Kudus*, 1(4), 19-27.
- Riset kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia Tahun 2018.
- Setiawan, M. T., & Nur, H. A. (2020). Pemberian Kompres Hangat Kayu Manis Untuk Menurunkan Nyeri Penderita Arthritis Gout di Wilayah Puskesmas Jepang Kecamatan Mejobo Kabupaten Kudus. *Jurnal profesi Keperawatan*, 7(2), 134-146
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia.
- Zahara, R. (2013). Arthritis Gout Metakarpal dengan Perilaku Makan Tinggi Purin Diperberat oleh Aktifitas Mekanik Pada Kepala Keluarga dengan Posisi Menggenggam Statis. *Medula*, 1(3).