

PENERAPAN TERAPI NON FARMAKOLOGI RENDAM KAKI AIR HANGAT, GARAM DAN BAWANG MERAH UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN GOUT ATHRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOPETA

Letisia Sariyanti Penga¹, Yosephina Maria Hawa Keytimu^{2*}

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Nusa Nipa, Maumere^{1,2}

*Corresponding Author : fienkeytimu@gmail.com

ABSTRAK

Gout Arthritis atau yang sering disebut asam urat adalah sisa sel tubuh mati yang mengeluarkan purin. Asam urat akan menumpuk di persendian membentuk garam urat (monosodium urat). Penumpukan kristal tersebut menyebabkan kerusakan pada daerah persendian, yang dapat menyebabkan nyeri persendian. Tahap awal penelitian di Puskesmas Kopeta penulis menemukan banyaknya penyakit gout arthritis pada tahun 2024 sebanyak 116 kasus. Penyakit ini masuk dalam kategori kesehatan prioritas tinggi bersama Hipertensi dan Diabetes Melitus. Tindakan pencegahan yang dilakukan untuk menyelesaikan isu yang perlu diatasi yaitu pemberian terapi non farmakologis rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah. Pemberian terapi ini dapat mengurangi nyeri pada pasien. Penelitian ini berupa studi kasus deskriptif. Tujuan penelitian ini adalah mampu melakukan pemberian terapi non farmakologi rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah. Hasil implementasi yang sudah dilakukan setelah diberi terapi tingkat nyeri pasien menurun. Kesimpulan terapi non farmakologi rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah efektif bisa menurunkan nyeri pada pasien. Diharapkan terapi non farmakologi rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah sebagai salah satu intervensi keperawatan bagi penderita gout arthritis.

Kata kunci : bawang merah, garam, nyeri, rendam kaki

ABSTRACT

Gout Arthritis or often called uric acid is the remains of dead body cells that release purine. Uric acid will accumulate in the joints forming uric salts (monosodium urate). The accumulation of crystals causes damage to the joint area, which can cause joint pain. The initial stage of the study at the Kopeta Health Center, the author found that there were 116 cases of gout arthritis in 2024. This disease is included in the high priority health category along with Hypertension and Diabetes Mellitus. Preventive measures taken to resolve the issues that need to be addressed are the provision of non-pharmacological therapy by soaking feet in warm water, salt and shallots. This therapy can reduce pain in patients. This research is a descriptive case study. The purpose of this study was to be able to provide non-pharmacological therapy by soaking feet in warm water, salt and shallots. The results of the implementation that had been carried out after being given therapy, the patient's pain level decreased. The conclusion is that non-pharmacological therapy by soaking feet in warm water, salt and shallots can effectively reduce pain in patients. It is hoped that non-pharmacological therapy by soaking feet in warm water, salt and shallots as one of the nursing interventions for gout arthritis sufferers.

Keywords : foot soak , pain , red onion, salt

PENDAHULUAN

Gout Arthritis atau yang sering disebut asam urat adalah terbentuknya kristal pada persendian akibat tingginya kadar asam urat dalam darah. Asam urat merupakan sisa sel tubuh mati yang mengeluarkan purin. Asam urat akan menumpuk di persendian membentuk garam urat (monosodium urat). Penumpukan kristal tersebut menyebabkan kerusakan pada daerah persendian, yang dapat menyebabkan nyeri persendian (Agustina & Puspasari, 2025). Risiko utama Gout Arthritis adalah serangan arthritis yang berulang, yang dapat mengakibatkan

kerusakan sendi permanen dan kecacatan (Herawati & Faswita, 2025). Prevalensi *gout Arthritis* menurut *World Health Organization* (2023) yaitu 5-30% atau berkisar antara 55,8 juta-335 juta penduduk di dunia menderita *gout arthritis*. Presentase penderita *gout arthritis* belakangan ini menunjukkan adanya peningkatan di beberapa negara salah satunya Indonesia. Prevalensi penderita *gout arthritis* di Indonesia pada tahun 2023 menurut usia yaitu 45-54 tahun yaitu sebesar 11,11% (30.886 penderita), usia 55-64 tahun sejumlah 15,5 % (43.000), usia 55-74 tahun sejumlah 18,6% (51.708 penderita), dan pada usia 75 tahun atau lebih sejumlah 18,9% (52.542 penderita). Provinsi Nusa Tenggara Timur memiliki prevalensi penyakit *gout arthritis* sebanyak 33,1 (1,9 juta penderita) (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap perawat pengelola penyakit tidak menular (PTM) UPT Puskesmas Kopeta, prevalensi penderita *gout arthritis* sebanyak 116 penderita dengan rincian penderita laki-laki sebanyak 175 jiwa dan penderita perempuan sebanyak 80 jiwa (Rekam medik Puskesmas Kopeta, 2024).

Gout arthritis adalah hasil dari metabolisme akhir purin yang merupakan bagian dari inti sel tubuh yang mengandung asam nukleat. Purin yang diproduksi sebagai produk sampingan dari sintesis protein dan berubah menjadi kristal asam urat, dapat menumpuk di persendian tangan atau kaki, saluran ginjal atau kandung kemih (Wijaya, 2024). *Gout arthritis* yaitu suatu kondisi peradangan pada persendian yang diakibatkan karena kenaikan konsentrasi asam urat dalam aliran darah, dimana gejalanya didapatkan nyeri pada sendi yang bisa mengganggu aktivitas (Arifuddin et al., 2024). Sensasi nyeri menjadi keluhan utama pada penderita asam urat. Nyeri didefinisikan sebagai sensasi yang tidak menyenangkan, bersifat subjektif dan berhubungan dengan panca indera, serta merupakan suatu pengalaman emosional yang dikaitkan dengan kerusakan jaringan baik aktual maupun potensial, digambarkan sebagai suatu kerusakan atau cidera. Nyeri terjadi dalam berbagai derajat keparahan, baik akut maupun kronis. Nyeri merupakan bagian komponen utama sistem saraf, menginstruksikan neuron motorik dari sistem saraf pusat sebagai deteksi adanya kerusakan fisik (Izzah, 2024). Nyeri dapat mengalami pengalaman sensorik dan emosional yang tidak nyaman yang terjadi sebagai akibat dari kerusakan jaringan, atau kerusakan jaringan yang ada atau yang akan datang (Meyzi, 2024).

Normal kadar asam urat dalam darah pada perempuan 2,6-6 mg/dl dan 3-6,8 mg/dl pada laki-laki. Asam urat adalah hasil metabolisme normal purin (nucleoprotein), purin banyak ditemukan dalam makanan yang mengandung protein hewani ataupun nabati. Contoh makanan tinggi purin antara lain jeroan, daging, seafood, kacang-kacangan. Konsumsi makanan tinggi purin, obesitas dan kebiasaan minum alkohol merupakan faktor risiko penyakit *gout arthritis* (Syahradesi & Yusnaini, 2020). Manifestasi klinis *gout arthritis* adalah nyeri sendi terutama pada malam hari atau pagi hari saat bangun tidur. Tanda inflamasi lainnya antara lain sendi tampak bengkak, teraba hangat, kemerahan dan sendi sulit digerakkan dapat disertai munculnya tofus. Tanda dan gejala biasanya berlangsung beberapa hari (*gout arthritis* akut) Gejala dapat menghilang secara bertahap (periode interkritikal) kemudian masuk pada periode poliatikular terjadi serangan 6 bulan sampai 2 tahun berikutnya setelah serangan pertama; tahap akhir disebut *gout arthritis* kronik (Ardianty, 2019).

Penatalaksanaan *gout arthritis* bisa dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis. Terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu, edukasi terkait manajemen nyeri secara mandiri bagi penderita *Arthritis*, relaksasi, meningkatkan intake cairan (air putih), penggunaan pelindung sendi, kompres panas atau dingin, rendam hangat, diet dengan cara mengatur pola hidup dan asupan makanan, menjaga ideal tubuh, latihan/berolahraga. Rendam air hangat yang diberi campuran garam dan bawang merah memiliki senyawa kimia yang dapat memecah senyawa asam urat pada daerah persendian yang dilakukan perendaman sehingga terjadi penurunan nyeri karena penguraian asam urat dari rendam air hangat garam dan bawang merah tersebut. Hal tersebut disebabkan karena larutan

air hangat yang dicampur dengan garam dan bawang merah mengandung ion Magnesium, Sulfur, Oksigen, *allicinalin*, *flavonoid*, *allyl profield disulfide*, *fitosterol*, *falvones*, *potasium*, *kaempferol*, *prektin*, *saponin*, dan *tripropanal* yang apabila ionnya terlepas dan meresap di kulit yang membantu dalam pembentukan enzim untuk mengatur kontrol otot, kekakuan pada otot maupun sendi, produksi energi yang teratur, tempat pembuangan sisa racun tubuh pada pasien yang mengalami nyeri akibat dari asam urat yang dialaminya. Senyawa-senyawa sulfur organik ini juga berperan dalam mencegah pembentukan gumpalan darah, memperlancar aliran darah, serta meningkatkan pelepasan panas dari tubuh ke lingkungan melalui proses evaporasi (Lawi et al., 2024).

Bawang merah memiliki kandungan kaemferol yang efektif mengatasi peradangan dan mengurangi rasa sakit. Bawang merah mengandung beberapa senyawa seperti flavonoid yang berperan sebagai bahan aktif anti inflamasi sedangkan bahan aktif kaemferol mempunyai efek menghambat enzim *circooxygenase* karena enzim ini mengurangi sintesis prostaglandin sehingga mengakibatkan pelebaran pembuluh darah sehingga mengurangi proses sel inflamasi pada area sendi yang terasa nyeri (Nugraheni, 2024). Fungsi kompres hangat dapat membantu mengurangi kekakuan otot, mendorong pori-pori kulit terbuka untuk mengeluarkan keringat, dan memberikan kenyamanan pada penggunaanya, kompres hangat yang dilakukan pada daerah yang nyeri akan mengakibatkan vasodilatasi pembuluh darah, rasa hangat dari suhu tersebut akan membuat sirkulasi pada peredaran darah lancar dan akan memberikan stimulus otot untuk relaksasi sehingga rasa nyeri dapat berkurang kompres hangat menyebabkan hormon endorfin melepas sehingga rasa sakit berkurang dan memblokir penyaluran stimulus nyeri pada sendi lansia (Fazalina & Widyastuti, 2021).

Peran perawat pada penderita *gout arthritis* adalah sebagai *care giver*, dan edukator kesehatan. Perawat sebagai *care giver* memberikan asuhan keperawatan kepada lansia dengan pendekatan proses keperawatan mulai dari tahap pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi keperawatan. Perawat sebagai edukator kesehatan memberikan edukasi kepada lansia untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku lansia, agar mempertahankan kadar asam urat dalam rentang normal dengan cara modifikasi gaya hidup (Toto & Nababan, 2023). Peran keluarga dalam proses intervensi sangat penting untuk meningkatkan keberhasilan suatu Tindakan keperawatan yang berpusat pada keluarga (*family-centered nursing*) yang didasarkan pada perspektif bahwa keluarga adalah unit dasar untuk memberikan perawatan individual dari anggota keluarga dan dari unit yang lebih luas. Kejadian yang terjadi di keluarga baik sehat maupun sakit, apa yang memengaruhi satu anggota keluarga, maka akan mempengaruhi seluruh anggota keluarga lainnya (Izzah, 2024).

Intervensi utama klien dengan diagnosa keperawatan nyeri kronis sesuai Standar Intervensi Keperawatan Indonesia adalah manajemen nyeri. Salah satu tindakan keperawatan terapeutik untuk mengurangi rasa nyeri adalah pemberian kompres hangat. Kompres hangat dapat melebarkan pembuluh darah (*vasodilatasi*) memperlancar sirkulasi darah sehingga dapat meringankan sensasi nyeri (PPNI, 2018). Menurut penelitian yang dikemukakan oleh (Herman & A'naabawati, 2024) yaitu “pengaruh terapi rendam air hangat garam terhadap skala nyeri pada lansia dengan *gout arthritis* di wilayah kerja puskesmas balukang” terdapat pengaruh untuk menurunkan tingkat nyeri sebelum dan setelah dilakukan rendam menggunakan air hangat dicampur dengan larutan air garam.

Penelitian yang dilakukan (Dari, 2024) tentang pengaruh kompres bawang merah dan *slow deep breathing* terhadap penurunan tingkat nyeri penderita *gout arthritis* di wilayah kerja puskesmas arut selatan pangkalan bun, menunjukkan bahwa menggunakan terapi komplementer seperti pemberian kompres berupa bawang merah akan mengurangi nyeri pada lansia yang mengalami *Gout Arthritis*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fazalina & Widyastuti, 2021) yang menyatakan bahwa dengan kombinasi kompres bawang merah, nyeri akibat *Gout Arthritis* dapat berkurang. Salah satu tindakan yang terbukti

efektif untuk mengurangi nyeri secara non-farmakologi adalah dengan menghangatkan persendian yang sakit, yaitu dengan tindakan Pemberian kompres hangat (Arif et al., 2023). Studi kasus lain mendapatkan hasil setelah dilakukan rendam air hangat dengan garam dapur dapat menurunkan skala nyeri secara signifikan, hal tersebut disebabkan karena adanya unsur aktif yang memberikan efek hidrodinamik yang mana suhu hangat bertujuan untuk melancarkan peredaran darah sedangkan garam dapur terdapat zat kimia seperti unsur sodium yang berperan menstransmisi saraf dan kerja otot (Widyastuti et al., 2021).

Pemberian terapi non farmakologis Rendam Kaki Air Hangat, Garam dan Bawang Merah dilakukan selama 3 kali selama seminggu selama 20 menit dengan komposisi air hangat sebanyak 200 ml dan garam sebanyak 200 mg. Melakukan kompres >20 menit akan mengakibatkan kongesti jaringan dan akan menyebabkan resiko luka bakar karena pembuluh darah yang berkonstriksi tidak mampu membuang panas secara adekuat melalui sirkulasi darah. Kebaharuan penelitian ini dari penelitian sebelumnya adalah, peneliti mengkombinasikan 3 jenis terapi non farmakologi rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah untuk mempercepat penurunan skala nyeri pada penderita *gout athrititis*. Tujuan studi kasus ini adalah menerapkan asuhan keperawatan komunitas dan keluarga dengan terapi non-farmakologis rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah untuk mengurangi nyeri dan menurunkan kadar asam urat lansia.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah metode *case study design* yang berfokus pada studi kasus melalui beberapa metode, yaitu wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi digunakan untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan komunitas dan keluarga pada klien dengan gout athrititis dengan penerapan rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kopeta pada tanggal 06- 18 Januari 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah 116 responden dan sampel atau sasaran yang dituju adalah pasien gout athrititis sebanyak 2 orang partisipan. Analisa data dilakukan sejak peneliti dilapangan, sewaktu pengumpulan data sampai dengan semua data terkumpul. Analisa data dilakukan dengan cara mengemukakan fakta selanjutnya membandingkan dengan teori yang ada dan selanjutnya dituangkan opini pembahasan. Urutan dalam analisa data adalah : Pengumpulan data, Mereduksi data, Penyajian data dan Kesimpulan. Instrument penelitian yang digunakan adalah format pengkajian asuhan keperawatan keluarga dan komunitas, lembar observasi nyeri, SOP tindakan penerapan rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah.

HASIL

Tabel 1. Gambaran Tingkat Intensitas Nyeri Sebelum Diberikan Penerapan Terapi Non Farmakologi dengan Penerapan Rendam Kaki Air Hangat, Garam dan Bawang Merah

Tanggal	Responden	Tingkat Nyeri	Keterangan
18 Januari 2025	Pasien 1	7	Nyeri berat (skala nyeri 7)
	Pasien 2	5	Nyeri Sedang (skala nyeri 5)

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi penerapan terapi non farmakologi didapatkan hasil pada pasien 1 dengan skala nyeri 7(nyeri berat) dan pasien 2 didapatkan skala nyeri 5 (nyeri sedang).

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa tingkat nyeri setelah diberikan intervensi penerapan terapi non farmakologi pada hari ke 3 didapatkan hasil pasien 1 dengan skala nyeri 3 (nyeri ringan) dan pasien 2 didapatkan skala nyeri 3 (nyeri ringan).

Tabel 2. Gambaran Tingkat Intensitas Nyeri Sesudah Diberikan Penerapan Terapi Non Farmakologi dengan Penerapan Rendam Kaki Air Hangat, Garam dan Bawang Merah

Tanggal	Responden	Tingkat Nyeri	Keterangan
19 Januari 2025	Pasien 1	5	Nyeri Sedang (skala nyeri 5)
	Pasien 2	4	Nyeri Sedang (skala nyeri 4)
20 Januari 2025	Pasien 1	4	Nyeri Sedang (skala nyeri 4)
	Pasien 2	3	Nyeri Ringan (skala nyeri 3)
21 Januari 2025	Pasien 1	3	Nyeri Ringan (skala nyeri 3)
	Pasien 2	3	Nyeri Ringan (skala nyeri 3)

PEMBAHASAN

Berdasarkan pengkajian data subjektif pada pengkajian klien 1 mengatakan menderita gout athritis sejak tahun 2019 atau kurang lebih 6 tahun. Klien mengatakan hasil pemeriksaan awal *gout athritis* 10,3 mg/dL. Pasien telah melakukan pemeriksaan dan pengobatan ke pelayanan kesehatan terdekat dan mendapat terapi Halopurinol. Pasien mengatakan merasa nyeri pada daerah persendian tangan dan lutut, nyeri seperti tertusuk-tusuk, nyeri hilang timbul dan nyeri dirasakan saat pagi hari. Nyeri berlangsung selama 2-3 hari. Pasien mengatakan nyeri timbul jika mengkonsumsi kacang panjang, kacang hijau, tahu, tempe, sayur kol dan daun singkong. Pasien sulit untuk menggerakkan kaki dan tangan. Pasien ke 2 menderita *gout athritis* sejak tahun 2023 dengan hasil pemeriksaan 9,3 mg/dL. Pada saat melakukan pengkajian pasien mengatakan merasa nyeri pada lutut, nyeri seperti tertusuk-tusuk. Pasien mengatakan nyeri timbul jika mengkonsumsi kacang hijau, tahu, kacang panjang dan daging. Pasien mengatakan sejak tahun 2024 belum melakukan pemeriksaan kembali dan pengobatan ke pelayanan kesehatan terdekat. Berdasarkan hasil pengkajian peneliti berpendapat bahwa hasil pemeriksaan gout athritis yang tinggi dan keluhan nyeri yang dirasakan oleh pasien disebabkan karena pasien belum mampu mengontrol pola makan yang baik.

Pola makan yang salah dan tidak teratur menyebabkan kondisi pasien semakin memburuk. Hal ini sejalan dengan teori penelitian yang dilakukan oleh (Murbaningsih, 2023) yang menyatakan bahwa mengkonsumsi makanan dengan kandungan purin tinggi akan menyebabkan purin teroksidasi menjadi asam urat kemudian mengendap dalam darah dan yang selanjutnya dibawa ke ginjal untuk di keluarkan bersama urin. Hiperurisemia yang tidak ditangani dengan benar akan menyebabkan pengkristalan purin dan tofus yang sering terjadi pada daerah sendi. Kristal tersebut akan memicu reaksi peradangan sekitar sendi sehingga menimbulkan nyeri, bengkak, panas dan kesulitan untuk beraktifitas. Prioritas masalah dari kedua pasien yang diteliti berdasarkan scoring kedua nyeri menjadi prioritas masalah. Hal ini dikarenakan terdapat sifat masalah yang aktual yang membutuhkan tindakan segera. Hal ini sesuai dengan teori (Lewar & Keytimu, 2023) tentang cara skor penentuan prioritas masalah keperawatan dimana nilai skor tertinggi menjadi prioritas masalah keperawatan.

Diagnosa keperawatan adalah suatu penyatuan dari masalah klien yang aktual maupun potensia berdasarkan data yang dikumpulkan. Diagnosa keperawatan pada kedua klien yaitu Nyeri kronis b/d Kondisi muskuloskeletal kronis (D.0078) (SDKI, 2017). Terdapat persamaan etiologi dari diagnosa tersebut dimana kedua klien mengalami kondisi muskuloskeletal kronis lebih dari 3 bulan. Peneliti melakukan intervensi keperawatan berpancu pada standar intervensi keperawatan indonesia (SIKI, 2018). Pada diagnosa Nyeri kronis b/d Kondisi muskuloskeletal kronis (D.0078) peneliti melakukan intervensi manajemen nyeri Manajemen nyeri (I.08238) yaitu: mengajarkan terapi non farmakologis rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah yang dilakukan 3 kali selama seminggu selama 20 menit dengan komposisi air hangat sebanyak 200 ml dan garam sebanyak 200 mg dengan tujuan agar tingkat nyeri menurun.

Implementasi manajemen nyeri yaitu: mengajarkan terapi non farmakologis rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah yang dilakukan 3 kali selama seminggu selama 20 menit dengan komposisi air hangat sebanyak 200 ml dan garam sebanyak 200 mg dengan tujuan agar tingkat nyeri menurun. Sebelum dilakukan terapi non farmakologis rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah peneliti melakukan penilaian skala nyeri dan pemeriksaan asam urat. Setelah dilakukan implementasi selama 3 hari kepada kedua responden diperoleh hasil bahwa tingkat nyeri menurun dengan skala nyeri 3: nyeri ringan. Hal ini sejalan dengan teori (Dewi et al., 2020) bahwa terapi non farmakologi rendam air hangat yang diberi campuran garam memiliki senyawa kimia yang dapat memecah senyawa asam urat pada daerah persendian yang dilakukan perendaman sehingga terjadi penurunan nyeri karena penguraian asam urat dari rendam air hangat garam dan bawang merah tersebut. Hal tersebut disebabkan karena larutan air hangat yang dicampur dengan garam dan bawang merah mengandung ion Magnesium, Sulfur, Oksigen, *allicinalin*, *flavonoid*, *allyl profield disulfide*, *fitosterol*, *falvones*, *potasium*, *kaempferol*, *prektin*, *saponin*, dan *tripropanal* yang apabila ionnya terlepas dan meresap di kulit yang membantu dalam pembentukan enzim untuk mengatur kontrol otot, kekakuan pada otot maupun sendi, produksi energi yang teratur, tempat pembuangan sisa racun tubuh pada pasien yang mengalami nyeri akibat dari asam urat yang dialaminya. Senyawa-senyawa sulfur organik ini juga berperan dalam mencegah pembentukan gumpalan darah, memperlancar aliran darah, serta meningkatkan pelepasan panas dari tubuh ke lingkungan melalui proses evaporasi. (Yovita et al., 2021).

Evaluasi merupakan komponen terakhir dalam proses keperawatan. Evaluasi dibagi menjadi 2 tahap yaitu evaluasi proses dimana kedua klien mampu melakukan terapi farmakologis rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah secara mandiri dan evaluasi hasil dimana terjadi penurunan tingkat nyeri pasien 1 sebelum pemberian terapi skala nyeri 6 (nyeri berat) menjadi 4 (Nyeri ringan dan hasil pemeriksaan asam urat pasien 1 adalah 7,8 mg/dL dan pasien ke 2 adalah 8,4 mg/dL. Hal ini dapat dibuktikan bahwa rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah dapat melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah di sekitar area yang nyeri, sehingga mempermudah kristal urat untuk masuk ke pembuluh darah dan meninggalkan sendi melalui proses pembuangan seperti urine (Muna & Natalya, 2021). Rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah dapat menimbulkan efek hangat sehingga dapat meningkatkan aliran darah. Peningkatan aliran darah ke suatu area dan kemungkinan dapat menurunkan nyeri dengan mempercepat penyembuhan nyeri, tetapi dalam melakukan kompres hangat digunakan dengan hati-hati dan dipantau untuk menghindari cedera kulit karena suhu pada air.

Menurut penelitian yang dikemukakan oleh (Herman & A'naabawati, 2024) yaitu "Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat Garam Terhadap Skala Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Balukang" terdapat pengaruh untuk menurunkan tingkat nyeri sebelum dan setelah dilakukan rendam menggunakan air hangat dicampur dengan larutan air garam. Penelitian yang dilakukan (Lawi et al., 2024) tentang pengaruh kompres bawang merah terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dengan penyakit gout arthritis akan mengurangi nyeri pada daerah sendi lansia yang mengalami *Gout Arthritis*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Umu Zulaihah Al Fitroh, 2021) yang menyatakan bahwa dengan kombinasi kompres bawang merah, nyeri akibat *Gout Arthritis* dapat berkurang. Hasil studi kasus pada subyek studi kasus sebelum dan setelah dilakukan terapi kadar asam urat menurun, hal ini disebabkan karena adanya faktor mengurangi intake makanan tinggi purin. Penurunan kadar asam urat pada hasil studi kasus ini memberikan efek nyeri yang menjadi keluhan menjadi berkurang, hasil tersebut sejalan dengan studi kasus sebelumnya yang mengatakan kadar asam urat pada penderita gout arthritis menurun sehingga membantu dalam penurunan skala nyeri yang menjadi keluhan pada penderita gout arthritis (Jannah & Warsono, 2024).

Hasil penelitian ini didukung oleh Penelitian yang dilakukan oleh (Aminah et al., 2022) dengan judul “Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Kabupaten Pandeglang Banten” yang menyatakan bahwa klien penderita 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). Uraian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Hasana et al., 2022) dalam penelitian mengenai “Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Penyakit Gout Arthritis” bahwa Populasi seluruh lansia penderita asam urat di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru adalah 17 lansia dengan sampel 17 lansia. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling. Hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik diperoleh nilai $t_{hitung} = 0,000 < (0,05)$. Penelitian menunjukkan ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dengan penyakit Gout Arthritis di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penerapan yang sudah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa tingkat nyeri pada pasien setelah diberikan terapi non farmakologi rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah efektif bisa menurunkan nyeri pada pasien. Berdasarkan hasil penerapan ini, saran bagi perawat diharapkan terapi non farmakologi rendam kaki air hangat, garam dan bawang merah sebagai salah satu intervensi keperawatan bagi penderita gout arthritis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan rasa terimakasih kepada Puskesmas Kopeta atas izin dan kerjasama dalam penelitian ini. Peneliti berterimakasih atas bimbingan dan arahan dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu. Terakhir, peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini sehingga dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, L., & Puspasari, F. D. (2025). Penerapan Kompres Hangat Buli-Buli Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Ny. D Dengan Gout Arthritis Di Wilayah Puskesmas Kutasari Kabupaten Purbalingga. *Multidisciplinary Indonesian Center Journal (Micjo)*, 2(1), 830–837.
- Aminah, E., Saputri, M. E., & Wowor, T. J. F. (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.
- Ardianty, S. (2019). Pengaruh Terapi Komplementer Pranik Healing Terhadap Kadar Uric Acid Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Taman Bacaan Palembang 2018. *Masker Medika*, 7(1), 104–111.
- Arif, A. Z., Rofiki, S., & Amilia, Y. (2023). Kompres Serai Hangat Dapat Menurunkan Nyeri Akut Gout Arthritis: Studi Kasus. *Indonesian Health Science Journal*, 3(1).
- Arifuddin, M., Noorratri, E. D., & Harwanto, T. (2024). Penerapan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta. *Indonesian Journal Of Public Health*, 2(2), 265–276.
- Dari, T. W. (2024). *Pengaruh Kompres Bawang Merah Dan Slow Deep Breathing Terhadap*

- Penurunan Tingkat Nyeri Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan Pangkalan Bun. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Borneo Cendekia Medika Pangkalan Bun.*
- Dewi, M., Sovia, S., & Adha, P. D. (2020). Efektifitas Terapi Rendam Air Hangat Dengan Garam Terhadap Skala Nyeri Arthritis Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(3), 862. <https://doi.org/10.33087/Jiubj.V20i3.1070>
- Fazalina, A. A., & Widyastuti, D. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Herbal Bawang Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Pada Lansia: Literature Review. *Borneo Studies And Research*, 3(1), 95–100.
- 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.
- Herawati, L., & Faswita, W. (2025). *Jupemas (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Edukasi Kesehatan Tentang Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Nyeri Sendi Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Tanah Tinggi Kota Binjai*. 1(1), 13–19.
- Herman, A., & A'naabawati, M. (2024). Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat Garam Terhadap Skala Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Balukang. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 20–24.
- Izzah, A. N. (2024). Penerapan Terapi Kompres Jahe Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Dengan Rheumatoid Arthritis Dalam Konteks Keluarga. *Jurnal Skala Kesehatan*, 15(1), 8–19.
- Jannah, N., & Warsono, W. (2024). *Penerapan Terapi Rendam Air Hangat Dengan Garam Dapur Terhadap Skala Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia*. 5(3).
- Lawi, I. A. A., Surianto, S., & Arfiah, A. (2024). Pengaruh Kompres Bawang Merah Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Penyakit Gout Arthritis Di Puskesmas Kamonji. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(4), 11616–11623.
- Lewar, G. A., & Keytimu, Y. M. H. (2023). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Penerapan Terapi Akupresur Untuk Mengatasi Nyeri Pada Klien Dengan Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Nita. *Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Penerapan Terapi Akupresur Untuk Mengatasi Nyeri Pada Klien Dengan Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Nita*.
- Meyzi, E. (2024). *Karya Ilmiah Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Rhematoid Arthritis Dengan Inovasi Terapi Akupresur Sebagai Anti Nyeri Di Upt Puskesmas Rawat Inap Semuli Raya Lampung Utara Tahun 2023*.
- Muna, N., & Natalya, W. (2021). Penerapan Tindakan Kompres Hangat Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 1753–1757. <https://doi.org/10.48144/Prosiding.V1i.928>
- Murbaningsih, P. W. (2023). *Gambaran Kadar Asam Urat Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Cukir Jombang. Itskes Insan Cendekia Medika Jombang*.
- Nugraheni, A. (2024). *Asuhan Keperawatan Penerapan Kompres Bawang Merah Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Penderita Gout Arthritis Di Desa Lajer Kecamatan Ambal. Universitas Muhammadiyah Gombong*.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Tindakan Keperawatan (1st Ed.). Dpp Ppni*.
- Syahradesi, Y., & Yusnaini, Y. (2020). Penyuluhan Tentang Penyakit Gout Dan Latihan Fisik Pada Masyarakat Di Desa Stambul Jaya Kecamatan Tanoh Alas Kabupaten Aceh Tenggara. *Abdimas Galuh*, 2(2), 86–91.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi Dan Indikator Diagnosis Edisi 1. Dpp Ppni*.

- Tim Pokja SIKI PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Tindakan Keperawatan (Edisi 1)* (Tim Pokja Sdki Dpp Ppni (Ed.)).
- Toto, E. M., & Nababan, S. (2023). Penerapan Terapi Non-Farmakologis Mengurangi Nyeri Dan Menurunkan Kadar Asam Urat Lansia Gout Arthritis. *Ners Muda*, 4(1), 13–19.
- Umu Zulaihah Al Fitroh, U. (2021). *Pengaruh Kompres Bawang Merah Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Pasien Riwayat Asam Urat*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Widyastuti, A. P., Aziz, A., Hapsari, A. R., & Moebari, M. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis. *Journal Of Nursing And Health*, 6(2), 84–94.
- Wijaya, A. (2024). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Kemangi Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Di Kelurahan Pujidadi Kec. Binjai Selatan Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Bukit Barisan*, 8(1 Juni).
- Yovita, A., Setiawan, D., Putri, R. I., Dwi Indayani, F., Made, N., Widiasih, S., Anastasia, N., Setyaningsih, D., Dika, F., & Riswanto, O. (2021). Kandungan Kimia Dan Potensi Bawang Merah (*Allium Cepa L.*) Sebagai Inhibitor Sars-Cov-2. *J.Chemom.Pharm.Anal*, 2021(3), 143–155. www.Journal.Ugm.Ac.Id/V3/Ijcpa