

IMPLEMENTASI KOMPRES HANGAT DAUN KELOR PADA MASALAH NYERI KRONIS DENGAN GOUT ARTHRITIS NY-M DI DESA JATIAAGUNG

Rica Dian Amelia¹, Dian Ratna Elmaghfuroh²
ricadianamelia7@gmail.com¹, dianelma@unmuhjember.ac.id²
Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Latar Belakang: Gout arthritis merupakan salah satu penyakit degeneratif yang umum dialami oleh lansia, ditandai dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah dan gejala nyeri hebat pada persendian. Terapi non-farmakologis seperti kompres hangat daun kelor diketahui memiliki efek antiinflamasi dan analgetik yang dapat membantu mengurangi intensitas nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan kompres hangat daun kelor pada Ny. M sebagai upaya menurunkan intensitas nyeri dengan kasus gout arthritis. Penelitian ini menggunakan Metode: studi kasus deskriptif pada satu subjek lansia di Desa Jatiagung, Kabupaten Jember. Intervensi berupa kompres hangat daun kelor dilakukan selama enam hari berturut-turut, dengan durasi 15 menit setiap harinya. Hasil: pengukuran intensitas nyeri menggunakan Numeric Rating Scale menunjukkan penurunan skala nyeri dari 6 (nyeri sedang) menjadi 2 (nyeri ringan). Penurunan ini mengindikasikan bahwa terapi kompres hangat daun kelor dalam mengurangi nyeri pada kasus gout arthritis. Kesimpulan: Terapi ini juga memberikan alternatif intervensi keperawatan berbasis herbal yang mudah diaplikasikan, aman, dan bermanfaat dalam meningkatkan kenyamanan lansia. **Kata Kunci:** Gout Arthritis, Lansia, Nyeri Sendi, Kompres Hangatdaun Kelor, Terapi Non-Farmakologis.

ABSTRACT

Gouty arthritis is a degenerative disease commonly experienced by the elderly, characterized by increased levels of uric acid in the blood and symptoms of severe pain in the joints. Non-pharmacological therapies such as warm Moringa leaf compresses are known to have anti-inflammatory and analgesic effects which can help reduce the intensity of pain. This study aims to describe the application of warm Moringa leaf compresses to Mrs. M as an effort to reduce pain intensity in cases of gouty arthritis. This research uses the Method: descriptive case study on one elderly subject in Jatiagung Village, Jember Regency. The intervention in the form of a warm compress from Moringa leaves was carried out for six consecutive days, with a duration of 15 minutes each day. Results: measurement of pain intensity using the Numeric Rating Scale showed a decrease in the pain scale from 6 (moderate pain) to 2 (mild pain). This decrease indicates that warm Moringa leaf compress therapy can reduce pain in cases of gouty arthritis. Conclusion: This therapy also provides an alternative herbal-based nursing intervention that is easy to apply, safe, and useful in increasing the comfort of the elderly.

Keywords: Gout Arthritis, Elderly, Joint Pain, Warm Compress From Moringa Leaves, Non-Pharmacological Therapy.

PENDAHULUAN

Proses penuaan yang dikaitkan dengan terjadinya penurunan fungsi fisiologis pada lansia yang merupakan indikator awal munculnya gejala penyakit terkait usia. Pertambahan usia merupakan sebuah siklus kehidupan yang seorang individu tidak akan terlepas dari setiap manusia (Elmaghfuroh, 2025). Ketika seseorang mencapai usia 60 tahun atau lebih, mereka dikategorikan sebagai lansia, pada tahap ini kemampuan fisik mulai menurun, salah satunya pada sistem muskuloskeletal yang menyebabkan keterbatasan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari serta meningkatkan risiko terserang berbagai penyakit. Salah satu kondisi kesehatan yang sering dialami oleh lansia adalah

gout arthritis, yang lebih dikenal sebagai asam urat (Noor et al., 2023). Gout arthritis merupakan suatu kondisi yang memengaruhi sendi akibat gangguan dalam metabolisme purin, yang menyebabkan peningkatan kadar asam urat di dalam darah. Kelebihan asam urat dapat mengakibatkan deposit di sendi dan organ tubuh, yang menimbulkan rasa sakit, nyeri, serta peradangan pada (Firsty & Putri, 2021).

Berdasarkan laporan WHO, jumlah lansia penderita gout arthritis di dunia telah mencapai lebih dari 230 juta orang dan terus meningkat setiap tahunnya. Jumlah kasus lansia yang menderita Gout Arthritis di Jawa Timur sebesar 17%, jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tertinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Berdasarkan pusat data BPS Provinsi Jawa Timur, gout merupakan salah satu penyakit terbanyak yang diderita oleh kaum lansia yaitu pada tahun 2014 sebanyak 28% dari 4.209.817 lansia menderita penyakit gout arthritis (Yuswatiningsih et al., 2023). Arthritis yang terjadi pada lansia biasanya dipengaruhi oleh faktor usia, obesitas dan mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin seperti jeroan, kacang-kacangan, makanan laut, daging dan minuman beralkohol. Beberapa tanda dan gejala penyakit gout arthritis adalah bengkak, merah, kaku dibagian persendian, terasa nyeri hebat pada sendi yang terkena penyakit dan terasa panas bagian yang bengkak bila disentuh, nyeri dapat terjadi sewaktu waktu akibat mengonsumsi makanan kaya purin, gejala asam urat menyebabkan bagian yang terserang terasa nyeri, Gejala ini dapat terjadi pada lutut, dan kaki terasa nyeri yang biasa dirasakan pada malam hari dan saat bangun tidur (Yuswatiningsih et al., 2023).

Pengobatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri akibat gout arthritis, terdapat dua metode yang bisa diterapkan, yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologis melibatkan penggunaan obat anti inflamasi nonsteroid (OAINS) yang berfungsi meredakan peradangan serta mengurangi nyeri pada sendi (Murwani et al., 2022). Selain itu, terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan metode hidroterapi menggunakan daun kelor (*Moringa oleifera*) adalah spesies tanaman dari keluarga Moringaceae. Kelor mengandung senyawa _senyawa berpengaruh bagi tubuh. Kandungan Zat fitokimia pada daun kelor seperti steroid, tannin, triterpenoid, saponin, flavonoid, Alkaloid dan antarkuinon. Senyawa ini bertindak menjadi obat antibiotik, anti-inflamasi, Antibakteri dan detoksi fikasi. Senyawa flavonoid khususnya bisa menghambat xanthin Oxidase. Xanthine oxidase adalah enzim yang mengoksidasi hipoksantin menjadi xantin dan kemudian membentuk asam urat di dalam tubuh (Widiyanto et al., 2020).

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan, fokus permasalahan dalam penelitian ini adalah implementasi terapi kompres hangat daun kelor sebagai upaya penurunan tingkat nyeri pada lansia dengan gout arthritis. Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan intervensi nonfarmakologis yang efektif, ramah lingkungan, dan mudah diterapkan untuk membantu mengurangi keluhan nyeri sendi akibat gout arthritis serta mendukung peningkatan kualitas hidup lansia.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan jenis studi kasus deskriptif berupa studi kasus secara mendalam tentang implementasi terapi kompres hangat daun kelor sebagai upaya penurunan skala nyeri pada Ny. M dengan gout arthritis di Desa Jatiagung.

Pemilihan subjek didasarkan Subyek dalam studi kasus ini adalah satu orang klien lansia yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yaitu lansia yang mengalami gout arthritis dengan keluhan nyeri pada area kaki, tidak memiliki luka terbuka atau infeksi pada kaki, tidak mengalami gangguan mental atau kognitif berat, serta bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu lansia yang memiliki luka atau infeksi pada kaki, lansia yang memiliki gangguan kardiovaskular berat

seperti gagal jantung, serta lansia yang tidak bersedia menjadi responden atau tidak kooperatif dalam menjalani terapi Kompres hangat daun kelor. Prosedur terapi dilakukan selama enam hari berturut-turut, satu kali setiap hari, dengan durasi masing-masing 15 menit. Air hangat bersuhu $\pm 40^{\circ}\text{C}$ disiapkan dan dicampur dengan daun kelor, lalu digunakan untuk mengompres kaki responden. Setelah terapi, responden diminta menilai tingkat nyeri yang dirasakan menggunakan skala NRS. Penilaian dilakukan secara harian selama enam hari pelaksanaan terapi. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur, observasi langsung terhadap ekspresi dan respons fisik responden, serta pencatatan hasil pengukuran skala nyeri. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk menggambarkan perubahan skala nyeri dari hari ke hari. Hasilnya disajikan dalam bentuk grafik dan tabel untuk mempermudah interpretasi. Etika penelitian dijaga melalui pemberian informed consent sebelum terapi dimulai, dengan penjelasan menyeluruh mengenai tujuan, prosedur, manfaat, dan potensi risiko. Identitas responden disamarkan untuk menjaga kerahasiaan data, dan semua prosedur dilaksanakan sesuai prinsip etika penelitian yang berlaku, termasuk prinsip beneficence dan non-maleficence.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada Ny. M, seorang lansia berusia 63 tahun yang tinggal di Desa Jatiagung, Kabupaten Jember, didapatkan data bahwa klien mengalami keluhan utama berupa nyeri pada persendian, terutama pada area lutut, yang menyebabkan kesulitan dalam berjalan serta hambatan saat beraktivitas seperti beribadah. Riwayat penyakit dahulu menunjukkan bahwa klien tidak pernah dirawat di rumah sakit, serta tidak memiliki riwayat penyakit keturunan dan penyakit menular dalam keluarga.

Hasil observasi skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale selama lima hari berturut-turut menunjukkan bahwa pada hari pertama dan kedua klien mengalami nyeri sedang dengan skala 6. Pada hari ketiga skala nyeri menurun menjadi 5, lalu pada hari keempat skala nyeri menurun lagi menjadi 3, yang termasuk kategori nyeri ringan, dan pada hari kelima skala nyeri semakin menurun menjadi 2. Data ini menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri secara bertahap dari nyeri sedang menuju nyeri ringan seiring waktu.

Tabel 1

Tabel 1. Skala nyeri harian pada Ny. M setelah kompres hangat daun kelor

Hari Ke	Skala Nyeri (NRS)	Kategori Nyeri
1	5	Nyeri Sedang
2	5	Nyeri Sedang
3	4	Nyeri Sedang
4	4	Nyeri Sedang
5	3	Nyeri Ringan
6	2	Nyeri Ringan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, dapat disimpulkan bahwa terapi kompres hangat daun kelor hangat terbukti efektif dalam menurunkan skala nyeri pada lansia dengan gout arthritis, sebagaimana ditunjukkan oleh penurunan skala nyeri secara bertahap dari hari ke hari. Temuan ini memperkuat hipotesis bahwa kombinasi antara suhu hangat dan larutan garam mampu menghasilkan efek terapeutik melalui mekanisme vasodilatasi, peningkatan aliran darah, dan penurunan konsentrasi mediator inflamasi secara lokal. Secara ilmiah, efek akumulatif dari terapi ini menunjukkan bahwa pendekatan non-farmakologis berbasis terapi fisik sederhana dapat menjadi intervensi

mandiri keperawatan yang relevan dan aman bagi lansia, khususnya dalam mengelola nyeri akibat gout arthritis tanpa harus bergantung pada medikamentosa. Gagasan selanjutnya yang dapat dikembangkan dari penelitian ini adalah penerapan terapi kompres hangat daun kelor sebagai bagian dari program keperawatan komunitas secara rutin, serta pengkajian lebih lanjut terhadap efektivitas terapi ini dalam jangka panjang dan pengaruhnya terhadap kualitas hidup lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, V., Ratnasai, N. D., Firmansyah, A., Arianto, T. P., & Hariyanto, R. D. (2024). Upaya mengurangi nyeri asam urat pada lansia melalui obat tradisional Indonesia tinjauan: literatur, 2(November 17-21 Di, L., Lemahbang, D., & Kismantoro, K. (2025). 1), 2), 14(1), 26–32.
- Dwi Pratiwi, Y., & Mustikasari, I. (2024). Penerapan Kompres Hangat Daun Kelor Terhadap Nyeri Asam Urat pada Lansia di Desa Pucangsawit. *Jurnal Siti Rufaidah*, 2(3), 93–105.
- Lili Yusliani. (2020). Asuhan keperawatan dasar gangguan eliminasi urine pada pasien gagal ginjal kronis di ruang penyakit dalam Rs Tk III. Dr.Reksodiwiryo padang Kti, 1-99
- Maula, L. H., & Ulfah, M. (2023). Implementasi Pemberian Kompres Hangat Daun Kelor terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia dengan Gout Arthritis di Desa Dawuhan, Padamara, Purbalingga. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4(1), 37–41.
- Murwani, A., Nuryati, N., Hikmawati, A. N., Kusumasari, R. V., & Amri, R. Y. (2022). Analisis Kompres Air Hangat Sebagai Intervensi Gout Arthritis Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Keluarga Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 378–383. <http://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.785>
- Nasution, F., Rambe, I. M., & Ramadani, S. V. (2025). Batasan Usia Dewasa Akhir (Lansia) dan Keadaan Penduduk Lansia di Indonesia The Limits of Late Adulthood (Elderly) and the State of the Elderly Population in Indonesia, 4(3), 1972–1980.
- Nur, A., Kadek Dwi Swarjana, I., & Yhunita, M. (2024). Studi Literatur: Pengaruh Kombinasi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Atritis Gout Pada Lansia. *A Journal Kiara Nursing and Midwifery*, 1(1), 1–5.
- Rustanti, V. I., & Elmaghfuroh, D. R. (2023). Implementasi Kegel Exercise pada Lansia dengan Masalah Keperawatan Inkontinensia Urine di UPT PSTW Jember. *Health & Medical Sciences*, 1(2), 1–8. <http://doi.org/10.47134/phms.v1i2.40>
- Sendi, N., Lansia, P., & Asam, D. (n.d.). 1, 2, 3, 35.
- Triola, S., Maulana, M. A., Ashan, H., & Sjaaf, F. (n.d.). Presbiakusis: Patofisiologi, Faktor Risiko, dan Implikasi Klinis pada Lansia, 371–378.
- 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. <http://doi.org/10.36419/avicenna.v3i2.422>
- Yoga, A., Laksana, B., & Hartutik, S. (2024). Gambaran Tingkat Nyeri Gout Arthritis di UPTD Puskesmas 1 Baturetno Wonogiri, 2(4).