



Implementasi Intervensi Rendam Kaki Air Hangat dan Garam Terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Gout Arthritis

Awaliyah Ulfah Ayudytha Ezdha¹, Silvia Nora Anggreini², Defi Helida Rafni³

¹Profesi Ners, Program Studi Profesi Ners, STIKes Pekanbaru Medical Center

²Profesi Ners, Program Studi Profesi Ners, STIKes Pekanbaru Medical Center

³Profesi Ners, Program Studi Profesi Ners, STIKes Pekanbaru Medical Center

¹ditarhmn@gmail.com. ²vissdeus@gmail.com. ³defihelidarafni4198@gmail.com

Abstract

Gout arthritis is a metabolic bone disorder caused by abnormal purine metabolism and characterized by increased levels of uric acid in the blood, causing pain in local joints. The problems that often arise in the elderly with arthritis are pain during activities, tingling, swelling, and stiffness in the joints. Arthritis management can be done pharmacologically or non-pharmacologically. One of the therapies that can be used to reduce the pain scale in gout and arthritis patients is warm water immersion therapy with salt. Objective: To determine the effectiveness of applying warm water bath therapy with salt on the pain scale in gout and arthritis patients in Melebung village. Method: This research method uses a descriptive method that uses a nursing care approach for three people. The pain scale was observed with a pain chart before and after the intervention. Conclusion: The results of this study show the effectiveness of soaking in warm water with salt on pain scale changes in gout and arthritis patients. Suggestion: Providing warm water immersion therapy with salt can be used as a basis for further research that is more complex with even more samples in order to get more data variants.

Keywords: Gout Arthritis, Pain, Warm water, Salt Soak

Abstrak

Gout arthritis merupakan kelainan tulang metabolik yang disebabkan oleh metabolisme abnormal purin yang ditandai dengan meningkatnya kadar asam urat dalam darah sehingga menyebabkan nyeri pada persediaan lokal. Masalah yang sering timbul pada lansia dengan Arthritis adalah nyeri saat beraktifitas, kesemutan, bengkak serta kekakuan pada sendi. Penatalaksanaan Arthritis bisa dilakukan secara farmakologis dan non- farmakologis. Salah satu terapi yang dapat digunakan untuk menurunkan skala nyeri pada pasien gout atritis yaitu terapi rendam air hangat dengan garam. Tujuan: untuk mengetahui Efektivitas Penerapan Terapi Rendam Air Hangat Dengan Garam Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Kelurahan Melebung. Metode: Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif yang menggunakan pendekatan asuhan keperawatan sebanyak 3 orang. Skala nyeri diobservasi dengan pain chart sebelum dan sesudah intervensi. Kesimpulan : Hasil penelitian menunjukkan adanya efektivitas terapi rendam air hangat dengan garam terhadap perubahan skala nyeri pada pasien gout arthritis. Saran : Pemberian intervensi terapi rendam air hangat dengan garam dapat di jadikan dasar untuk penelitian selanjutnya yang lebih komplek dengan sampel yang lebih banyak lagi agar mendapat varian data yang lebih banyak.

Kata Kunci : Gout Arthritis, Nyeri, Rendam Air Hangat, Garam

1. Pendahuluan

Arthritis secara umum dapat diartikan sebagai suatu peradangan sendi. Arthritis ialah suatu gangguan sendi yang melibatkan peradangan pada satu atau lebih sendi, dengan arthritis, area di dalam atau di sekitar sendi menjadi meradang, yang menyebabkan rasa sakit, kaku, bengkak dan kadang-kadang sulit untuk bergerak. Masalah yang sering timbul dengan Arthritis adalah nyeri pada malam dan pagi hari saat bangun tidur serta saat beraktifitas, kesemutan, linu-linu, bengkak serta kekakuan pada sendi [1].

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 prevalensi asam urat populasi di Amerika Serikat diperkirakan 13.610.000 jiwa terkena asam urat dan pada lansia 81 % penderita penyakit asam urat seiring meningkatnya umur (WHO, 2017). Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia terjadi pada usia dibawah 34 tahun sebesar 32 % dan diatas umur 34 tahun sebesar 68%. Berdasarkan hasil dari RISKESDAS 2018 menunjukkan bahwa penyakit sendi di Indonesia yang diagnosis tenaga kesehatan yaitu sebesar 13.5% [2]. Dan untuk prevalensi penyakit asam urat di Provinsi Riau mencapai 11,8% . Pada tahun 2012 berjumlah 15% dan meningkat pada tahun 2018 sebanyak 20,8% penderita asam urat (Profil Kesehatan Riau, 2018) .

Keluhan terkait gangguan persendian yaitu nyeri menjadi keluhan utama pada penderita asam urat. Penatalaksanaan 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/dingin, rendam hangat, diet dengan cara mengatur pola hidup dan asupan makanan, menjaga ideal tubuh, latihan/berolahraga dan operasi [2].

Hidroterapi rendam air hangat adalah suatu jenis terapi alamiah yang bertujuan dalam meningkatkan sirkulasi darah, menyehatkan jantung, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, mengendorkan otot otot, menghilangkan stress, nyeri otot, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat berguna untuk terapi penurunan rasa nyeri pada penderita asam urat dan prinsip kerja dari hidroterapi ini adalah dengan menggunakan air hangat yang bersuhu sekitar 40,5-43C secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan menimbulkan

pelebaran pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot [3].

Garam merupakan kumpulan senyawa kimia dengan penyusun terbesar adalah natrium klorida (NaCl). Secara normal tubuh dapat menjaga keseimbangan antara natrium diluar sel dan kalium didalam sel jika kadar natrium tersebut didalam tubuh. Hormon aldosteron menjaga agar konsentrasi natrium di dalam darah pada nilai normal. Natrium berguna di dalam tubuh untuk menjaga keseimbangan asam basa dengan mengimbangi zat-zat yang membentuk asam dan berperan juga dalam transmisi saraf dan kontraksi otot [4].

Berdasarkan hasil penelitian Dewi et.al., (2020) mengenai Efektivitas Terapi Rendam Air Hangat dengan Garam Terhadap Skala Nyeri Arthritis pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi menunjukkan hasil terdapat perbedaan yang signifikan rerata skala nyeri terapi rendam air hangat tambah garam dengan terapi rendam air hangat tanpa garam pada lansia dengan Arthritis (p -value $0,000 < p < 0,05$), lebih lanjut terapi rendam air hangat dengan garam efektif diberikan untuk menurunkan skala nyeri pada lansia dengan Arthritis. Penatalaksanaan non-farmakologis berupa pendidikan kesehatan dapat diberikan pada lansia terkait manajemen nyeri non-farmakologis [1].

Berdasarkan dari hasil observasi pada tanggal 25 Juli 2022 di Kelurahan Melebung, Kecamatan Tenayan Raya, Kota Pekanbaru terhadap 3 orang pasien dengan penyakit asam urat memiliki keluhan yang sama yaitu merasakan sakit pada kaki terutama pada persendian. Selain itu mereka juga mengeluh sakit sangat terasa saat pagi hari saat bangun tidur, dan cuaca dingin sering kambuh. Selain itu satu pasien diantaranya mengeluh bengkak pada persendian lutut dan pada persendian jempol kaki kanan saat dilakukan pengkajian dua orang berada pada skala nyeri 7 dan satu orang dengan skala nyeri 6.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif yang menggunakan pendekatan asuhan keperawatan sebanyak 3 orang. Skala nyeri diobservasi dengan pain chart sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Melebung Pekanbaru selama 2 minggu dimulai dari tanggal 25 Juli- 7 Agustus 2022. Penerapan terapi rendam air hangat dengan garam ini dilakukan 7 kali pertemuan, kemudian peneliti melakukan evaluasi kepada 3 pasien tersebut

3. Hasil dan Pembahasan

Dari hasil pengkajian yang dilakukan kepada 3 pasien kelolaan yaitu Ny. R, Ny. R dan Ny. S didapatkan bahwa 3 pasien tersebut mengalami gout arthritis. Ketiga pasien tersebut mengatakan sering merasa sakit dan nyeri pada persendian kaki dan susah untuk berjalan. Jadi masalah keperawatan yang muncul adalah nyeri akut b.d agen pencedera fisik (gout arthritis). Intervensi yang diterapkan yaitu terapi rendam air hangat dengan garam untuk mengatasi skala nyeri pada penderita gout arthritis dilakukan selama 7 hari guna menurunkan tingkat nyeri klien. Implementasi dilakukan pada hari rabu tanggal 27 Juli 2022 sampai dengan hari kamis tanggal 4 Agustus 2022. Intervensi dilakukan satu kali sehari selama 10-15 menit dengan merendam kaki kedalam rendaman air hangat yang sudah dicampur dengan garam

Berdasarkan penelitian oleh Dewi Mursidah, et.al., (2020) mengenai Efektivitas Terapi Rendam Air Hangat dengan Garam Terhadap Skala Nyeri Arthritis pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi menunjukkan hasil penelitian terdapat perbedaan yang signifikan rerata skala nyeri terapi rendam air hangat tambah garam dengan terapi rendam air hangat tanpa garam pada lansia dengan Arthritis ($p\text{-value } 0,000 < p \alpha 0,05$), lebih lanjut terapi rendam air hangat dengan garam efektif diberikan untuk menurunkan skala nyeri pada lansia dengan Arthritis [1].

Pada kasus pertama yaitu Ny. R saat sebelum dilakukan terapi rendam air hangat dengan garam peneliti melakukan pemeriksaan fisik terlebih dahulu dan didapatkan kadar asam urat Ny. R 7,4 mg/dl, skala nyeri pada persendian kaki yaitu 6 dengan keluhan sakit seperti ditusuk-tusuk yang menjalar sampai ke pinggang, sakit terasa saat akan berdiri dan bangun tidur dipagi hari. Setelah dilakukan terapi rendam air hangat dengan garam yang dilakukan 7 hari selama 10-15 menit setiap harinya dan dilakukan pemeriksaan fisik lagi didapat keluhan berkurang yaitu nilai kadar asam urat 5,0 mg/dl, skala nyeri berkurang menjadi 2 yaitu nyeri ringan, sakit saat akan berjalan sudah tidak ada, merasa lebih nyaman dan rileks.

Pada kasus kedua yaitu Ny. R saat sebelum dilakukan terapi rendam air hangat dengan garam peneliti melakukan pemeriksaan fisik terlebih dahulu dan didapatkan kadar asam urat Ny. R 8,6 mg/dl, skala nyeri pada persendian kaki yaitu 7 dengan keluhan sakit seperti ditusuk-tusuk, sakit terasa saat akan berdiri dan bangun tidur dipagi hari. Setelah dilakukan terapi rendam air hangat dengan garam yang dilakukan 7 hari selama 10-15 menit setiap

harinya dan dilakukan pemeriksaan fisik lagi didapat keluhan berkurang yaitu nilai kadar asam urat 5,8 mg/dl, skala nyeri berkurang menjadi 2 yaitu nyeri ringan, sakit saat akan berjalan sudah berkurang, merasa lebih nyaman dan rileks.

Pada kasus ketiga yaitu Ny. S saat sebelum dilakukan terapi rendam air hangat dengan garam peneliti melakukan pemeriksaan fisik terlebih dahulu dan didapatkan kadar asam urat Ny. S 7,6 mg/dl, skala nyeri pada persendian kaki yaitu 7 dengan keluhan sakit seperti ditusuk-tusuk, sakit terasa saat akan berdiri dan bangun tidur dipagi hari, terdapat pembengkakan pada persendian lutut kaki kiri dan persendian jempol kaki kanan. Setelah dilakukan terapi rendam air hangat dengan garam yang dilakukan 7 hari selama 10-15 menit setiap harinya dan dilakukan pemeriksaan fisik lagi didapat keluhan berkurang yaitu nilai kadar asam urat 5,1 mg/dl, skala nyeri berkurang menjadi 2 yaitu nyeri ringan, sakit saat akan berjalan sudah berkurang, bengkak pada persendian mulai berkurang, merasa lebih nyaman dan rileks.

Dari ketiga kasus tersebut membuktikan bahwa terapi rendam air hangat dengan garam efektif dilakukan untuk menurunkan skala nyeri pada pasien penderita gout arthritis. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Dewi Mursidah, et.al., (2020) mengenai Efektivitas Terapi Rendam Air Hangat dengan Garam Terhadap Skala Nyeri Arthritis pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi menunjukkan hasil penelitian terdapat perbedaan yang signifikan rerata skala nyeri terapi rendam air hangat tambah garam dengan terapi rendam air hangat tanpa garam pada lansia dengan Arthritis ($p\text{-value } 0,000 < p \alpha 0,05$), lebih lanjut terapi rendam air hangat dengan garam efektif diberikan untuk menurunkan skala nyeri pada lansia dengan Arthritis [1].

Penggunaan kompres hangat merupakan terapi non farmakologis untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat, dan tujuannya untuk memperlancar sirkulasi darah, dan mengurangi rasa sakit atau nyeri. Hal ini sejalan dalam penelitian oleh Hoesny Rezkiyah, et. al., (2018) mengenai Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2017 menunjukkan hasil terdapat perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh kompres hangat terhadap perubahan skala nyeri pada pasien gout arthritis [5].

4. Kesimpulan

Pada penulisan ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skala nyeri saat sebelum dilakukan terapi rendam air hangat dengan garam dan setelah diberikan terapi rendam air hangat dengan garam. Skala nyeri pasien sebelum dilakukan terapi rendam air hangat dengan garam pada Ny. R yaitu 6 dengan nilai kadar asam urat 7,4 mg/dl, dan setelah diberikan terapi rendam air hangat dengan garam skala nyeri yaitu 2 dengan kadar asam urat 5,0 mg/dl. Pada Ny. R skala nyeri pasien sebelum dilakukan terapi rendam air hangat dengan garam yaitu 7 dengan nilai kadar asam urat 8,6 mg/dl, dan setelah diberikan terapi rendam air hangat dengan garam skala nyeri yaitu 2 dengan kadar asam urat 5,8 mg/dl. Begitu juga dengan Ny. S sebelum diberikan terapi rendam air hangat dengan garam skala nyeri yaitu 7 dengan nilai kadar asam urat 7,6 mg/dl dan setelah diberikan rendam air hangat dengan garam skala nyeri yaitu 2 dengan kadar asam urat 5,1 mg/dl. Dari ketiga kasus tersebut membuktikan bahwa terapi rendam air hangat dengan garam efektif dilakukan untuk menurunkan skala nyeri pada pasien penderita

gout arthritis.

Daftar Rujukan

- [1] M. Dewi, S. Sovia, and P. D. Adha, "Efektifitas Terapi Rendam Air Hangat dengan Garam terhadap Skala Nyeri Arthritis Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi," *J. Ilm. Univ. Batanghari Jambi*, vol. 20, no. 3, p. 862, 2020, doi: 10.33087/jiubj.v20i3.1070.
- [2] M. Jauhar, N. Ulisetiani, and S. Widiyati, "Studi Literatur: Kompres Air Garam Epsom Hangat Menurunkan Nyeri Sendi Pada Kliien Arthritis Gout," *J. Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, vol. 13, no. 1, p. 284, 2022, doi: 10.26751/jikk.v13i1.1264.
- [3] Ambarwati, Uliya, and Ismatul, "Foot Soak Therapy Using Warm Water With A Mixture Of Salt And Lemongrass To Lower Blood Pressure In Patients With Hypertension," *J. Profesi Keperawatan Acad. Keperawatan Krida Husada Kudus*, vol. 7, no. 2, pp. 88–102, 2020.
- [4] Y. Fitriana, D. Anggraini, and L. Anggraini, "Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam dan Serai terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi," *Pros. Semin. ...*, vol. 4, no. 2, pp. 1–10, 2021, [Online]. Available: <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/726>.
- [5] R. Hoesny, Z. Alim, and R. Hartina, "Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2017," *J. Fenom. Kesehat.*, vol. 1, no. 1, pp. 38–43, 2018.