

PENERAPAN KOMPRES AIR GARAM HANGAT PADA PASIEN RHEUMATOID ARTHRITIS DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI KRONIS

APPLICATION OF WARM SALT WATER COMPRESSES IN RHEUMATOID ARTHRITIS PATIENTS WITH CHRONIC PAIN NURSING PROBLEMS

Farid Ja'far Arifillah¹, Dina Camelia², Tiara Fatma Pratiwi³, Arif wijaya⁴, Erna Ts Fitriyah⁵.

^{1,3}Akper Bahrul Ulum Jombang

^{2,4,5} Stikes Bahrul Ulum Jombang

e-mail: faridputraeggy9041@gmail.com

ABSTRAK

Rheumatoid arthritis adalah penyakit autoimun yang terjadi ketika sistem kekebalan tubuh menyerang jaringan tubuh sendiri, menyebabkan peradangan berkepanjangan pada sendi dan mengakibatkan nyeri yang berkepanjangan dapat menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas sehari-hari. Tujuan penelitian ini adalah melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien rheumatoid arthritis dengan masalah keperawatan nyeri kronis dengan menggunakan terapi kompres air garam hangat di UPT PSTW Jombang. Metode yang digunakan yaitu desain diskriptif studi kasus dengan metode asuhan keperawatan. Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 2 pasien yang memiliki rheumatoid arthritis dengan masalah keperawatan nyeri kronis, penelitian dilaksanakan selama 7 hari berturut-turut dengan intervensi kompres air garam hangat selama 15 – 20 menit dan sebelum maupun sesudah pemberian kompres hangat diukur skala nyeri menggunakan NRS, menggunakan pengumpulan data yang meliputi pengkajian, menentukan diagnosa, membuat intervensi, melakukan implementasi, dan mengevaluasi. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pemberian terapi kompres air garam hangat dapat menjadi terapi alternatif untuk mengatasi nyeri kronis, nyeri mulai berkurang atau turun di hari ke 4 dari skala nyeri 6 turun menjadi skala nyeri 4. Kesimpulan dari penelitian ini adalah kompres air garam hangat dapat dijadikan terapi non farmakologi pada pasien dengan rheumatoid arthritis yang mengalami masalah keperawatan nyeri kronis sehingga pasien terhindar dari kelumpuhan.

Kata kunci: rheumatoid Arthritis, nyeri kronis, kompres air garam

ABSTRACT

Rheumatoid arthritis is an autoimmune disease that occurs when the body's immune system attacks the body's own tissues, causing prolonged inflammation in the joints and resulting in pain. Prolonged pain can cause discomfort in daily activities. The aim of this research is to carry out nursing care for rheumatoid arthritis patients with chronic pain nursing problems using warm salt water compress therapy at UPT PSTW Jombang. The method used is a descriptive case study design with nursing care methods. The subjects used in this study were 2 patients who had rheumatoid arthritis with chronic pain nursing problems. The research was carried out for 7 consecutive days with a warm salt water compress intervention for 15 - 20 minutes and before and after giving the warm compress the pain scale was measured using the NRS. , uses data collection which includes assessment, determining a diagnosis, creating interventions, implementing and evaluating. The results of the case study show that giving warm salt water compress therapy can be an alternative therapy for dealing with chronic pain, the pain began to decrease or decrease on day 4 from a pain scale of 6 down to a pain scale

of 4. The conclusion of this research is that warm salt water compresses can be used as non-pharmacological therapy for patients with rheumatoid arthritis who experience chronic pain management problems so that patients avoid paralysis..

Keywords: *rheumatoid arthritis, chronic pain, salt water compress.*

PENDAHULUAN

Proses penuaan, atau yang umumnya dikenal sebagai lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia dari 55 tahun atau lebih (Happi,2022.). Pada usia lanjut, masalah persendian seperti asam urat dan rheumatoid arthritis sering terjadi. *Rheumatoid arthritis* adalah suatu kondisi yang dapat menyebabkan nyeri, kekakuan, pembengkakan, dan peradangan pada persendian, serta membatasi aktivitas sehari-hari .(Nasrullah,dkk,2021). Pada lansia, nyeri sendi akibat rheumatoid arthritis sering terjadi. Apabila nyeri ini terus-menerus muncul, dapat memicu respons stres yang melibatkan peningkatan kecemasan, denyut jantung yang cepat, tekanan darah yang tinggi, dan frekuensi pernapasan yang meningkat. (andri,2020)

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO), sekitar 355 juta orang di dunia, atau 1:6 penduduk, menderita rheumatoid arthritis (Happi,dkk,2022). Berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Jawa Timur, rematik/sendi adalah salah satu penyakit paling umum pada lansia, dengan 113.045 kasus. Persentase penderita di kelompok usia 45-54 tahun adalah 11,8%, usia 55-64 tahun adalah 15,55%, usia 65-74 tahun adalah 18,63%, dan usia ≥ 75 tahun mencapai 18,95% (RISKESDAS, 2019). Tingkat penyakit nyeri sendi mencapai 17%, dengan proporsi ketergantungan mandiri tertinggi pada lansia usia ≥ 60 tahun sebesar 57,51%. Prevalensi

rheumatoid arthritis di Jombang mencapai 8,91% (RISKESDAS, 2019). Berdasarkan data yang di ambil dari UPT PSTW Jombang dalam jangka satu bulan terakhir terhitung dari tanggal 6 November 2023 sampai dengan 6 Desember 2023, total lanjut usia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werda Jombang berjumlah sebanyak 70 lansia, terdapat 3 lanjut usia yang menderita *rheumatoid arthritis* diantaranya 2 lansia yang berjenis kelamin laki-laki serta 1 lansia yang berjenis kelamin perempuan dan ketiganya menderita nyeri. (Dinsos Jombang, 2023)

Rheumatoid arthritis (RA) adalah penyakit autoimun dengan etiologi yang belum diketahui dan sering melibatkan jaringan ekstra-artikula (Rekomendasi perhimpunan Reumatologi Indonesia 2014 dalam Megi 2021). Tanda dan gejala rheumatoid arthritis meliputi nyeri sendi, pembengkakan, rasa panas, demam, anemia, penurunan berat badan, dan kelemahan. Pada tahap lanjut, gejala meliputi keterbatasan gerak, nyeri tekan, deformitas, pembengkakan, kelemahan, dan depresi (Megi, 2021). *Rheumatoid arthritis* adalah penyakit autoimun yang menyerang lapisan sendi, menyebabkan nyeri, kekakuan, pembengkakan, peradangan, dan kerusakan sendi, dengan pembengkakan terjadi pada jaringan ikat (Nasrullah,dkk, 2021). Rheumatoid arthritis (RA) dapat merusak sendi dan menyebabkan kecacatan, dengan dampak signifikan pada populasi usia produktif yang mempengaruhi aspek sosial dan ekonomi. Kendala dalam diagnosis dini terjadi karena

karakteristik penyakit seringkali belum terlihat pada tahap awal, sehingga pengobatan yang efektif sering terlambat dilakukan. (Megi, 2021)

Salah satu intervensi mandiri dalam keperawatan untuk mengatasi nyeri adalah kompres hangat. Stimulasi panas memicu respon fisiologis yang bervariasi, tergantung pada respons lokal terhadap panas. Mekanismenya melibatkan stimulasi saraf kulit yang mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus (Rangkuti, 2022). Reseptor panas mengaktifkan serat A-beta ketika suhu panas mencapai 4-5 derajat Celsius di atas suhu tubuh, memungkinkan panas beradaptasi dengan mudah dan menyesuaikan suhu dengan tubuh dalam waktu 5-15 menit(Rahmat 2022). Pemberian kompres hangat dapat mengurangi rasa nyeri dan mendukung proses penyembuhan (Rahmat 2022). Menurut Damanik & Ulandari, (2023) Asuhan keperawatan mandiri dapat diterapkan melalui metode kompres air hangat yang dicampur garam. Garam memiliki sifat antiseptik yang dapat meredakan infeksi dan nyeri, serta meningkatkan respons sel darah putih dan sistem kekebalan tubuh.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan rancangan deskriptif dengan pendekatan studi kasus, subyek yang digunakan yaitu dua pasien yang menderita penyakit rheumatoid arthritis dengan masalah keperawatan nyeri kronis yang dilakukan di UPT PSTW Kabupaten Jombang. Intervensi yang akan dilakukan kepada pasien adalah pemberian kompres air garam hangat. Pemberian kompres air garam hangat dilakukan dengan dikompres memakai

waslap yang dibasahi dengan air garam hangat dengan suhu 37-40°C, lalu diletakkan dibagian yang merasa nyeri. Pemberian kompres hangat diberikan 1x/hari selama 15 menit dalam jangka waktu 7 hari. Pengukuran nyeri sendi sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat klien diukur skala nyeri menggunakan *numeric rating scale*. Metode pengumpulan data meliputi pengkajian, menentukan diagnosis, membuat intervensi, melaksanakan implementasi, dan mengevaluasi. Penelitian studi kasus ini sudah lolos uji etik di STIKES BAHRUL ULUM NO.005/KEPK/ST.BU/VII/2024 pada tanggal 28 JULI 2024.

HASIL

1. Distribusi Karakteristik Klien Usia, Jenis Kelamin, dan Pekerjaan

Tabel 1.1 Karakteristik Pasien

| Karakteristik | Klien 1 | Klien 2 |
|---------------|-----------|-----------|
| Usia | 67 Tahun | 69 Tahun |
| Jenis kelamin | Perempuan | Laki-laki |
| Pekerjaan | ART | Tukang |

Sumber: Data Primer 2024

2. Distribusi Skala Nyeri Kronis Pada Sendi Sebelum Diberikan Intervensi Kompres air garam Hangat

Tabel 1.2 Skala Nyeri Kronis Sebelum Diberikan Intervensi Kompres air garam Hangat.

| Skala nyeri | Klien 1 | Klien 2 |
|--------------|---------|---------|
| Tidak nyeri | - | - |
| Nyeri ringan | - | - |
| Nyeri sedang | 6 | 5 |
| Nyeri berat | - | - |
| Nyeri hebat | - | - |

Sumber: Data Primer 2024

3. Distribusi Skala Nyeri Kronis Pada Sendi Setelah Diberikan Intervensi Kompres Hangat Selama 10 Hari

Tabel 1.3 Skala Nyeri Kronis Pada Sendi Setelah Diberikan Intervensi

| Kompres Air Garam Hangat | | |
|--------------------------|---------|---------|
| Skala nyeri | Klien 1 | Klien 2 |
| Tidak nyeri | - | - |
| Nyeri ringan | 1 | 2 |
| Nyeri sedang | - | - |
| Nyeri berat | - | - |
| Nyeri hebat | - | - |

Sumber: Data Primer 2024

PEMBAHASAN

Hasil pengkajian identitas klien, klien 1 adalah perempuan berusia 67 tahun dan klien 2 laki-laki berusia 69 tahun. Hasil pengkajian pekerjaan dulu klien dapat dikatakan pekerjaan yang berat, klien 1 bekerja sebagai ART di arab saudi dan klien 2 berkerja sebagai tukang bangunan.

Teori menjelaskan bahwa Laki-laki lebih berisiko terkena *rheumatoid arthritis* karena memiliki kadar asam urat yang lebih tinggi, tetapi risiko menjadi sama antara jenis kelamin setelah usia 60 tahun. Prevalensi *rheumatoid arthritis* pada pria meningkat seiring bertambahnya usia, mencapai puncak pada usia 75-84 tahun. Pada perempuan, risiko meningkat setelah menopause, sekitar usia 45 tahun, akibat penurunan kadar estrogen. Estrogen membantu pembuangan asam urat, sehingga *rheumatoid arthritis* jarang terjadi pada perempuan usia muda yang masih memiliki hormon estrogen, berbeda dengan pria yang tidak memiliki estrogen. (Riswana, 2022). Teori menjelaskan bahwa *rheumatoid arthritis* sering terjadi akibat peningkatan kadar asam urat serta merupakan faktor yang menurunkan daya tahan fisik serta rentan terhadap penyakit degeneratif. (Purwanza, 2022).

Perbedaan antara fakta dan teori adalah bahwa klien masih dapat melakukan aktivitas secara mandiri

meskipun lutut sering terasa nyeri, karena skala nyeri yang dialami klien masih dalam batas sedang (Rahcmah. 2022)

Menurut penelitian laki-laki paling banyak mengalami *rheumatoid arthritis* karena Sedangkan laki-laki yang mengalami *rheumatoid arthritis* karena waktu mudanya kerja sangat berat. Lansia mengalami penurunan semua organ, saat masih muda persendian kuat untuk melakukan aktivitas berat akan tetapi sekarang tidak, maka dari itu fakta dan teori memiliki kesamaan. Pekerjaan berat yang dulu dapat mengakibatkan masalah persendian di masa pendatang sehingga antara teori dan fakta memiliki kesamaan. Sebelum diberikan intervensi kompres air garam hangat skala nyeri sedang yaitu 6 pada klien 1 dan nyeri sedang yaitu 5 pada klien 2. Setelah diberikan intervensi kompres air garam hangat kedua klien mengatakan nyeri sendi mulai berkurang. Hasil setelah diberikan intervensi kompres hangat skala nyeri ringan yaitu 2.

Perbandingan tersebut sebaiknya mengarah pada adanya perbedaan dengan temuan penelitian sebelumnya sehingga berpotensi untuk menyatakan adanya kontribusi bagi perkembangan ilmu. Temuan penelitian ini sesuai dengan dengan penelitian Rachmah, (2022) yang menyatakan bahwa kompres air garam hangat yang dilakukan selama 7 hari dapat menurunkan nyeri penderita *rheumatoid arthritis* yang dibuktikan dengan nilai signifikansi (pvalue) yang dihasilkan uji statistic Wilcoxon dan Mann-Whitney sebesar $0,000 < 0,05$. Penelitian tersebut kemudian menyimpulkan bahwa dengan pemberian kompres air garam hangat dapat meredakan nyeri dan dapat meregangkan kekakuan sendi.

Menurut peneliti bahwa pemberian terapi kompres air garam hangat ini nyeri yang dialami klien 1 dan klien 2 di UPT PSTW Kabupaten Jombang mengalami penurunan nyeri sendi dan kekakuan mulai berkurang.

KESIMPULAN

Pemberian intervensi kompres air garam hangat selama 7 hari dengan waktu 15 menit dapat menurunkan skala nyeri pada klien rheumatoid arthritis.

SARAN

Klien dapat melakukan tindakan kompres hangat secara mandiri di UPT PSTW Kabupaten Jombang.

DAFTAR PUSTAKA

- Andri, juli dkk. (2020). rheumatoid arthritis. *Tingkat pengetahuan terhadap penanganan penyakit rheumatoid arthritis pada lansia*, 2(1), 12–21. DOI:<https://doi.org/10.31539/jka.v2i1.1139>
- Astuti, E. (2021). *Pengaruh kompres hangat garam krosok terhadap nyeri lutut pada lansia di kelurahan darmo kecamatan wonokromo surabaya*. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 1–9.
- Damanik, Y. S., & Ulandari, Y. (2023). *Pengaruh kompres air garam hangat terhadap nyeri sendi di rumah sakit umum sembiring*. Tahun 2019 Kesehatan Deli Sumatera. 1(1), 1–7.
- Fauzi, A (2019). *Rheumatoid Arthritis*.Jk Unila. Volume 3, Nomor 1
- Happi M, D. (2022). *Penerapan kompres hangat pada pasien rheumatoid arthritis dengan masalah keperawatan nyeri kronis*, 7(1), 43–47.
- Herliana, I., Gunardi, S., & Soleh udin. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Arthritis Rheumatoid*. Open Access Jakarta Journal Of Health Sciences Vol. 01 No. 03 Maret 2022 P-Issn 2798-2033, E-Issn 2798-1959, 94-98.
- Hidayat & Uliyah (2020). *Tingkat pengetahuan tentang penyakit Arthritis Rheumatoid*. Jurnal Keperawatan. Akademik Keperawatan sandi Karsa Makasar:Makasar.
- Kemenkes RI .(2020) *Pusat data dan informasi kesehatan Lanjut usia*.
- Megi, D. (2021). *Asuhan keperawatan pemenuhan rasa nyaman nyeri dengan terapi rendam kaki menggunakan air garam hangat pada pasien rheumatoid arthritis*.
- Nasrullah. (2016). *Buku Ajar KeperawatanGerontik Edisi 1, Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: TRANS INFO MEDIA, Jakarta.;STIKES Majapahit Mojokerto.
- Rahmawati, dkk (2017). *pengaruh terapi kompres air hangat terhadap penurunan skala nyeri sendi pada wanita lanjut usia di Graha Werdha maria joseph Pontianak dan Graha Werdha Kasih bapa Kabupaten Kabu Raya.Pontianak*
- Rangkuti, R. H. (2022). *Asuhan keperawatan keluarga pada tn. A gangguan musculoskeletal :arthritis rheumatoid dengan pemberian kompres air garam hangat untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia*. Program studi pendidikan profesi ners fakultas kesehatan universitas aufa robyn di kota padangsidimpuan 2022. *Dspace Fakultas Kesehatan*.
- RISKESDES. (2019). *Laporan Jawa Timur*

- Riskesdes 2018. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB). <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasarriskesdas/>
- Susimi, & Juartka, W. (2022). Peningkatan Pengetahuan Tentang Kompres Hangat Dalam Mengurangi Nyeri Pada Lansia Di Desa Sumber Harta. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) PUSTINGKIA VOL. 1 NO.01 Januari 2022, 1-6.
- Sidik, abu bakar. (2018). Volume 2 , Agustus 2018 Abu Bakar Sidik pengalaman lansia dalam mengatasi nyeri arthritis rheumatoide di panti sosial tresna werdha sumatera selatan tahun 2017 Abu Bakar Sidik STIK Bina Husada Palembang , Program Studi Ilmu Keperawatan Volume 2 , Agustus 2. 2, 153– 162.
- Suwondo, B. S., Meliala, L., & Sudadi. (2017). Buku Ajar Nyeri. Yogyakarta : Perkumpulan Nyeri Indonesi.