

## EDUKASI KOMPRES HANGAT DAUN KELOR SEBAGAI MANAGEMEN NON FARMAKOLOGI NYERI ASAM URAT

Maria Putri Sari Utami<sup>1)</sup>, Brigitta Ayu Dwi Susanti<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Prodi S1 Keperawatan STIKES Notokusumo Yogyakarta

<sup>2)</sup>Prodi D3 Keperawatan STIKES Notokusumo Yogyakarta  
*mariaputrisari88@gmail.com*

### Abstract

Pain is the most common complaint that appears in people with gout. Gout pain is managed with drugs (pharmacology) and without treatment (non-pharmacology). One of the non-pharmacological pain management is to use warm compresses combined with herbal plants, one of which is Moringa leaves. The aims this social activity to increase knowledge audience of Moringa leaves to reduce uric acid pain. This activity was attended by 21 participants. This method of activity is in the form of measuring uric acid levels, and providing health counseling. From the results of this activity, it is known that participants with a male sex of 2 people have high uric acid levels, and 5 female sexes have high uric acid levels. As a form of implementation of knowledge, similar activities can be carried out in the form of training on the use of warm compresses of Moringa leaves to reduce uric acid pain.

*Keywords: Arthritis gout, Warm Compress of Moringa Leaves, Pain..*

### Abstrak

Nyeri adalah keluhan yang paling sering muncul pada penderita asam urat. Nyeri pada asam urat dilakukan pengelolaan dengan obat (farmakologi) dan tanpa pengobatan (non farmakologi). Cara manajemen nyeri non farmakologi adalah dengan menggunakan kompres hangat yang dikombinasi dengan tanaman herbal, salah satunya adalah daun kelor. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan daun kelor untuk mengurangi nyeri asam urat. Kegiatan ini diikuti oleh 21 peserta. Metode kegiatan ini berupa pengukuran kadar asam urat, dan pemberian penyuluhan kesehatan. Dari hasil kegiatan ini diketahui bahwa peserta dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 2 orang memiliki kadar asam urat tinggi, dan jenis kelamin perempuan sebanyak 5 orang memiliki kadar asam urat tinggi. Sebagai bentuk implementasi dari pengetahuan, dapat dilakukan kegiatan serupa berupa pelatihan penggunaan kompres hangat daun kelor pada penderita asam urat untuk mengurangi nyeri.

*Kata kunci: asam urat, kompres hangat daun kelor, nyeri..*

### PENDAHULUAN

Penyakit yang sering dialami oleh masyarakat adalah penyakit asam urat (arthritis gout). Gangguan metabolisme yang mendasarkan penyakit ini adalah hiperurisemia yang ditandai dengan meningkatnya kadar asam urat > 7 ml/dl (laki-laki) dan 6 mg/dl (perempuan) (Sudoyo, 2019) . Sebanyak 32% dengan usia <34 th dan

68% dengan usia >34 th untuk jumlah penderita asam urat di Indonesia (Jaliana, Suhadi, and Sety 2018).

Nyeri pada asam urat disebabkan terdapat endapan -endapan kristal monosodium urat yang terkumpul di dalam sendi dan dalam darah. International Association for the Study of Pain (IASP) menyatakan bahwa nyeri merupakan pengalaman yang dirasakan individu karena sensasi

yang tidak menyenangkan karena kerusakan tertentu (Winarsih, 2010). Oleh karena bersifat subyektif, nyeri setiap orang berbeda-beda. Akibat nyeri setiap individu dapat mengartikannya berbeda-beda dan dapat mempengaruhi aktivitas, pikiran, dan kehidupan penderita nyeri tersebut (Berman, 2009).

Gejala asam urat adalah radang sendi, saat bangun tidur merasakan sakit maupun nyeri hebat di sendi sampai tidak bisa berjalan. Keluhan lainnya nyeri, merah, bengkak, terasa hangat dibagian yang radang dan adanya demam disertai menggigil, leukositosis, dan laju endap darah meningkat (Rofi, 2011). Pengurangan nyeri pada kasus asam urat dapat dilakukan dengan obat maupun tanpa obat (non farmakologi). Pengobatan dengan obat anti nyeri atau analgesik/pengurang rasa sakit dan untuk non farmako dengan cara antara lain terapi music, relaksasi, guided imagery, dan feedback (Smeltzer, 2008).

Cara untuk mengurangi nyeri asam urat adalah dengan kompres hangat disebut juga tehnik non farmakologi (Aisyah, 2017). Kompres hangat yang dilakukan biasanya dengan menggunakan tanaman herbal (Lestari, 2014). Senyawa yang dimiliki daun kelor adalah tannin, steroid, fitokimia, triterpenoid, flavonoid, antrakuinon, alkaloid, saponin yang mempunyai kemampuan antibiotic, anti peradangan, detoksifikasi dan antibacterial yang sangat penting dibutuhkan oleh tubuh (Mardiana, 2013).

Penghambat xanthine oxidase digunakan senyawa flavonoid yang mempunyai khasiat untuk mengoksidasi hypoxanthine menjadi xanthine sehingga dapat membentuk asam urat di dalam tubuh. Daun kelor

yang sudah di ekstrak mempunyai kandungan antiinflamasi dan analgesic untuk pengurang nyeri (Sulistyawati, 2016). Pada daun kelor mengandung flavonoid yang mempunyai manfaat analgetik untuk mengatasi nyeri. Nyeri dapat berkurang karena daun kelor menghambat enzim siklooksigenase yang mengurangi prostaglandin sehingga rasa nyeri berkurang. Kegunaan Flavonoid yang berguna dalam peradangan (Syamsul, 2016).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tentang “edukasi kompres hangat daun kelor untuk nyeri asam urat,” bertujuan dapat meningkatkan pengetahuan tentang penanganan nyeri pada asam urat.

## METODE

Kegiatan edukasi kepada masyarakat ini dilakukan oleh Tim Pengabdian Masyarakat STIKES Notokusumo Yogyakarta pada bulan Juli 2022. Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan (edukasi), dan evaluasi. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Kelompok Lansia di Ledhok Timoho Sungai Gajah Wong.



Gambar 1. Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

Pelaksanaan pengabdian terbagi menjadi 3 tahapan di mana pemberian edukasi dengan kompres hangat daun kelor dapat menurunkan rasa nyeri sesuai dengan masalah yang dialami oleh peserta pengabdian sehingga team pelaksana pengabdian masyarakat membagi tahapan kegiatan menjadi 3 langkah sebagai

berikut :

- a. Persiapan  
Pengabdian kepada masyarakat dilakukan pertama kali dengan pengurusan ijin kegiatan dengan tokoh masyarakat, penentuan waktu kegiatan dan peserta, mempersiapkan alat atau sarana untuk melakukan kegiatan pengabdian.
- b. Pelaksanaan  
Pendidikan Kesehatan yang diberikan termasuk dalam tahap pelaksanaan yang diawali dengan beberapa tahapan kegiatan yaitu :
  - 1) Pengukuran asam urat dan pengumpulan identitas peserta  
Pemeriksaan asam urat menggunakan alat Easy Touch GCU. Pengumpulan data identitas peserta meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan.
  - 2) pembukaan  
Waktu yang dibutuhkan kurang lebih 5 menit. Pemandu acara membuka kegiatan, mengucapkan salam, perkenalan tim, berdoa.
  - 3) apersepsi  
Apersepsi dilakukan untuk menyamakan persepsi dengan brainstorming peserta dan team tentang teknik menurunkan nyeri asam urat kepada lansia. Waktu yang dibutuhkan kurang lebih 10 menit
  - 4) informasi  
Informasi yang diberikan dengan menjelaskan tujuan penyuluhan serta memberikan informasi tentang pengurangan nyeri asam urat dengan kompres

hangat daun kelor. Waktu yang dibutuhkan kurang lebih 10 menit.

- 5) Edukasi Kesehatan  
Edukasi Kesehatan dengan materi: definisi asam urat dan gejalanya, penatalaksanaan asam urat dengan farmakologi dan non farmakologi, manfaat daun kelor untuk mengurangi nyeri. Setelah edukasi selesai dilanjutkan dengan praktik kompres hangat daun kelor kemudian peserta diberikan kesempatan untuk bertanya. Waktu yang diperlukan pada tahap ini kurang lebih 60 menit.
- 6) Penutup  
Pada tahap penutup pemandu acara menyampaikan kesimpulan materi tentang kompres hangat daun kelor yang bertujuan dalam mengurangi nyeri asam urat kemudian moderator menutup acara serta mengucapkan salam.

- c. Evaluasi  
Adapun evaluasi dari kegiatan tersebut adalah dengan memberikan pertanyaan kepada peserta terkait pengetahuan kompres hangat daun kelor.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

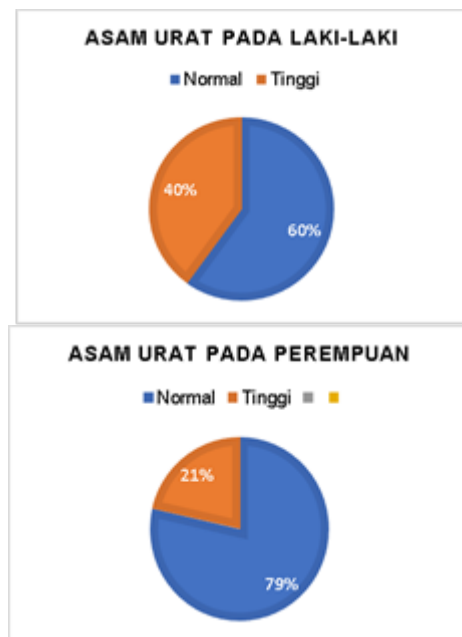
Kegiatan ini dilaksanakan pada Minggu, 24 Juli 2022 pukul 09.00 WIB. Kegiatan ini diikuti oleh 21 warga Ledhok Timoho Sungai Gadjah Wong. Adapun datanya sebagai berikut :

**Tabel 1. Karakteristik peserta kegiatan PKM (n=21)**

Karakteristik	Kategori	Jumlah	Presentase (%)	
Usia	≤ 55 tahun	12	57,2 %	
	>56 tahun	9	42,8 %	
Jenis Kelamin	Laki-laki	5	23,8 %	
	Perempuan	16	76,2 %	
Pekerjaan	IRT	14	66,67 %	
	Buruh	4	19,05 %	
	Wiraswasta	2	9,52 %	
	Karyawan swasta	1	4,76 %	
Kadar asam urat	Laki-laki	Normal	3	14,3 %
		Tinggi	2	9,52 %
	Perempuan	Normal	11	52,38 %
		Tinggi	5	23,8 %

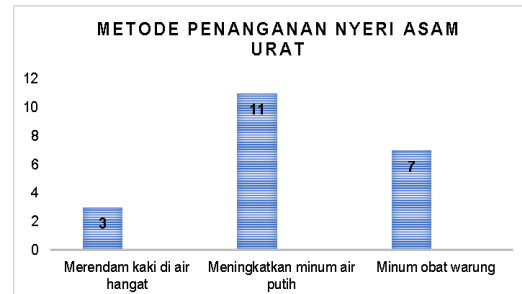
Sumber: Data Primer (2022)

Sebelum kegiatan dimulai, tim melakukan pengukuran asam urat. Adapun hasil pengukuran asam urat sebagai berikut :



**Gambar 1. Distribusi tingkat asam urat berdasarkan jenis kelamin**

Dari hasil diskusi/Tanya jawab saat diawal acara diketahui beberapa metode/cara yang dilakukan peserta saat merasakan keluhan nyeri sendi antara lain :



**Gambar 2. Penatalaksanaan nyeri asam urat yang sering dilakukan peserta.**

Penyebab penyakit asam urat karena gangguan metabolisme dimana kandungan asam urat di dalam darah melebihi batas normal di dalam darah dan adanya penimbunan kristal yang ada di sendi oleh monosodium urat dan kalsium jenis pirofosfat dihidrat dan selanjutnya terjadi radang sendi. Arthritis gout bisa juga terjadi akibat penimbunan pada membrane sinovial dan tulang rawan. Selanjutnya akan terjadi erosi tulang rawan dan proliferasi pembentukan panas dan adanya erosi dan penumpukkan gout di sendi (nurarif) dan dapat terjadi susah berjalan pada penderita yang menahun. Sensasi nyeri adalah keadaan yang tidak diinginkan dan tidak menyenangkan yang dapat mempengaruhi aktivitas, kegiatan, perasaan, dan mood. Akibat asam urat dapat menyebabkan gangguan fisik maupun psikologis jika tidak ditangani dengan baik (Berman, 2009).

Berbagai Upaya dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri dengan obat anti nyeri maupun tanpa obat (non farmakologi). Untuk mengurangi nyeri sendi dapat dilakukan dengan kompres hangat (Brunner, 2014). Peran perawat dalam melakukan kompres hangat dapat dilakukan secara mandiri kepada pasien maupun edukasi keluarga hal ini sesuai

dengan teori keperawatan Orem (kemandirian) sehingga pasien dan keluarga dimungkinkan dapat melakukan secara mandiri. Peran perawat dapat melakukan edukasi dengan cara non farmakologi untuk mengatasi nyeri pada pasien asam urat dan dapat memberikan asuhan keperawatan untuk melakukan kompres hangat secara mandiri. Gout yang tinggi dengan kompres hangat dapat menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah dan kristal yang mengendap di persendian akan masuk ke pembuluh darah (Isma, 2014). Jika nyeri berkurang maka kompres hangat dapat berguna untuk menciptakan rasa aman, nyaman, hangat, dan mencegah kekakuan sendi pada penderita asam urat (Hidayat, 2012).

Kompres hangat berguna dalam membuat vasodilatasi pembuluh darah di sekitarnya. Sehingga kompres hangat pada pasien asam urat menyebabkan kristal endapan akan menghilang dari sendi dan masuk di aliran darah (Isma, 2014). Efek lain dari penggunaan kelor adalah Meningkatkan aliran darah ke bagian tubuh yang mengalami cedera, meningkatkan aliran nutrisi dan pembuangan zat sisa, mengurangi kongesti vena di dalam jaringan yang mengalami cedera. Efek daun kelor untuk penyembuhan dengan pemberian kompres hangat dapat meningkatkan aliran darah di daerah yang mengalami penimbunan kristal dengan meningkatkan vasodilatasi pembuluh darah yang bertujuan untuk meningkatkan aliran nutrisi, menurunkan ketegangan otot sehingga meningkatkan relaksasi otot maupun sendi (Perry&Potter, 2009).

Fungsi daun kelor yang bermanfaat bagi tubuh, karena mengandung zat fitokimia seperti tannin, saponin, antrakuinon dan alkaloid steroid, triterpenoid, flavonoid. Zat-zat tersebut mempunyai kemampuan sebagai obat antibiotik, antiinflamasi, detoksifikasi (pengeluaran racun) dan antibakteri

(Mardiana, 2013). Kompres hangat daun kelor dengan adanya flavonoid yang dengan berat molekul yang sangat ringan yang memungkinkan mudah larut dalam air dan mempunyai fungsi absord ke pori-pori yang baik sehingga dapat diserap oleh epitel dan menyebabkan vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah) sehingga dialirkan ke bagian tubuh yang nyeri untuk aliran darah yang mengandung flavonoid yang menghambat siklooksigenase dalam pembentukan prostaglandin sehingga prostaglandin terhambat dalam pembentukannya dan nyeri dapat berkurang.

## SIMPULAN

Nyeri merupakan gejala yang paling sering ditemui pada penderita asam urat. Penanganan nyeri menggunakan daun kelor masih jarang dilakukan. Edukasi kompres air hangat menggunakan daun kelor untuk mengurangi nyeri asam urat sangat bermanfaat untuk menambah pengetahuan peserta kegiatan. Sebagai bentuk aplikasi dari peningkatan pengetahuan, dapat direncanakan kegiatan berupa pelatihan kompres hangat dengan daun kelor.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, Siti (2017). Manajemen Nyeri Pada Lansia Dengan Pendekatan Non Farmakologi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 2 (1):1-9
- Berman, Snyder, Kozier, Erb, (2009).Buku Ajar Keperawatan Klinis Kozier & Erb. Edisi 5.Jakarta: EGC
- Brunner & Suddarth.(2014). Buku Ajar Keperawatan Medikal

- Bedah. EGC : Jakarta
- Dinas kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2015). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2015. Jawa Tengah: Dinkes Provinsi Jawa Tengah.
- Hidayat, Uliyah, (2012), Buku Saku Praktikum Kebutuhan Dasar Manusia, Jakarta: EGC.
- Lestari, Indah. (2014). Terapi Kompres Jahe dan Massage Pada Osteoarthritis Sip Anti Wreda St. Theresia Dharma Bhakti Kasih Surakarta. Skripsi. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Isma, Fauzi, (2014). Buku Pintar Deteksi Dini Gejala & Pengobatan, Asam urat Diabetes & Hipertensi, Jogjakarta: Araska
- Jaliana, Suhadi, & La Ode, M. S. (2018). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, 3(2), 8.
- Mardiana L., 2013. Daun Ajaib Tumpas Penyakit. Penerbit Swadaya. Jakarta.
- Nurarif, A. H & Kusuma, H. Asuhan Keperawatan Praktis NANDA NICNOC Edisi jilid 1, Medication Yogyakarta.
- Perry dan Potter, (2009). Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Proses dan Praktik, Volume 2 Edisi 4. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Rofi R, Nyoman K, Deddy N. (2011). Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Derajat Nyeri pada Penderita Arthritis Gout Fase Akut. Berita Kedokteran Masyarakat, Vol 27. No.1. Hal 51-54.
- Sani, A. W. (2013). Perbedaan efektifitas kompres hangat dan kompres dingin terhadap skala nyeri pada klien gout di Wilayah Kerja Puskesmas Batang III Kabupaten Batang. Skripsi
- Smeltzer et al, (2008), Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, edisi 8 vol 3, EGC, Jakarta
- Sudoyo A,W. 2019. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam, jilid II, edisi V. Jakarta: Interna Publishing.
- Sulistyawati dan Pratiwi P.Y. 2016. Pengaruh Pemberian Etanol Daun Kelor (*Moringa Oleifera* L) Terhadap Aktivitas Analgesik dan Antiinflamasi Melalui Ekspresi Enzim Siklooksigenase. Akademi Analisis Farmasi Makanan dan Minuman. Pharmacia: Jurnal Kefarmasian. Vol.6, No.1
- Syamsul, Eka Siswanto; Lestari, Dwi; Heldyana, Siti. Potensi Ekstrak Air Daun Pacar Cina (*Aglaia Odorata*) Sebagai Biolarvasida Terhadap Larva *Aedes Aegypti*. Prosiding Seminar Kimia, [S.L.], Apr. 2016. Available At: <[Http://Jurnal.Kimia.Fmipa.Unmul.Ac.Id/Index.Php/Prosiding/Article/View/121](http://Jurnal.Kimia.Fmipa.Unmul.Ac.Id/Index.Php/Prosiding/Article/View/121)