

Edukasi implementasi manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor

Bela Novita Amaris Susanto¹, Nindita Clourisa Amaris Susanto², Muzaroah Ermawati Ulkhasanah³

¹Program Studi Keperawatan, Poltekkes Bhakti Mulia, Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia

²Program Studi Farmasi, Universitas Sebelas Maret, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

³Program Studi Keperawatan, Universitas Duta Bangsa, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

Penulis korespondensi : Bela Novita Amaris Susanto

E-mail : bnamaris@gmail.com

Diterima: 15 Maret 2024 | Direvisi: 27 April 2024 | Disetujui: 27 April 2024 | © Penulis 2024

Abstrak

Kompres hangat atau hidroterapi bisa menjadi salah satu pengobatan komplementer untuk penurunan nyeri asam urat. Pemanfaatan bahan herbal seperti daun kelor dapat digunakan untuk kompres hangat pada bagian yang terasa nyeri. Daun kelor dipercaya dapat menurunkan nyeri asam urat karena mengandung flavonoid dan pterigospermin. Masyarakat Desa Badran RT 02 RW 12 Kecamatan Wonokerto Kabupaten Wonogiri, tidak menyadari jika kadar asam urat tinggi dan baru menyadari ketika sudah terasa nyeri. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan masyarakat tentang manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor. Dengan adanya pengetahuan tentang penatalaksanaan nyeri dengan kompres hangat daun kelor, diharapkan masyarakat yang menderita nyeri akibat asam urat akan semakin paham sehingga dapat bersedia untuk melakukan secara rutin dan mandiri tindakan kompres hangat daun kelor. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 8-9 Maret 2024 dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang ibu-ibu Desa Badran RT 02 RW 12 Kecamatan Wonokerto Kabupaten Wonogiri. Hasil kegiatan yaitu perbandingan sebelum dan sesudah kegiatan terjadi peningkatan jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik yaitu mengalami peningkatan sebesar 66,6% dan 93% peserta dapat mendemonstrasikan ulang cara kompres hangat daun kelor secara benar. Kompres hangat daun kelor dapat dimanfaatkan sebagai terapi pendamping dalam penatalaksanaan nyeri akibat kadar asam urat tinggi. Diharapkan adanya peningkatan pengetahuan pada acara kompres hangat daun kelor, peserta dapat menerapkan pada diri sendiri sehingga nyeri yang dialami dapat berkurang.

Kata kunci: asam urat; daun kelor; kompres hangat; nyeri; penyuluhan

Abstract

Warm compresses or hydrotherapy can be a complementary treatment for reducing gout pain. Utilizing herbal ingredients such as Moringa leaves can be used as a warm compress on the painful area. Moringa leaves are believed to reduce gout pain because they contain flavonoids and pterigospermin. The people of Badran Village, RT 02 RW 12, Wonokerto District, Wonogiri Regency, are not aware that their uric acid levels are high and only realize it when they feel pain. The aim of this activity is to increase people's knowledge and skills regarding pain management in gout sufferers through warm compresses of Moringa leaves. With knowledge about managing pain with warm Moringa leaf compresses, it is hoped that people who suffer from pain due to gout will understand more so that they will be willing to carry out warm Moringa leaf compresses regularly and independently. The activity was held on March 8-9 2024 with 30 participants, women from Badran Village RT 02 RW 12, Wonokerto District, Wonogiri Regency. The results of the activity, namely the comparison before and after the activity, showed an increase in the number of participants in the good knowledge category, namely an increase of 66.6% and 93% of participants were able to demonstrate

again how to properly compress Moringa leaves. Warm compresses from Moringa leaves can be used as companion therapy in managing pain due to high uric acid levels. It is hoped that there will be an increase in knowledge at the Moringa leaf warm compress event, participants will be able to apply it to themselves so that the pain they experience can be reduced.

Keywords: counseling; gout; moringa leaves; painful; warm compre

PENDAHULUAN

Penyakit asam urat termasuk dalam kategori masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian dikarenakan terdapat penduduk dengan kadar asam urat tinggi yang belum terkontrol, terdapat komplikasi dan biaya perawatan yang memerlukan biaya tinggi. Asam urat merupakan produk normal dari pemecahan atau metabolisme *purin*. Asam urat dikeluarkan melalui urin melalui ginjal. Kadar asam urat yang tidak normal terjadi ketika ginjal mengalami kerusakan (Tandra, 2021). *Gout arthritis* adalah salah satu jenis radang sendi yang disebabkan oleh penumpukan kristal asam urat. Asam urat dapat menyebabkan rasa sakit yang luar biasa, bengkak, dan rasa terbakar di area persendian. Kondisi ini dapat terjadi pada persendian mana pun, termasuk jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan yang paling umum adalah jempol kaki (Ditjen Yankes, 2022). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Badran RT 02 RW 12 Kecamatan Wonokerto Kabupaten Wonogiri didapatkan hasil wawancara dari lima orang yang menderita nyeri sendi karena kadar asam urat tinggi menyatakan tidak tahu penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan kompres hangat rebusan daun kelor. Didapatkan data 80% ibu-ibu yang mengikuti kegiatan perkumpulan rutin memiliki kadar asam urat yang tinggi dan 75% dari ibu-ibu yang kadar asam uratnya tinggi mengalami nyeri sendi, terbanyak mengalami nyeri sendi kaki. Biasanya ketika nyeri hanya dioles dengan minyak pijat yang memiliki sensasi hangat.

Penatalaksanaan nyeri asam urat berfokus pada pengendalian nyeri, mengurangi kerusakan sendi, serta meningkatkan dan mempertahankan fungsi dan kualitas hidup. Gangguan metabolisme yang menyebabkan asam urat adalah *hiperurisemia* (Widiyanto et al., 2020). Menurut WHO, kadar asam urat normal adalah 2 mg/dl hingga 6,5 mg/dl untuk wanita dan 2 mg/dl hingga 7,5 mg/dl untuk pria (Madyaningrum et al., 2020). Kelebihan asam urat dalam tubuh juga bisa disebabkan oleh asupan makanan dan senyawa lain, termasuk purin, yang masuk ke dalam tubuh. Kandungan purin ini terdapat pada semua makanan yang mengandung protein (Fatmawati, 2019). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi *arthritis gout* di seluruh dunia adalah 34,2% (Irdiansyah et al., 2022). Di seluruh dunia, kejadian asam urat terus meningkat seiring dengan pertumbuhan penduduk. Berdasarkan data Riskesdes tahun 2018, prevalensi penyakit sendi di Indonesia sebesar 7,3% (Dwi et al., 2021). Berdasarkan data epidemiologi, asam urat merupakan penyakit terbanyak kedua di Indonesia setelah osteoarthritis. Diperkirakan 840 dari 100.000 orang mengalami gejala asam urat. Angka kejadian asam urat di Indonesia rentang usia kurang dari 34 tahun sebesar 32%, untuk rentang usia lebih dari 34 tahun sebesar 68% (Singh & Gaffo, 2020).

Permasalahan yang terdapat pada penderita asam urat yaitu ketidaktahuan akan tata cara penatalaksanaan penyakit asam urat. Nyeri pada penderita gout arthritis dapat dikurangi dengan intervensi medis dan non medis.. Efek farmakologis dapat dicapai dengan pemberian NSAID (obat antiinflamasi nonsteroid). Untuk mengurangi nyeri dapat digunakan cara non farmakologi seperti kompres hangat (Umaht et al., 2021). Kompres hangat merupakan pengobatan non-farmakologi yang dapat meredakan nyeri, kaku, dan kejang otot. Efek fisiologis kompres hangat terhadap hemodinamik dapat meningkatkan aliran darah dan vasodilatasi, meningkatkan penyerapan nutrisi, leukosit, dan antibodi, serta meningkatkan pembuangan sisa metabolisme dan jaringan, sehingga mengurangi peradangan dan membantu mengatasi penyakit. Penerapan terapi ini yang dilakukan pada permukaan tubuh meningkatkan kelenturan tendon dan ligamen, mengurangi kejang otot, mengurangi nyeri, serta meningkatkan sirkulasi darah dan metabolisme. Terapi panas dengan menggunakan kompres hangat juga dapat dilakukan. Kompres ini mempunyai efek fisiologis dengan

Edukasi implementasi manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor

meningkatkan relaksasi otot dan pergerakan sendi. Kompres hangat atau hidroterapi menyegarkan dan merilekskan tubuh, mengurangi nyeri dan kekakuan otot. Air hangat memberikan efek positif pada pembuluh darah sehingga melancarkan peredaran darah (Hannan et al., 2019)

Dengan merendam kaki dalam air hangat setiap kali, Anda dapat meningkatkan sirkulasi darah. Ini membantu mengurangi kontraksi otot dan menciptakan perasaan rileks (Yuningsih & Rosita, 2022). Mekanisme analgesik merangsang pembuluh darah, mengurangi rasa sakit akibat ketegangan dan kontraksi otot, meningkatkan sirkulasi darah di area sendi dan meningkatkan perasaan sejahtera. Panas melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan sirkulasi darah (Hannan et al., 2019). Agar efeknya maksimal, kompres hangat bisa dipadukan dengan bahan alami. Daun kelor dapat dimanfaatkan sebagai bahan alami. Daun kelor mengandung fitokimia seperti tanin, steroid, triterpenoid, flavonoid, saponoid, antrakuinon, dan alkaloid.

Daun kelor memiliki sifat antibiotik, antiinflamasi, detoksifikasi, dan antibakteri. Tanaman ini juga merupakan sumber protein yang sangat baik bagi tubuh manusia. 100 gram daun kelor mengandung 9,8 gram protein, yaitu sekitar 17,5 gram protein per hari untuk manusia. Selain itu, daun kelor mengandung vitamin A serta mineral seperti kalsium, zat besi, tembaga, mangan, seng, selenium, dan magnesium (Mardiana, 2013 dalam Umaht et al., 2021). Flavonoid dan alkaloid yang terdapat pada daun kelor mempunyai efek pereda nyeri bila dikombinasikan dengan air hangat, sehingga pengobatannya dilakukan dengan tapal hangat daun kelor (Kusuma, 2022). Daun kelor mengandung *pterigospermine* yang dapat melemaskan otot-otot tubuh dan menghangatkan tubuh bila digunakan sebagai obat baskom bagi penderita nyeri sendi, serta mineral seperti kalsium, magnesium, dan fosfor yang memberikan dampak positif bagi kesehatan tulang (Krisnadi, 2015 dalam Pamungkas & S, 2021). Flavonoid yang terdapat pada daun kelor memiliki efek analgesik dan mekanisme kerjanya adalah menghambat aktivitas enzim siklooksigenase. Penghambatan ini mengurangi produksi prostaglandin, sehingga mengurangi rasa sakit. (Anshory et al., 2018).

Pada penelitian dengan responden laki-laki dengan kadar asam urat tinggi selama lebih dari satu tahun. Setelah diberikan kompres hangat daun kelor didapatkan hasil nyeri sebelum perlakuan rata-rata lima dan setelah perlakuan rata-rata satu. Sehingga, dapat disimpulkan kompres hangat daun kelor efektif menurunkan nyeri asam urat pada lansia di Desa Kenteng, Nogosari, Boyolali (Widiyanto et al., 2020). Sejalan dengan penelitian pada Ny. N dengan *gout arthritis*, implementasi yang dilakukan selama tiga hari berturut-turut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri menurun menjadi skala lima (nyeri sedang) sebelum prosedur dan skala dua poin (nyeri ringan) setelah prosedur. Oleh karena itu, kompres hangat berbahan dasar daun kelor efektif meredakan nyeri pada pasien gout arthritis. Prosedur ini dapat dilakukan oleh pasien atau kerabatnya saat merawat pasien penderita gout arthritis secara mandiri (Maula & Ulfah, 2023).

Hasil penelitian mengenai kompres hangat daun kelor, menyimpulkan bahwa rata-rata perubahan tingkat nyeri sendi sebelum dilakukan kompres daun kelor adalah 4,56, sedangkan setelah dilakukan kompres daun kelor rata-rata perubahannya adalah 2,32. Terdapat pengaruh kompres panas daun kelor terhadap nyeri sendi pada lansia penderita asam urat di Desa Tladan Kecamatan Kawedanan (Kusuma, 2022). Tujuan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penderita *gout arthritis* terkait manajemen nyeri dengan kompres hangat daun kelor. Dengan adanya pengetahuan tentang penatalaksanaan nyeri dengan kompres hangat daun kelor, diharapkan masyarakat yang menderita nyeri akibat asam urat akan semakin paham sehingga dapat bersedia untuk melakukan secara rutin dan mandiri tindakan kompres hangat daun kelor.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian pada tanggal 8-9 Maret 2024, kegiatan bertempat di rumah Bapak Sunardi selaku Ketua RT 02 RW 12 Desa Badran Kecamatan Wonokerto Kabupaten Wonogiri. Menggunakan metode kegiatan penyuluhan, diskusi dan demonstrasi kepada mitra yang berasal dari ibu-ibu masyarakat Desa Badran RT 02 RW 12 Kecamatan Wonokerto Kabupaten Wonogiri yang memiliki kadar asam urat > 6,5 mg/dl dan merasakan nyeri sendi. Peserta pengabdian masyarakat ini berjumlah 30 orang. Alur kegiatan pengabdian dibagi menjadi tiga tahapan antara lain tahap

Edukasi implementasi manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor

persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahap evaluasi dilakukan dengan dua cara yaitu evaluasi pengetahuan peserta terhadap penyakit asam urat dan penatalaksanaannya, dibagikan kuesioner dalam bentuk *hardfile* berjumlah 20 pertanyaan dengan memilih satu jawaban yang benar, penilaian kuesioner dikategorikan menjadi tiga yaitu kurang (<60%), cukup (60-75%) dan baik (>75%). Kedua, evaluasi kemampuan melakukan demonstrasi dengan cara pembuatan rebusan daun kelor dan cara kompres hangat daun kelor diukur dengan form penilaian, dengan kategori cukup (<75%) dan baik ($\geq 75\%$). Berikut pada Gambar 1, rincian alur kegiatan edukasi implementasi manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor:



Gambar 1. Alur Kegiatan Penyuluhan Implementasi Manajemen Nyeri pada Penderita Asam Urat Melalui Kompres Hangat Daun Kelor

Adapun tahapan kegiatan edukasi implementasi manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor pada Masyarakat Desa Badran RT 02 RW 12 Kecamatan Wonokerto Kabupaten Wonogiri antara lain:

1. Tahap persiapan, pada tahap ini diawali dengan kegiatan: observasi tempat kegiatan, proses perijinan ke kepala desa Badran dan Ketua RT 02, koordinasi terkait masalah mitra, pemecahan masalah mitra, menentukan tema penyuluhan, mempersiapkan surat izin pelaksanaan kegiatan dan menyiapkan alat bahan yang digunakan
2. Tahap pelaksanaan, pada tahap ini dilakukan selama 2 hari. Pada hari pertama dimulai pukul 10.00, TIM mengumpulkan peserta lalu dilakukan cek kadar asam urat dan pengakajian terkait nyeri asam urat yang dirasakan. Pada hari kedua, acara dimulai pukul 09.00. Acara diawali dengan pengisian kuesioner (pretest) terkait pengetahuan penatalaksanaan nyeri asam urat dengan kompres hangat daun kelor selama 10 menit, setelah itu penyuluhan dilakukan oleh anggota TIM selama 30 menit, dilanjutkan dengan demonstrasi cara pembuatan rebusan daun kelor dan cara kompres hangat daun kelor yang dilakukan selama 45 menit.
3. Tahap evaluasi, kegiatan ini memiliki maksud untuk mengetahui penilaian secara menyeluruh proses kegiatan antara lain diskusi tanya jawab dan peserta diminta untuk mendemonstrasikan secara langsung cara kompres daun kelor. Diakhir acara ditutup dengan pengisian kuesioner (posttest) untuk mengetahui tingkat pengetahuan setelah kegiatan berlangsung.

Cara pembuatan rebusan daun kelor, siapkan 50 gram daun kelor segar lalu dicuci bersih dan diremas-remas. Kemudian, daun di rebus pada 1000 ml air menggunakan panci. Rebus hingga mendidih dan air berkurang kira-kira menjadi 750 ml. setelah itu, tuang air rebusan ke dalam baskom. Air rebusan daun kelor siap digunakan untuk kompres hangat daun kelor dalam mengatasi nyeri asam urat (Pratiwi, 2022). Kompres hangat menggunakan dengan atau handuk kecil yang dibasahi air rebusan daun kelor, kemudian kompres hangat dilakukan sekali pada pagi hari selama 20 menit. Kompres hangat diberikan pada bagian tubuh yang terasa nyeri, yaitu pada kedua lutut sampai telapak kaki. Suhu air rebusan untuk pengobatan kompres daun kelor adalah 37-39°C.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perumusan masalah dan pencarian solusi masalah dilakukan bersamaan dengan TIM, ketua RT dan kader kesehatan. Selanjutnya, melakukan pertemuan dengan kader kesehatan untuk menentukan waktu, tempat dan metode penyampaian pengabdian masyarakat. Selain itu, TIM juga menyiapkan materi, alat dan bahan yang akan digunakan untuk melakukan penyuluhan tentang penyakit asam urat, penatalaksanaan, pembuatan rebusan daun kelor dan kompres hangat daun kelor.

Edukasi implementasi manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor



Gambar 2. Penyampaian Materi tentang Penatalaksanaan Asam Urat Kepada Peserta

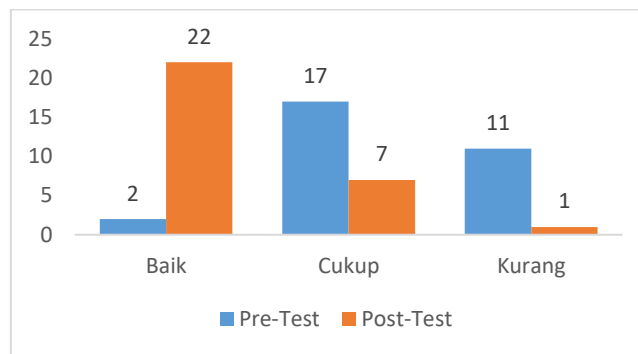
Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan selama dua hari yaitu tanggal 8-9 Maret 2024 bertempat di rumah Bapak Sunardi, ketua RT 02 RW 12 Desa Badran yang dihadiri oleh 30 ibu-ibu PKK Desa Badran. Hari pertama, Hari Jumat, 8 Maret 2024 pukul 10.00 WIB peserta dikumpulkan untuk dilakukan pengecekan kadar asam urat apakah dalam kondisi rendah, normal atau tinggi. Selain itu, peserta di mintai keterangan terkait kondisi nyeri yang dialami, apakah masuk kategori nyeri karena asam urat yang tinggi atau nyeri akibat patofisiologi yang lain. Pada hari kedua, hari Sabtu, 9 Maret 2024 pukul 09.00 WIB pada awal acara dilakukan pembukaan sambutan dari ketua TIM dan ketua RT 02 RW 12 Bapak Sunardi. Setelah itu, diberikan soal pre-test dalam bentuk *hardfile* sejumlah 20 soal pilihan ganda lalu dibagikan langsung kepada peserta. Dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang penyakit asam urat, penatalaksanaan, pembuatan rebusan daun kelor dan kompres hangat daun kelor. Sebelum penyampaian materi. Alat yang disiapkan antara lain: LCD proyektor, laptop, kompor dan gas, panci, sendok sayur, handuk kecil, baskom. Bahan yang digunakan adalah daun kelor, air mineral. Kompres hangat dilakukan selama 20 menit dengan suhu 37-39°C, untuk penatalaksanaan lebih lanjut bisa dilakukan selama 3 hari berturut-turut (Maula & Ulfah, 2023). Pelatih memberikan penyuluhan terkait pengertian asam urat, tanda gejala, penyebab, faktor yang mempengaruhi, komplikasi dan penatalaksanaan. Pelatih mendemonstrasikan cara pembuatan rebusan daun kelor dan cara kompres hangat daun kelor.



Gambar 3. Demonstrasi Kompres Hangat Daun Kelor Kepada Peserta

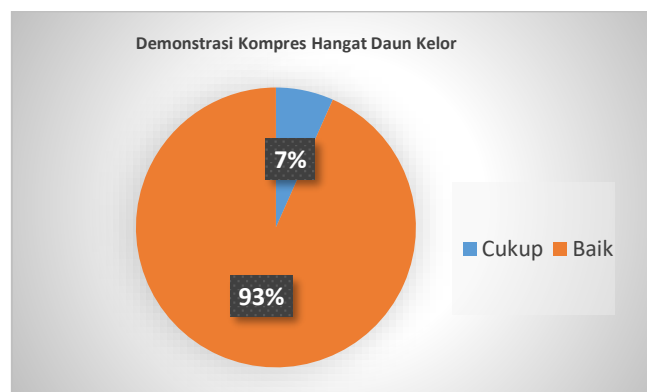
Setelah penyuluhan selesai, berlanjut ke tahap evaluasi. Peserta diberikan soal post-test untuk mengukur pengetahuan peserta terkait penyakit asam urat dan penatalaksanaan. Evaluasi kemampuan melakukan demonstrasi dengan cara pembuatan rebusan daun kelor dan cara kompres hangat daun kelor dengan peserta diminta untuk mendemonstrasikan ulang dengan mempraktekkan secara langsung cara kompres hangat daun kelor. Evaluasi terhadap peran dan partisipasi aktif dari semua peserta dilihat dari antusiasme dan tingkat kehadiran 97% mulai pertemuan pertama sampai kedua. Kegiatan ini tidak ditemukan adanya faktor penghambat, seluruh rangkaian kegiatan berjalan sesuai dengan rencana kegiatan. Kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar, dibuktikan dengan antusiasme peserta mengikuti kegiatan dengan mendengarkan penjelasan materi, aktif mengajukan pertanyaan dan diskusi berjalan dengan lancar. Berikut hasil pre-test dan post-test pengetahuan penyakit asam urat dan penatalaksanaan disajikan dalam Gambar 4 dan hasil evaluasi kemampuan demosntrasi kompres hangat daun kelor disajikan dalam Gambar 5. berikut ini:

Edukasi implementasi manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor



Gambar 4. Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan tentang Penatalaksanaan Nyeri pada Asam Urat

Gambar 4 menunjukkan bahwa data pretest dan posttest yang dilakukan memiliki peningkatan yang signifikan. Data pretest yang memiliki pengetahuan baik hanya 2 orang menjadi 22 orang setelah posttest. Peningkatan kategori pengetahuan baik sebesar 66,6%. Terjadinya peningkatan pada hasil posttest menunjukkan pergeseran dari kategori pengetahuan "kurang" menjadi "cukup" dan "baik". Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan telah efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta, khususnya terkait penatalaksanaan manajemen nyeri asam urat dengan kompres hangat daun kelor.



Gambar 5. Hasil Evaluasi Demonstrasi Kompres Hangat Daun Kelor
Keterangan sedikit

Gambar 5 menunjukkan hasil kegiatan, bahwa 28 (93%) peserta dapat melakukan cara kompres hangat dengan benar dan 2 (7%) peserta dapat melakukan dengan kategori cukup. Pengabdian serupa yang dilakukan oleh Utami & Susanti (2023), tentang edukasi kompres hangat daun kelor sebagai manajemen non farmakologi nyeri asam urat, dari hasil kegiatan yang terdiri dari tiga tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Kegiatan ini diikuti oleh 21 peserta. Metode kegiatan ini berupa pengukuran kadar asam urat, dan pemberian penyuluhan kesehatan. Manfaat utama hidroterapi adalah meredakan rasa sakit atau nyeri, meningkatkan Kesehatan mental, mengatasi radang sendi, membantu pemulihan pasca olahraga, mencegah flu atau demam, memperbaiki fertilitas, menyembuhkan kelelahan, meningkatkan fungsi imunitas, meningkatkan energi tubuh, dan membantu kelancaran sirkulasi darah (Aryunani et al., 2022).

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 dalam Utami & Susanti, 2023). Menurut Oktavianti & Anzani (2021), menyatakan pemberian kompres hangat pada area tubuh akan mengirimkan sinyal ke hipotalamus melalui sumsum tulang belakang. Bila reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus distimulasi, maka sistem efektor mengeluarkan signal yang menginduksi keringat serta vasodilatasi perifer. Pusat vasomotor medula longitudinal batang otak mengatur perubahan volume pembuluh darah di bawah pengaruh hipotalamus anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Vasodilatasi

Edukasi implementasi manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor

ini meningkatkan aliran darah menuju jaringan mana pun, terutama di mana ada peradangan dan nyeri. Sehingga mengurangi rasa sakit sendi pada jaringan yang meradang.

Efek lain dari penggunaan daun kelor yang mengandung flavonoid dan alkaloid 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 dalam Utami & Susanti, 2023). Selain itu, flavonoid dapat menghambat siklooksigenase dalam pembentukan prostaglandin sehingga prostaglandin terhambat dalam pembentukannya dan nyeri dapat berkurang (Utami & Susanti, 2023).

SIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan dan demonstrasi mengenai pengetahuan asam urat, penatalaksanaan, cara pembuatan rebusan daun kelor dan cara kompres hangat daun kelor dapat memberikan wawasan dan pandangan baru masyarakat mengenai terapi komplementer mengatasi nyeri akibat kadar asam urat yang tinggi. Peserta aktif dan antusias selama rangkaian kegiatan berlangsung, ditandai dengan kehadiran mitra atau peserta pada pertemuan hari ke satu dan ke dua. Terdapat 66,6% peningkatan pengetahuan kategori baik, sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan mengenai penyakit asam urat. Sebesar 93% peserta dapat mendemonstrasikan ulang dengan benar tentang cara melakukan kompres hangat daun kelor. Sesuai dengan hasil yang didapat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu adanya peningkatan pemahaman peserta dengan hasil baik dan keseriusan peserta mengikuti kegiatan ini, maka bentuk kegiatan lanjutan adalah memonitoring dan pendampingan perlu dilakukan terhadap mitra, sehingga terdapat keberlanjutan hasil yang bermanfaat bagi mitra.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada ibu-ibu Desa Badran RT 02 RW 12 Kecamatan Wonokerto Kabupaten Wonogiri yang berkenan menjadi peserta pengabdian masyarakat dari awal sampai berakhirnya rangkaian kegiatan. Tidak lupa juga, kami ucapkan terimakasih kepada mahasiswa program studi D3 Keperawatan angkatan 2021 Poltekkes Bhakti Mulia yang telah membantu seluruh rangkaian acara sehingga kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar.

DAFTAR RUJUKAN

- Anshory, N. M., Rinidar, Hasan, M., Zuhrawati, Hennivanda, & Roslizawaty. (2018). Kemampuan Analgesik Ekstrak Metanol Daun Kelor (*moringa oleifera*) Pada Mencit (*Mus musculus*) Yang Diberi Rangsangan Panas Pada Telapak Kaki. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Veteriner*, 2(3), 396–401. <http://www.jim.unsyiah.ac.id/FKH/article/view/8563>
- Aryunani, Ainiyah, N. H., & Abdullah, K. (2022). *Dasar-dasar Komplementer*. Rena Cipta Mandiri. Ditjen Yankes. (2022). *Asam Urat, Bisa Menyerang Ginjal*. Kemkes. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1729/penyakit-asam-urat
- Dwi, F., Ferdiani1, N., & Yuliana, N. (2021). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Diet Gout Arthritis terhadap Tingkat Pengetahuan Lansia di Desa Karangmojo. *Stethoscope*, 2(1), 2723–4096.
- Fatmawati. (2019). *Hubungan asupan protein, karbohidrat dan lingkaran pinggang dengan kadar asam urat di Posyandu lansia werdho mulyo kadipiro surakarta*. [Institusi Tinggi dan Sains PKU Muhammadiyah SURakarta]. <http://repository.itspku.ac.id/32/1/2015030070.pdf>
- Hannan, M., Suprayitno, E., & Yuliana, H. (2019). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Osteoarthritis Pada Lansia Di Posyandu Lansia Puskesmas Pandian Sumenep. *Wiraraja Medika*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.24929/fik.v9i1.689>
- Irdiansyah, I., Saranani, M., & Putri, L. A. R. (2022). Pengaruh Senam Ergonomik terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Penderita Gouth Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bone Rombo

Edukasi implementasi manajemen nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat daun kelor

- Kabupaten Buton Utara. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 02(2), 1–7.
- Kusuma, F. P. C. (2022). Pengaruh Kompres Hangat Daun Kelor Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Asam Urat Di Desa Tladan Kecamatan Kawedanan Kabupaten Magetan. *Skripsi*, 1–129.
- Madyaningrum, E., Kusumaningrum, F., Wardani, R. K., Susilaningrum, A. R., & Ramdhani, A. (2020). Buku Saku Kader: Pengontrolan Asam Urat di Masyarakat. In *Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada*. https://hpu.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1261/2021/02/HDSS-Sleman-_Buku-Saku-Kader-Pengontrolan-Asam-Urat-di-Masyarakat-_cetakan-II.pdf
- 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.
- Oktavianti, D. S., & Anzani, S. (2021). Penurunan Nyeri Pada Arthritis Gout Melalui Kompres Hangat Air Rebusan Serai. *Madago Nursing Journal*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.33860/mnj.v2i1.439>
- Pamungkas, P., & S, D. O. (2021). Rendaman Daun Kelor Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Osteoarthritis. *Infokes*, 11(2), 439–442.
- Pratiwi, M. R. (2022). Penerapan Kompres Hangat Daun Kelor Pada Asuhan Keperawatan Klien Gerontik Gout Athritis Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Puskesmas Wongsongrejo (Issue 8.5.2017) [Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi]. <https://eprints.stikesbanyuwangi.ac.id/id/eprint/193/1/COVER.pdf>
- Singh, J. A., & Gaffo, A. (2020). Gout epidemiology and comorbidities. *Seminars in Arthritis and Rheumatism*, 50(3), S11–S16. <https://doi.org/10.1016/j.semarthrit.2020.04.008>
- Tandra, H. (2021). *Mengendalikan Asam Urat Strategi Menyelamatkan Sendi dan Ginjal*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Umaht, R. R. K., Mulyana, H., & Purwanti, R. (2021). Terapi Non Farmakologi Berbahan Herbal Untuk Menurunkan Nyeri Rematik: A Literature Riview. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(2), 183–191. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/580/417>
- Utami, M. P. S., & Susanti, B. A. D. (2023). Edukasi Kompres Hangat Daun Kelor Sebagai Managemen Non Farmakologi Nyeri Asam Urat. *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(9), 3293–3298. <https://doi.org/10.31604/jpm.v6i9.3293-3298>
- 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). <https://doi.org/10.36419/avicenna.v3i2.404>
- Yuningsih, Y., & Rosita, L. (2022). Pengaruh Hidroterapi Terhadap Peningkatan Sirkulasi Darah Perifer Pada Pasien Dm Di Wilayah Puskesmas Kelapa Dua, Tangerang. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 306. <https://doi.org/10.52031/edj.v6i2.430>