



# Penerapan Kompres Hangat Daun Kelor Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Pada Lansia Yang Mengalami Nyeri Dengan Diagnosa Medis Gout Arthritis Di Puskesmas Kunjang Kabupaten Kediri

Riadhotul Arda Febriyanti<sup>1\*</sup>, Dhian Ika Prihananto<sup>1</sup>, Norma Risnasari<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi D-III Keperawatan, Universitas Nusantara PGRI Kediri, JL. Ahmad Dahlan No.76, Mojoroto, Indonesia

\*Email korespondensi: [riadhotulardafebriyanti@gmail.com](mailto:riadhotulardafebriyanti@gmail.com)

Diterima:  
23 Juli 2025

Dipresentasikan:  
26 Juli 2025

Terbit:  
18 September 2025

## ABSTRAK

*Gout arthritis* merupakan penyakit yang disebabkan oleh penumpukan purin pada jaringan sendi, kondisi ini dapat menyebabkan nyeri, pembengkakan, serta kerusakan pada struktur sendi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat nyeri pada lansia yang mengalami nyeri dengan diagnosa medis gout arthritis sebelum dan sesudah diberikan penerapan kompres hangat daun kelor. Jenis penelitian ini deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek pada penelitian ini adalah 2 lansia yang mengalami nyeri dengan diagnose medis *gout arthritis*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar *Numeric Rating Scale* untuk mengukur tingkat nyeri serta menggunakan *Standar Operasional Prosedur* kompres hangat daun kelor untuk menerapkan kompres hangat daun kelor. Hasil penelitian ditemukan masalah utama nyeri pada NyS dan NyR sehingga intervensi keperawatan yang diberikan yaitu penerapan kompres hangat daun kelor selama 1 kali sehari dalam waktu 3 hari sesuai dengan SOP. Hasil penelitian di dapatkan adanya penurunan tingkat nyeri pada NyS dari skala 5 menjadi skala 2 dan pada NyR dari skala 4 menjadi skala 2. Kesimpulan: penelitian menunjukkan metode penerapan kompres hangat daun kelor sebagai terapi non farmakologis dapat menurunkan tingkat nyeri, sehingga diharapkan bagi tenaga kesehatan untuk menerapkan kompres hangat daun kelor secara maksimal kepada lansia sesuai dengan SOP.

Kata kunci : Kompres Hangat Daun Kelor, Gout Arthritis, Tingkat Nyeri, Lansia

## PENDAHULUAN

Asam urat (*gout arthritis*) meruplakan kondisi peradangan sendi akibat tingginya kadar asam urat dalam tubuh. Kondisi ini dapat menyebabkan nyeri hebat, pembengkakan, serta kerusakan pada struktur sendi, khususnya pada bagian seperti lutut, tangan, dan jari-jari (Ardhiatma et al., 2017). Salah satu pendekatan mandiri yang sederhana untuk membantu mengurangi nyeri pada lansia dengan *gout arthritis* adalah terapi kompres daun kelor (Raihmaiwaiti, C.A.I. & Kuisnul Z., 2022).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) 2020, pada di dunia penderita asam urat meningkat menjadi 33,3% pada tahun 2020 sedangkan pada tahun 2021 peningkatan dengan jumlah sebanyak 1350 kasus (34,2%)

(Eryando et al., 2023). Penderita asam urat di Indonesia pada tahun 2021 berdasarkan penderita sebanyak 24,4% peningkatan pada tahun 2020 sebelumnya yaitu 20,3% (WHO, 2022). Penyakit asam urat yang salah satu jenis penyakit sendi yang cukup banyak diderita. Prevalensi di Jawa Timur pada tahun 2020 diketahui bahwa penyakit sendi yang berdasarkan penderita sebesar 17%, sedangkan pada tahun 2021 terdapat peningkatan pada tahun sebelumnya sebesar 19% (kemenkes RI, 2021). Prevalensi penderita gout arthritis di Dinas Kesehatan (DINKES) Kabupaten Kediri pada tahun 2020 angka kejadian gout arthritis mencapai 9,3%, sedangkan prevalensi pada tahun 2021 adalah sebesar 7,2% (Prihnanto et al., 2022). Data penderita pada tahun 2023 tertinggi di wilayah Pukesmas Kunjanga sebanyak 2.256 penderita pada tahun 2025 penderita asam urat sebanyak 3.055 penderita (Dinkes, 2025).

Faktor risiko yang menyebabkan orang terserang penyakit asam urat adalah usia, asupan senyawa purin berlebihan, konsumsi alkohol, kelgemukan, kurangnya aktivitas fisik, hipertensi dan penyakit jantung, obat-obatan tertentu (terutama diuretika) dan gangguan fungsi ginjal. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran masyarakat yang kurang memperhatikan keselhatannya seperti masih banyaknya masyarakat yang mengkonsumsi makanan tanpa memperhatikan kandungan dari makanan tersebut. Dampak terkenanya *gout arthritis* dalam tubuh berlebihan dapat menimbulkan batu ginjal atau pirai persendian, selain itu dapat mengakibatkan kerusakan yang dapat terjadi yaitu kerusakan sendi yang progresif dan menimbulkan kelainan bentuk sendi, pembengkakkan yang dapat penumpukan cairan sinovia, yang dapat menyebabkan terjadinya klecacatan dan sulitnya berjalan (Indah et al, 2021).

Pengobatan pada penderita *gout arthritis* ada secara farmakologis (dengan obat-obatan) dan dengan cara nonfarmakologis. Penanganan dengan cara farmakologis yang biasa digunakan untuk pengendalian yang sering digunakan. Obat-obatan analgesik dapat digunakan, terdapat dua macam analgesik yaitu analgesik ringan seperti aspirin atau salisilat, paracetamol dan NSAID, sedangkan analgesik kuat yaitu antara lain morfin, petidin, dan metadon (Mayasari, 2021). Secara non farmakologis, penanganan gout arthritis dapat melakukn dengan mengubah gaya hidup, olahraga secara rutin. selain itu juga menjaga asupan makanan terutama makanan dengan kadar purin tinggi. Beberapa makanan yang harus dihindari yang mengandung banyak purin yang dapat menyebabkan asam urat yaitu jeroan, ekstrak daging, kacang-kacangan, sayuran hijau tua (Rahmawati dan Kusnul, 2022).

Penatalaksanaan nyeri akut dapat dilakukan dengan memberikan mengontrol lingkungan, memberikan kenyamanan yang memperberat nyeri, dan memberikan kompres hangat untuk mengurangi inflamasi serta mencegah kekambuhan, menganjurkan pasien untuk mengkompres dengan menggunakan

bahan alami seperti daun kelor sebagai pengobatan nonfarmakologis. Daun kelor mengandung senyawa anti inflamasi dan antioksidan yang dapat membantu mengurangi peradangan dan nyeri pada sendi. manfaat penggunaan kompres daun kelor untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia dengan penderita arthritis gout (Aris dkk, 2020).

Adapun tujuan umum dari penelitian ini yaitu Mengengetahui perubahan tingkat nyeri pada lansia yang mengalami nyeri dengan diagnosa medis gout arthritis sebelum dan setelah dilakukan penerapan kompres hangat daun kelor. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada lansia yang mengalami nyeri dengan diagnosa medis gout arthritis sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kompres hangat daun kelor.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Aris Wadiyanto. (2020) dalam jurnal "Journal of health research", terapi non farmakologis penerapan kompres daun kelor menggunakan herbal dapat mengurangi nyeri pada lansia dengan gout arthritis. Dalam penelitian tersebut, penerapan kompres daun kelor dapat dilakukan selama 18 minggu dan hasilnya signifikan dalam mengurangi intensitas nyeri pada partisipan penelitian.

## METODE

Penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek yang digunakan adalah 2 lansia yang mengalami nyeri dengan diagnosa medis *gout arthritis*. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar *Numeric Rating Scale (NRS)* untuk mengukur tingkat nyeri serta menggunakan SOP (*Standar Operasional Prosedur*) penerapan kompres hangat daun kelor untuk menerapkan penerapan kompres hangat daun kelor pada lansia.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pemaparan studi

Tingkat Nyeri sebelum dilakukan kompres hangat daun kelor

Berdasarkan penelitian, dapat diketahui skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat daun kelor seperti tabel 4.1 dan gambar 4.1

**Tabel 1.** Hasil slaka nyeri sebelum dilakukan penerapan kompres hangat daun kelor

No.	Subyek	Hari	Skala	keterangan
1	Ny.	1	5	Nyeri Sedang
		2	4	Nyeri Sedang
		3	3	Nyeri Ringan
2	Ny.	1	4	Nyeri Sedang
		2	3	Nyeri Ringan



		3	2	Nyeri Ringan
--	--	---	---	--------------

Pada tabel 4.1 diketahui hasil dari skala nyeri selama tiga hari pada Ny. S dan Ny. R sebelum diberikan kompres hangat daun kelor. Hari pertama pertama skala nyeri Ny. S adalah 5, sedangkan Ny. R 4. Pada hari kedua skala nyeri Ny. S adalah 4 sedangkan Ny. R 3. Pada hari ke tiga skala nyeri Ny. S adalah 3 dan Ny. R 2. Berdasarkan table 4.1 diatas dapat disimpulkan lansia mengalami nyeri akibat *gout arthritis*

Tingkat Nyeri sebelum dilakukan kompres hangat daun kelor

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, dapat diketahui skala nyeri setelah dilakukan kompres hangat daun kelor seperti tabel 4.2

Tabel 4. 1 Hasil Skala Nyeri Setelah Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Daun Kelor

No.	Subyek	Hari	Skala	Keterangan
1	Ny.	1	4	Nyeri Sedang
		2	3	Nyeri Ringan
		3	2	Nyeri Ringan
2	Ny.	1	3	Nyeri Ringan
		2	2	Nyeri Ringan
		3	2	Nyeri Ringan

Pada tabel 4.2 diketahui hasil dari skala nyeri selama tiga hari pada Ny. S dan Ny. R sebelum diberikan kompres hangat daun kelor. Hari pertama pertama skala nyeri Ny. S adalah 4, sedangkan Ny. R 3. Pada hari kedua skala nyeri Ny. S adalah 3 sedangkan Ny. R 2. Pada hari ke tiga skala nyeri Ny. S adalah 2 dan Ny. R 2. Berdasarkan table 4.2 diatas dapat disimpulkan lansia mengalami nyeri akibat *gout arthritis*.

Dari hasil penelitian yang diperoleh perubahan skala nyeri pada dengan *gout arthritis* diperoleh hasil adanya perubahan skala nyeri antara sebelum dan setelah dilakukan penerapan kompres hangat daun kelor. Sebelum dilakukan terapi pada hari pertama skala nyeri Ny.S adalah 5, sedangkan Ny.R 4. Pada hari kedua Ny.S adalah 4 dan Ny.R 3. Pada hari ketiga Ny.S 3 dan Ny.R 2.

Dari hasil penelitian setelah dilakukan terapi penerapan kompres hangat daun kelor yaitu pada hari pertama skala nyeri Ny.S adalah 4, sedangkan Ny.R 3. Pada hari kedua Ny.S adalah 3 dan Ny.R 2. Pada hari ketiga Ny.S 2 dan Ny.R skala nyeri tetap sama yaitu 2

Bersarkan hasil penelitian Maula & Ulfah menggunakan metode penelitian studi kasus yang menggunakan metode penelitian deskriptif. Peneliti akan mendeskripsikan tentang kualitas nyeri sendi dan pemberian kompres hangat

daun kelor kemudian peneliti akan melakukan pendekatan kepada 2 responden dengan cara melakukan wawancara kepada responden untuk mengumpulkan data-data sebelum dilakukan kompres hangat daun kelor. Intervensi yang diberikan pada lansia berupa kompres hangat daun kelor yang diberikan 1 kali sehari pada pagi hari selama 20 menit yang diberikan 3 hari berturut-turut. Kemudian peneliti akan mendeskripsikan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat daun kelor, serta peneliti akan membandingkan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat daun kelor (Maula & Ulfah, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hidayatullah menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat daun kelor 1 hari sekali pada pagi hari selama 3 hari berturut-turut dalam durasi 20 menit mendapatkan hasil skala nyeri pada saat pretest berada pada kategori sedang dengan presentase 100%. Kemudian skala nyeri pada saat post-test berada pada kategori ringan dengan presentase 100%. Hasil uji analisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa terapi kompres hangat daun kelor memberikan pengaruh yang bermakna terhadap skala nyeri (Hidayatullah, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Radharani menunjukkan bahwa metode pemberian kompres air hangat saja kurang efektif dalam mengurangi rasa nyeri. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Radharani menunjukkan bahwa tentang efektifitas pemberian kompres air hangat dan pemberian kompres hangat daun kelor terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pemberian terapi kompres air hangat dan kompres hangat daun kelor terhadap penurunan nyeri sendi lansia, dimana pemberian terapi kompres hangat daun kelor lebih efektif dibandingkan pemberian terapi kompres air hangat. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dikemukakan bahwa dengan pemberian kompres hangat menggunakan daun kelor dapat menurunkan skala nyeri pada pasien *gout arthritis* (Radharani, 2020).

Studi yang dilakukan oleh Nopi & Ekan (2025) menemukan bahwa dalam waktu 3 hari, nyeri sendi pada lansia yang diberikan intervensi berupa kompres hangat daun kelor mengalami penurunan yang signifikan. Mekanisme utama yang berkontribusi dalam efektivitas ini adalah kemampuan daun kelor dalam meningkatkan sirkulasi darah, merelaksasi otot-otot sekitar sendi, serta mengurangi peradangan melalui kandungan antioksidan dan antiinflamasi yang dimilikinya. Hasil serupa juga diperoleh oleh penelitian yang dilakukan oleh yang menggunakan metode *Numeric Rating Scale* (NRS) untuk mengukur perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat daun kelor. Bahwa metode ini dapat menjadi solusi alternatif dalam manajemen nyeri bagi lansia yang mengalami gout arthritis tanpa perlu ketergantungan pada obat analgesik.

Berdasarkan penelitian oleh Dhian (2021) menunjukkan bahwa metode senam argonomis efektif dalam mengurangi kadar asam urat. Penelitian ini untuk menganalisis kadar asam urat pada lansia yang menderita asam urat dengan masalah intoleransi aktivitas sebelum dan setelah melakukan senam ergonomis. Penerapan senam argonomis di lakukan selama 3 hari, untuk mendapatkan hasil dan mengetahui apakah ada penurunan kadar asam urat pada klien tersebut. Sebelum di lakukan penerapan terapi senang argonomis kadar asam urat yang tinggi pada klien. Setelah dilakukan penerapan terapi senam argonomis mengalami penurunan kadar asam urat pada klien. Simpulannya bahwa senam ergonomis berpengaruh terhadap penurunan kadar asam urat.

Studi yang dilakukan oleh Norma (2022) hasil kesehatan pada lansia yang penderita asam urat terdapat pada jenis kelamin. Lansia yang mengalami tinggi asam urat terdapat pada jenis kelamin perempuan, di bandingkan dengan jenis kelamit laki-laki. Penurunan asam urat dilakukan dengan senam ergonomis selama 1 minggu, untuk mengetahui apakah ada penurunan kadar asam urat pada lansia sebelum dan setelah dilakukan senam argonomis. Lansia pada jenis kelamin perempuan sebelum melakukan senam argonomis memiliki kadar asam urat tinggi, sedangkan lansia berjenis laki-laki memiliki kadar asam urat tinggi. Akan dilakukan senam argonomis selama 1 minggu, untuk mngetahui apakah ada penurunan kadar asam urat pada lansia. Lansia pada jenis kelamin perempuan setelah melakukan senam argonomis kadar asam urat menurun, sedangkan lansia berjenis laki-laki juga mengalami penurunan pada kadar asam urat. Simpulannya bahwa Senam ergonomis efektif dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia baik lansia laki-laki dan lansia perempuan.

Peneliti juga mendukung teori peneliti lainnya bahwa kompres hangat daun kelor dapat menurunkan tingkat nyeri pada lansia yang mengalami nyeri dengan diagnosa medis *gout arthritis*, dikarenakan kompres hangat daun kelor memberikan rasa hangat pada penderita *gout arthritis* dengan menggunakan air hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Jadi terapi ini sangat baik untuk lansia karena dapat mengurangi rasa nyeri. Mengompres sangat aman karena dilakukan dengan cara di kompres hangat sehingga nyeri sendi dapat rileks. Pemberian kompres hangat daun kelor ini dilakukan selama 20 menit, kompres hangat daun kelor diberikan selama 1 hari sekali pada pagi hari selama 3 hari berturut-turut

## KESIMPULAN

Hasil Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Daun Kelor hari pertama skala nyeri Ny.S adalah 5, hari kedua skala nyeri 4, dan hari ketiga skala nyeri 3. Sedangkan pada Ny R hari pertama skala nyeri adalah 4, hari kedua skala nyeri 3, dan hari ketiga skala nyeri 2.



Hasil Skala Nyeri Setelah Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Daun Kelor hari pertama skala nyeri Ny.S mengalami penurunan menjadi 4, hari kedua skala nyeri 3, dan hari ketiga skala nyeri 2. Sedangkan pada Ny R juga mengalami penurunan pada hari pertama menjadi 3, hari kedua 2, dan hari ketiga 2.

Hasil Analisis Tingkat Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Daun Kelor. Hasil penelitian yang dilakukan selama 3 hari setelah dilakukan penerapan kompres hangat daun kelor, terdapat penurunan skala nyeri dari Ny.S di hari pertama 5, setelah dilakukan terapi terjadi penurunan menjadi 2 sedangkan skala nyeri pada Ny.R di hari pertama 4, setelah dilakukan terapi menjadi 2.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ardhiatma F, Rosita A, Muji Lestari Ningsih RE. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Gout Arthritis Terhadap Perilaku Pencegahan Gout Arthritis Pada Lansia. *Glob Heal Sci.* 2(2), 111-116. <http://dx.doi.org/10.33846/ghs.v2i2.79>
- Aris Widiyanto, dkk. (Oktober 2020). *Efektifitas Kompres Hangat Daun Kelor Terhadap Nyeri Asam Urat Pada Lansia Di Desa Kenteng, Nogosari, Boyolali.* 3(2) 103 – 113. Retrieved from <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/avicenna>
- Dhian Ika Prihananto1. (2021). PENERAPAN SENAM ERGONOMIS UNTUK MENURUNKAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DENGAN INTOLERANSI AKTIVITAS DI PONDOK LANSIA YPA AN-NUR KOTA KEDIRI. 5(2) 22-30. Retrieved from [file:///C:/Users/People/Downloads/susiena,+dhian%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/People/Downloads/susiena,+dhian%20(2).pdf)
- Eryando, T., Daniah, Nurhidayah, Herawati, Y., Warendi, & Apriningrum, N. (2023). Optimalisasi Posyandu Lansia dalam Implementasi Status Gizi dan Kesehatan Reproduksi menuju Lansia Mandiri di Kabupaten Karawang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 787–797. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.8379>
- Indah, S.N. et al. (2021). ‘Pengaruh Kompres Hangat Jahe Terdapat Penurunan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis’. Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKesNas). *Jurnal Kesehatan*. 4(6) 363-370. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v11i2.144>
- Hidayatullah, F. F. (2020). Pengaruh Kompres Hangat Daun Kelor Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Asam Urat Di Desa Potronayan Boyolali. (*Sarjana Skripsi, Universitas Kusuma Husada Surakarta, Surakarta, 2020*). 86-97. Retrieved from <http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/399>
- Maula, L. H., & Ulfah, M. (2023). Implementasi Pemberian Kompres Hangat Daun Kelor terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia Dengan Gout Arthritis di Desa Dawuhan, Padamara. (*Jurnal Inovasi, Fakultas Kesehatan, Universitas*



*Harapan Bangsa, Purbalingga, 2023). 4(1),37–41. Retrieved from <https://ejournal.stpmataram.ac.id/JIP/article/view/2604/2053>*

Nopi. S., Ekan. F., (2025). EFEKTIVITAS DAN MANFAAT DAUN KELOR DALAM MANAJEMEN NYERI SERTA PERLINDUNGAN KESEHATAN: TINJAUAN BERBAGAI METODE PEMBERIAN. (jurnal madya, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Kartasura, 2025). 6(1) 145-154. *Retrieved from <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JLH>*

Norma Rissnasari. (2022). Skrining Kesehatan dan Pelatihan Senam Ergonomis untuk menurunkan Kadar Asam Urat pada Lansia di Desa Sukorejo Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri. *Journal of Community Engagement in Health. Vol. 5 No 2, 199 – 206. <https://doi.org/10.30994/iceh.v5i2.307>*

Raihmaiwaiti, C.Al. dain Kuisnuil, Z.( 2022). ‘Efektivitais Pemberiaiin Teraipi Kompres Haingait Terhaidaip Penuiruinain Nyeri Paidai Lainsiai Penderitai Gouit Alrtritis’, Juirnail Ilmiaih Pemenaing, 4(2), pp. 67–73. *Retrieved from <ait:juirnail.stikespaime naing.aic.id>*

Radharani, Radhika. (2020). *Kompres Jahe Hangat dapat Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Gout Artritis Kompres Jahe Hangat dapat Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Gout Artritis. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2(4) 234-264. Retrieved from <https://akper-sandikarsa.e-jurnal.id/JIKSH>*

Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). (2020). Badan Peneliti dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI