



PEMBERIAN KOMPRES HANGAT REBUSAN AIR SERAI TERHADAP NYERI HIPERURISEMIA PADA LANSIA DI WILAYAH KERJADADOK TUNGGUL HITAM PADANG

Eliza^{1*}, Etri Yanti², Dwi Cristina Rahayuningrum³, Nova Frialdini⁴
^{1,2,3,4} Universitas Syedza Saintika Padang

Article Info

Article History:

Received 03-06-2025.

Revised 05-06-2025.

Accepted 10-06-2025

Keywords:

Warm compress,
Lemongrass,
pain,
Hyperuricemia,
Elderly

ABSTRAK

Hiperurisemia merupakan kondisi yang ditandai oleh tingginya level asam urat dalam tubuh melebihi batas normal, yang dapat memicu rasa sakit. Nyeri pada sendi sering muncul secara mendadak, disertai dengan tanda-tanda seperti panas, bengkak, serta kemerahan di bagian sendi. Selain itu, kondisi ini dapat menimbulkan kekakuan pada sendi, yang mungkin mengganggu mobilitas dan berisiko menyebabkan kecacatan. Dalam hal pengobatan non-farmakologi yang dapat di gunakan seperti serai. Program Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk menilai efek kompres hangat dari rebusan serai terhadap nyeri yang disebabkan hiperurisemia pada lansia di Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Padang pada tahun 2024. Penelitian ini dilakukan pada 20 responden dengan memantau kondisi sebelum dan sesudah penerapan kompres hangat. Hasil didapatkan rata-rata setelah intervensi 1,7000 dan pada kelompok kontrol 6,7000. Ada pengaruh kompres hangat rebusan air serai terhadap penurunan nyeri hiperurisemia pada lansia. Diharapkan tenaga medis dapat menerapkan pengobatan non-farmakologis, terutama dengan cara memberikan kompres hangat dari rebusan serai sebagai alternatif bagi pasien untuk membantu mengurangi nyeri.

ABSTRACT

Hyperuricemia is a condition characterized by high levels of uric acid in the body that exceed normal limits, which can trigger pain. Joint pain often arises suddenly, accompanied by signs such as heat, swelling, and redness in the joint area. Additionally, this condition can cause stiffness in the joints, which may disrupt mobility and pose a risk of disability. Non-pharmacological treatments that can be used include lemongrass. This Community Service Program aims to assess the effects of warm compresses from boiled lemongrass on pain caused by hyperuricemia in the elderly at Dadok Tunggul Hitam Health Center in Padang 2024. This study was conducted on 20 respondents by monitoring their condition before and after the application of warm compresses. The results showed an average of 1.7000 after the intervention and 6.7000 in the control group. There is an effect of warm compresses from boiled lemongrass on reducing hyperuricemia pain in the elderly. It is hoped that medical personnel can apply non-pharmacological treatment, especially by providing warm compresses made from lemongrass decoction as an alternative for patients to help reduce pain.

*Corresponding Author: elizaeliza7251@gmail.com

PENDAHULUAN

Penyakit Hiperurisemia adalah kondisi yang ditandai oleh tingginya kadar asam urat dalam darah melebihi nilai normal. Seseorang dianggap menderita Hiperurisemia jika kadar asam urat dalam darahnya melebihi 7 mg/dl untuk laki-laki dan 6 mg/dl untuk perempuan. Kenaikan kadar asam urat ini dapat disebabkan oleh produksi asam urat yang berlebihan, pengeluaran asam urat melalui urin yang menurun, atau kombinasi dari keduanya (Juliana, Suhaidi, dan Sety, 2018). Bertambahnya usia menjadi salah satu faktor risiko utama baik untuk pria maupun wanita. Hal ini mungkin disebabkan oleh berbagai faktor, seperti meningkatnya kadar asam urat dalam serum, yang sering kali dipicu oleh menurunnya fungsi ginjal, meningkatnya penggunaan diuretik, serta penggunaan obat-obatan lain yang dapat meningkatkan kadar asam urat dalam serum (Dianati, A, N, 2015).

Apa yang kita konsumsi juga sangat berpengaruh terhadap kadar asam urat dalam darah. Makanan tinggi purin akan diubah menjadi asam urat. Proses konversi ini tergantung pada sel-sel yang ada serta aktivitas transkripsi dan metabolisme dari makanan tersebut. Sekitar dua pertiga asam urat dikeluarkan melalui urin, sementara sisanya dibuang melalui usus. Namun, bagi mereka yang mengonsumsi banyak makanan tinggi purin, proses pencernaan purin bisa terganggu, yang dapat menyebabkan kelebihan ekskresi asam urat, terlihat dari tingginya kadar asam urat dalam urin. Tidak hanya kadar asam urat dalam urin yang meningkat, tetapi kadar dalam darah juga mengalami kenaikan (John D. 2018).

Hiperurisemia dapat menyebabkan nyeri mendadak pada sendi, terutama di malam hari atau pagi hari. Rasa sakit ini biasanya disertai oleh gejala lain seperti sensasi hangat, pembengkakan, dan kemerahan di sendi yang terkena. Mereka yang mengalami kondisi ini mungkin juga merasakan kekakuan di sekitar sendi, sehingga membuat pergerakan menjadi sulit dan dapat mengarah pada cacat. Jika tidak ditangani dengan baik, Hiperurisemia dapat menyebabkan terbentuknya batu ginjal (Dianant, NA, 2015).

Secara umum, sendi jempol kaki dan bagian lain dari kaki cenderung menjadi yang pertama mengalami dampak. Sendi-sendi ini rentan terkena pengaruh karena suhu mereka cenderung lebih rendah dibandingkan dengan suhu tubuh dan kadar monosodium urat yang menurun. Pada kasus gout yang berlangsung lama, dapat terjadi pembentukan tofi. Tofi merupakan benjolan yang terbentuk akibat pengumpulan kristal monosodium urat di jaringan lunak tubuh. Komplikasi yang bisa timbul akibat tofi mencakup rasa sakit, kerusakan serta perubahan bentuk pada jaringan lunak, kerusakan sendi, dan sindrom penekanan saraf (Brunner, 2017).

Rasa nyeri adalah pengalaman yang sangat mengganggu dan bersifat pribadi, sehingga tidak dapat dirasakan oleh orang lain. Nyeri bisa muncul secara luas di antara individu dan memiliki persepsi yang berbeda-beda. Ini merupakan mekanisme fisik yang dirancang untuk melindungi diri dan muncul sebagai respons terhadap rangsangan tertentu (Andarmoyo, 2017). Pendekatan dalam pengelolaan nyeri berusaha untuk mengurangi rasa sakit dengan cara farmakologis menggunakan metode umum yang sering diterapkan. Ada tiga jenis pengobatan yang tersedia, yaitu obat non-narkotik dan antiinflamasi non-steroid (NSAID), obat penghilang rasa nyeri narkotik, dan obat sedatif serta tambahan. Selain itu, pengelolaan nyeri non-farmakologis meliputi panduan dan langkah antisipasi, terapi panas atau kompres hangat, stimulasi saraf elektrik transkutan (TENS), distraksi, relaksasi otot, imajinasi terarah atau simbolisme yang dipandu, hipnosis, akupunktur, umpan balik biologis, dan pijat.

Penyakit tidak selalu memerlukan terapi dengan obat-obatan kimiawi. Sebagai contoh, penyakit asam urat bisa diatasi melalui terapi yang tidak melibatkan obat, seperti melakukan olahraga ringan, rehabilitasi, dan pemanfaatan obat herbal. Aktivitas fisik seperti berjalan dengan cepat, berenang, dan senam ringan juga memiliki banyak manfaat. Rehabilitasi mencakup memberikan waktu istirahat pada sendi, serta menggunakan terapi dingin, panas, terapi listrik, dan obat herbal yang sering menjadi bahan perdebatan di kalangan masyarakat terkait efektivitasnya dalam penyembuhan asam urat. Namun, masyarakat mulai beranggapan bahwa pengobatan herbal itu lebih praktis, lebih terjangkau, dan dapat dilakukan secara mandiri (Adriani, M, 2016).

Pendekatan yang diterapkan pada pasien menunjukkan metode efektif untuk mengurangi rasa sakit akibat Hiperurisemia dengan menggunakan cara non-farmakologis, seperti terapi panas, akupunktur, pijat, kompres hangat, serta pemanfaatan tanaman lokal seperti serai. Salah satu metode yang dapat diterapkan adalah dengan menggunakan kompres yang terbuat dari rebusan serai. Dengan

penggunaan kompres ini, pasien dapat merasakan pengurangan rasa sakit tanpa perlu mengonsumsi obat. Serai mengandung zat antiinflamasi yang dapat membantu meredakan nyeri. Kompres hangat memberikan kehangatan yang dibutuhkan untuk menciptakan rasa nyaman, di samping itu juga dapat mengurangi atau mencegah kram otot dan memberikan kenyamanan di area yang dikompres. Manfaat serai berasal dari minyak atsirinya yang memiliki sifat kimia dan efek farmakologis dengan sensasi pedas dan hangat, serta memiliki sifat antiinflamasi untuk meredakan rasa sakit. Selain itu, serai juga dapat meningkatkan aliran darah dan dianjurkan untuk mengatasi nyeri otot, nyeri sendi, serta keluhan pegal-pegal dan sakit kepala (Andriani, M, 2016).

Serai adalah sejenis tanaman berjenis rumput yang sering digunakan baik sebagai bahan penyedap masakan maupun untuk memberikan aroma pada makanan (Handayani, 2023). Menurut sebuah buku mengenai flora lokal Indonesia, manfaat serai terletak pada kandungan minyak atsirinya yang memiliki sifat kimia dan dampak farmakologis, seperti sensasi pedas serta efek antiinflamasi yang dapat mengurangi rasa sakit dan memperlancar aliran darah. Ini sangat bermanfaat untuk meredakan rasa nyeri pada otot, sendi, serta membantu mereka yang mengalami hiperurisemia, pegal-pegal, dan sakit kepala. Serai juga memiliki sifat antimikroba yang dapat digunakan untuk menyembuhkan luka dan infeksi. Di samping itu, serai kaya akan antioksidan yang dapat membantu menangani masalah sel dalam pembuluh darah jantung dan juga dapat digunakan sebagai obat kumur untuk mengatasi peradangan pada gusi (Fajri, L. D, 2022).

Sebuah studi yang dilakukan di Australia menunjukkan bahwa serai bisa meringankan sakit kepala. Penemuan ini menunjukkan adanya eugenol, yang memiliki efek serupa dengan obat pereda sakit kepala. Senyawa ini berguna untuk mencegah penggumpalan trombosit dalam darah. Selain itu, eugenol juga dapat merangsang pelepasan hormon serotonin yang berperan dalam pengaturan suasana hati, tidur, nafsu makan, dan fungsi kognitif. Dalam satu ons serai terdapat :

- Kalori : 30 kal
- Protein : 1 gram
- Lemak : 0 gram
- Karbohidrat : 7 gram
- Serat : 0 gram
- Gula : 0 gram

Selain itu, serai juga mengandung zat besi, kalsium, dan vitamin C (Fajri, LD, 2022).

Kompres hangat adalah metode yang digunakan untuk memberikan sensasi kehangatan guna meningkatkan kenyamanan. Cara ini bisa membantu mengurangi nyeri dan meringankan atau mencegah kejang otot serta memberikan kehangatan pada area yang tertentu (Oktari, RD, 2018).

Kompres hangat dapat dibuat menggunakan rebusan discuss serai, yang melibatkan beberapa bahan dan alat seperti serai dan discuss sebagai bagian dari proses pembuatan kompres hangat, serta waslap untuk mengaplikasikannya pada porsi tubuh yang terasa sakit. Serai yang dipilih harus dalam kondisi segar dan bersih, dengan jumlah sekitar 500 gram batang, direbus bersama discuss hingga mencapai suhu 46 derajat Celsius. Dengan menggunakan kompres dari rebusan discuss serai, responden dapat merasakan penurunan nyeri tanpa harus mengonsumsi obat. Kandungan dalam serai memiliki sifat anti-inflamasi yang juga berkontribusi dalam mengurangi ketidaknyamanan. Kompres hangat ini memberikan sensasi kehangatan yang dapat meningkatkan rasa nyaman. Selain itu, kompres tersebut berfungsi untuk meredakan nyeri, mencegah atau mengurangi kejang otot, dan memberikan suhu hangat pada bagian yang dirawat.

Dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini, diharapkan akan ada dampak positif dari penggunaan kompres hangat rebusan discuss serai terhadap rasa sakit yang dialami pasien hiperurisemia berusia lanjut di area Puskesmas Dadok Tunggul Hitam, Padang.

METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan analisis masalah, tim pelaksana mengambil langkah-langkah untuk menyelesaikan isu tersebut sebagai berikut:

Tujuan	: Untuk memahami dampak pemberian kompres hangat dari rebusan serai terhadap nyeri akibat hiperurisemia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Padang.
Kegiatan	: <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan informasi mengenai terapi kompres hangat berbahan dasar serai. 2. Mengukur tingkat nyeri sebelum memulai terapi kompres hangat. 3. Persiapan dan prosedur yang dilakukan : <ol style="list-style-type: none"> a. Siapkan peralatan dan bahan, yaitu handuk kecil, wadah, air dalam jumlah 1500 ml, termometer, panci, dan tujuh batang serai. b. Cuci bersih serai dengan air mengalir dan tiriskan hingga kering. c. Masukkan 500 gram serai ke dalam panci yang berisi 1500 ml air. d. Rebus serai hingga suhu air mencapai 46 derajat Celcius. e. Celupkan handuk kecil ke dalam air rebusan serai. f. Peras handuk kecil dan kompreskan ke area yang terasa nyeri selama 10 menit. g. Lakukan pengompresan kembali ke area nyeri jika rasa sakit belum mereda. h. Terapi ini dilakukan selama tiga kali kunjungan. 4. Mengukur tingkat nyeri setelah terapi kompres hangat dengan serai.
Sasaran	Lansia yang mengalami hiperurisemia dan sedang menjalani perawatan jalan di Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Padang
Strategi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan edukasi melalui metode penyuluhan. 2. Melakukan penilaian nyeri sebelum dan sesudah melakukan tindakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan dari tanggal 14 hingga 21 Juni 2024 di area Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Kota Padang, yang membahas pengaruh kompres hangat dari rebusan serai terhadap pengurangan nyeri hiperurisemia pada lanjut usia di wilayah tersebut. Dalam kegiatan ini, terdapat 20 responden yang menjadi sampel.

A. Proses penyuluhan terdiri dari tiga tahap, yaitu:

1. Tahap Pembukaan

Kegiatan dimulai oleh seorang mediator yang memperkenalkan tim pengabdian, menjelaskan tujuan penyuluhan, serta menyetujui waktu dan bahasa yang akan digunakan. Penyuluhan ini berlangsung selama 60 menit, dengan materi yang disampaikan dalam bahasa Indonesia yang juga diimbangi oleh bahasa Minang untuk menjelaskan hal-hal yang mungkin tidak dipahami oleh audiens dalam bahasa Indonesia.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, seorang pioneer atau penyaji bertugas. Penyaji terlebih dahulu mengeksplorasi pengetahuan audiens mengenai topik yang akan dibahas, kemudian menyampaikan materi dan memberikan dukungan kepada audiens yang ingin memberikan pendapat.

3. Tahap Penutupan

Tahap ini dipandu oleh mediator yang memberikan kesempatan kepada audiens untuk bertanya. Terdapat tiga pertanyaan dari audiens yang dijawab oleh tim. Mediator kemudian memberikan evaluasi mengenai materi yang telah disampaikan dan merangkum isi kegiatan. Penyuluhan ini dilaksanakan sesuai dengan waktu yang telah disepakati. Semua audiens tampak antusias dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan tersebut

B. Kompres hangat air rebusan serai

1. Rata-rata tingkat nyeri sebelum penerapan kompres hangat dari air rebusan serai pada pasien dengan hiperurisemia tercatat sebesar 7,1000 dan memiliki deviasi standar sebesar 0,87560. Tingkat nyeri maksimum tercatat mencapai 8, sedangkan yang terendah berada pada angka 6. Temuan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Zaini Arif, Sulaiman Rofiki, dan Yunita Amilia pada tahun 2023 dalam studi yang berjudul Kompres Serai Hangat Dapat Menurunkan Nyeri Akut Gout Joint Pain: Studi Kasus, yang mengindikasikan bahwa sebelum pemberian kompres hangat serai, tingkat nyeri yang dirasakan oleh responden berada pada skala 6 (nyeri sedang).
2. Setelah pemberian kompres, rata-rata tingkat nyeri pada pasien dengan hiperurisemia menunjukkan angka 6,7000 dengan deviasi standar yang sama, yaitu 6,7000. Skala tertinggi tetap berada pada angka 8, sementara skala terendah masih di angka 6. Penelitian yang dilakukan oleh Evodius pada tahun 2023 mengenai khasiat dari kompres hangat berbahan rebusan serai dalam mengurangi nyeri yang disebabkan oleh asam urat di panti sosial Tresna Werda Jawa Timur menemukan bahwa klien merasakan sakit pada kedua lutut, terutama saat melakukan aktivitas, dengan sensasi nyeri seperti tertusuk, di mana skala nyeri yang dirasakan berada pada angka 6, dan nyeri tersebut bersifat datang dan pergi.
3. Penelitian yang mengkaji efek kompres hangat dari rebusan serai terhadap nyeri pada pasien dengan hiperurisemia di kalangan lansia menunjukkan bahwa hasil uji dengan T-test berpasangan menghasilkan nilai P sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pengukuran tekanan darah di tahap pretest dan posttest, yang menandakan bahwa pemberian kompres hangat dari rebusan serai memberikan pengaruh positif dalam mengurangi nyeri akibat hiperurisemia pada pasien lansia di wilayah kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam, Kota Padang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata Nyeri Hiperurisemia pada lansia sebelum pemberian kompres hangat rebusan air serai pada kelompok eksperimen 7,1000 dan setelah 1,7000. Rata-rata nyeri Hiperurisemia pada kelompok kontrol adalah 7,1000 dan setelah pemberian 6,7000. Ada pengaruh kompres hangat rebusan air serai terhadap penurunan nyeri hiperurisemia dengan nilai *p-value* 0,000 pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Padang.

Pemberian kompres hangat yang terbuat dari air rebusan serai dapat memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi rasa nyeri, mencegah spasme. Kompres hangat akan menghasilkan suhu hangat yang akan melebarkan pembuluh darah sehingga tidak terjadi penumpukan asam laktat dan otot jadi rileks.

Selain itu, kompres hangat mampu memicu termoreseptor pada kulit untuk mengirimkan sinyal ke otak. Hipotalamus akan merespons dengan menghasilkan proses yang dikenal sebagai vasodilatasi. Saat vasodilatasi terjadi, pembuluh darah melebar, yang memungkinkan aliran darah menjadi lebih lancar dan meningkatkan suhu dengan lebih cepat. Disarankan agar keluarga dapat menerapkan terapi non-farmakologi, terutama dengan memberikan kompres hangat dari air rebusan serai di rumah, untuk membantu mengurangi tingkat nyeri pada pasien sebagai langkah mandiri dalam mengatasi masalah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin menyampaikan apresiasi yang tulus kepada pimpinan Puskesmas Dadok Tunggul Hitam di Kota Padang atas izin serta bantuan yang telah diberikan dalam menyediakan data dan informasi kesehatan selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Selain itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bapak Rektor Universitas Syedza Saintika Padang yang telah memberikan izin untuk melaksanakan program pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abiyoga,A. (2016). *Gout: an old disease in new perspective. a riview journal of advance research.*Jurnal Kesehatan.,9(67).
- Andriani, M. 2016. Pengaruh Kompres Serei Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Artritis Rheumatoid Pada Lanjut Usia. Jurnal Ipteks Terapan.10(1)
- Al,WE. (2015). *Gout: an Old Disease in New Perspective – a Review.* journal.,8(23): 76-96
- Almatsier. (2016). *Chronic Hyperuricemia, Uric Acid Deposit And Cardiovascular Risk. Current Pharmaceutical Design .*h.9
- Amilia,R. (2013).Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Atritis Gout Pada Lanjut Usia,hh 4
- Andarmoyo. (2017). Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri.Yogyakarta : AR-Ruzz Media. h.67-75
- Andriani,M. (2016). Pengaruh kompres sereh hangat terhadap penurunan itensitas nyeri pada lansia.7(67)
- Brunner. (2017). *Chronic Hyperuricemia, Uric Acid Deposit And Cardiovascular Risk. Current Pharmaceutical Design* 19.
- D Anggraini. (2022). Aspek klinis Hiperurisemia. *scientific jurnal.*h.7
- Devi,S. (2017). pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri rheumatoid,hh 1- 17.
- Dianati, A, N,. (2015). Gout And Hyperuricemia,Jurnal Majority, vol 4, No 3. Dipiro, j.t. (ed.). (2016). *pharmacotherapy: a Pathophysiologic Approach, 7th ed.*
- Fajri,LD. (2022). Manfaat Serai Untuk Tubuh.6(16): 24-35.
- Handayani. (2023). Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik *Gouth Arthritis* Dengan Nyeri Kronis Melalui Ppemberian Kompres Hangat Air Rebusan Serai Di Panti Werdha Mojokerto.,14(21):102-105.
- Juliana, Suhaidi,& Sety. (2018). Hiperurisemia. *Jurnal Keperawatan.*,2(14):77-79
- Niwayan. (2023). Hubungan Konsumsi Purin, Status Gizi Dan Status Hiperurisemia Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas I Denpasar Timur.h 13-21
- Notoadmojo. (2014). Metode penelitian.7(26):12
- Oktari,RD. (2018). Pengaruh Kompres Hangat Rebusan Air Serai Terhadap Penurunan Nyeri Hiperurisemia.5(6):54
- Padila. (2014). Konsep Lansia. jurnal keperawatan.8(23)
- Risky,RR. (2017). Tinjauan Umum Penyakit Hiperurisemia Dan Gout. 6.
- Santi S. (2018). Konsep Diri Pada Lansia Di Panti Werdha . *JurnalKeperawatan.*98
- Setyaningsih. (2019). Hiperurisemia dan *Gout arthritis*, Program Studi S1 Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang 18.
- Syarifudin,Taiyeb,& Coronge. (2019). Laporan Kasus Hiperurisemia. Vitahealth. (2016). Konsep Hiperurisemia.