

PENERAPAN KOMPRES HANGAT KAYU MANIS TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PENDERITA GOUT ARTHRITIS WILAYAH KERJA PUSKESMAS TEGUHAN

Azzahra Amanda Cantika Oriza¹, Eska Dwi Prajayanti²

Universitas 'Aisyiyah Surakarta^{1,2}

*Email Korespondensi: azzahraamanda.students@aiska-university.ac.id

ABSTRAK

Prevalensi *gout arthritis* menurut *World Health Organization* mencapai 34,2% dan setiap tahunnya mengalami peningkatan. Di Indonesia Prevalensinya mencapai 11,9% dan di dominasi dengan usia ≥ 75 tahun (54,8%) dan lebih banyak wanita (8,46%) dibanding pria (6,13%). Prevalensi *gout arthritis* di Jawa Timur mencapai 17%. *Gout arthritis* yang tidak ditangani dapat menimbulkan nyeri hebat pada sendi. Salah satu metode nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri adalah kompres hangat kayu manis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh kompres hangat kayu manis terhadap penurunan nyeri pada penderita *gout arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Teguhan. Jenis penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan menerapkan kompres hangat kayu manis terhadap nyeri pada penderita *gout arthritis*. Setelah dilakukan kompres hangat kayu manis sebanyak 4 kali selama 6 hari di dapatkan hasil adanya penurunan skala nyeri pada penderita *gout arthritis* pada Ny. T dari skala nyeri 6 menjadi 2, dan Ny. S dari skala nyeri 7 menjadi 3. Terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat kayu manis.

Kata Kunci: *Gout Arthritis*, Kayu Manis, Kompres Hangat, Nyeri

ABSTRACT

According to the *World Health Organization*, the prevalence of *gout arthritis* reaches 34.2% and continues to increase each year. In Indonesia, the prevalence is 11.9%, predominantly affecting individuals aged ≥ 75 years (54.8%), and is more common in women (8.46%) than in men (6.13%). In East Java, the prevalence reaches 17%. If not properly managed, *gout arthritis* can cause severe joint pain. One non-pharmacological method to reduce pain is the application of warm cinnamon compresses. Objective : To describe the effect of warm cinnamon compresses on pain reduction in *gout arthritis* patients in the working area of Teguhan Health Center. This study used a case study approach by applying warm cinnamon compresses to reduce pain in *gout arthritis* patients. After applying warm cinnamon compresses four times over six days, pain levels in Ny. T decreased from a scale of 6 to 2, and in Ny. S from 7 to 3. There was a reduction in pain scale before and after the application of warm cinnamon compresses.

Keywords: *Gout Arthritis*, Cinnamon, Warm Compres, Pain

PENDAHULUAN

Gout arthritis merupakan kondisi dimana terjadi penumpukan kristal pada persendian akibat tingginya kadar asam urat dalam darah. (Parwata *et al.*, 2020). Kadar asam urat meningkat disebabkan karena zat purin terlalu banyak di dalam tubuh, dan ginjal tidak bisa mengeluarkan zat purin tersebut, lama-kelamaan akan mengkristal dan menumpuk di persendian. Hal ini akan menyebabkan sendi terasa nyeri, bengkak, dan meradang. Adapun sendi yang sering terkena penumpukan asam urat anatara lain pangkal ibu jari kaki, lutut, pergelangan kaki, pergelangan tangan dan siku dan penderita sering mengalami kesemutan (Widiyono *et al.*, 2020).

World Health Organization (2020) menyatakan bahwa pada tahun 2020 di dunia sebanyak 34,2% yang mengalami *gout arthritis* dan setiap tahunnya mengalami peningkatan. Prevalensi terjadinya *gout arthritis* di Indonesia berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan di dominasi dengan usia ≥ 75 tahun sebanyak (54,8%) dan di derita oleh wanita lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Riskesdas, 2018). Prevalensi *gout arthritis* di Jawa Timur sebesar 17%, prevalensi ini lebih tinggi pada perempuan (8,5%) dibandingkan laki-laki (6,1%), sedangkan di Ngawi yang menderita *gout arthritis* yaitu 11,4% (1.630) penderita (Profil Kesehatan Jawa Timur, 2020). Prevalensi *gout arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Teguhan dari tahun 2024 sebanyak 2.066 penderita, kemudian di kelurahan desa Babadan sebanyak 100 penderita (Data Puskesmas Teguhan, 2024).

Dampak yang ditimbulkan pada kondisi *gout arthritis* yaitu penderita akan mengalami kelemahan dalam melakukan aktivitas dan nyeri pada pergerakan, kemudian gejala yang ditimbulkan pada penderita *gout arthritis* akan mengalami rasa nyeri, pembengkakan dan peradangan pada area persendian. Hal ini dapat menyebabkan gangguan mobilitas pada penderita *gout arthritis* (Fitriani *et al.*, 2021). Penatalaksanaan pada penderita *gout arthritis* adalah dengan diutamakan untuk kontrol kadar asam urat yang terjadi di dalam tubuh sehingga efek nyeri yang di rasakan berkurang dan menurun (Antoni *et al.*, 2020).

Penanganan atau terapi tindakan yang bisa dilakukan untuk menurunkan nyeri *gout arthritis* adalah dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dapat dilakukan dengan pemakaian obat-obat kimia penurun rasa nyeri berbagai jenis *Non Steroida Anti Inflammatory Drugs* (NSAID) seperti ibuprofen dan *colchicine*, namun penggunaan obat dalam jangka waktu yang panjang dapat memberikan masalah lain sebagai efek sampingnya. Efek samping yang paling umum dari pemakaian NSAID adalah peradangan lambung atau gastritis, hal ini terjadi karena zat aktif dalam obat anti nyeri bersifat iritatif atau menyebabkan iritasi pada dinding lambung. Untuk mempercepat penyembuhan atau menstabilkan kadar purin dapat di bantu dengan tindakan terapi non farmakologi. Terapi non farmakologi dilakukan secara alami tanpa melibatkan obat-obatan seperti kompres hangat, kompres hangat daun sirih, kompres hangat daun salam, kompres hangat kayu manis, perubahan pola makan, aktivitas fisik, pemanfaatan tanaman herbal untuk pengobatan, dan teknik relaksasi untuk meredakan nyeri sendi pada penderita *gout arthritis*. Kompres hangat memiliki manfaat untuk membuka pori-pori, memperlebar pembuluh darah yang dapat meningkatkan aliran darah ke area yang nyeri, mengurangi ketegangan otot sehingga mengurangi rasa sakit yang disebabkan oleh kekakuan pada otot maupun sendi (Oktavianti dan Anzani, 2021).

Kompres hangat kayu manis dapat mengurangi rasa nyeri pada sendi, serta memberikan sensasi hangat saat dilakukan kompres hangat. Selain itu, kayu manis dimanfaatkan sebagai pengobatan non farmakologi khususnya untuk nyeri sendi karena kayu manis mengandung bahan anti inflamasi yang membantu dalam proses penyembuhan peradangan sendi. Hal ini disebabkan oleh kandungan berbagai jenis bahan yaitu minyak atsiri (1-4%) yang terdiri dari *sinamaldehyd* (60-80%), *eugenol* (10%), *trans asam sinamat* (5-10%), *senyawa fenol* (4-10%), *tannin*, *katechin*, *proanthocyanidin*, *monoterpen*, dan *sesquiterpen (pinene)* (Effect et

al., 2025). Kompres hangat kayu manis dilakukan dengan cara menggunakan 15 gram bubuk kayu manis kemudian di rebus dengan air sebanyak 200 cc, setelah air mendidih kemudian dimasukkan dalam baskom. Selanjutnya masukkan handuk kecil dan siap digunakan. Tunggu selama 15-20 menit (Antoni et al., 2020)

Penelitian yang dilakukan oleh Parwata et al., (2020) setelah dilakukan kompres hangat kayu manis sebanyak 4 kali selama 6 hari rata-rata skala nyeri pada penderita *gout arthritis* menurun dari skala nyeri 6 (sedang) berkurang menjadi skala nyeri 3 (ringan).

Studi Pendahuluan yang dilakukan penulis di Wilayah Kerja Puskesmas Teguhan dengan metode wawancara pada 10 warga yang memiliki riwayat *gout arthritis*, didapatkan hasil bahwa 2 orang mengatakan secara teratur melakukan kontrol dan mengonsumsi obat dari puskesmas serta menerapkan diet rendah purin, sedangkan 8 orang lainnya mengatakan jarang melakukan kontrol, dan tidak patuh dalam mengonsumsi obat asam urat yang diberikan oleh puskesmas. Upaya yang mereka lakukan untuk meredakan nyeri adalah dengan cukup istirahat dan mengurangi aktivitas berat supaya nyeri yang dirasakan dapat berkurang. Dari hasil wawancara penulis menemukan bahwa 10 orang warga yang mengalami *gout arthritis* belum mengetahui bahwa menggunakan kompres hangat kayu manis dapat membantu mengurangi nyeri sendi akibat asam urat.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis tertarik melakukan penerapan dengan judul “Penerapan Kompres Hangat Kayu Manis Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita *Gout Arthritis* Di Wilayah Kerja Puskesmas Teguhan”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan desain penelitian deskriptif kuantitatif studi kasus. Studi kasus merupakan salah satu metode penerapan yang memaparkan suatu intervensi terhadap suatu kejadian yang disebut sebagai kasus dengan melakukan pengamatan, pengumpulan data, analisa informasi dan pelaporan hasil. Responden dari penerapan ini adalah dua orang penderita *gout arthritis* yang memiliki kriteria yang ditentukan. Penatalaksanaan penerapan ini dilakukan di Desa Babadan, Kecamatan Paron, Kabupaten Ngawi dan dilakukan di masing-masing rumah responden. Penerapan Kompres Hangat Kayu Manis sebanyak 4 kali selama 6 hari dengan durasi waktu 15-20 menit. Penerapan ini dilakukan pada tanggal 10-13 mei 2025. Cara pengumpulan data pada penelitian adalah dengan melakukan analisa data dan pengolahan hasil kegiatan penerapan yang telah dilakukan secara naratif mengenai perubahan skala nyeri responden setelah dilakukan tindakan penerapan kompres hangat kayu manis menggunakan alat ukur *Numeric Rating Scale* lalu catat di lembar observasi. Dari hasil lembar observasi tersebut peneliti dapat melihat pengaruh penerapan kompres hangat kayu manis pada responden sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat kayu manis. Penelitian ini diolah menjadi suatu tabel yang berisikan tentang hasil pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kompres hangat kayu manis untuk menurunkan intensitas skala nyeri pada penderita *gout arthritis*.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penerapan ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Teguhan, Puskesmas Teguhan terletak di Kelurahan Teguhan, Kecamatan Paron, Kabupaten Ngawi. Luas wilayah kerja Puskesmas Teguhan sekitar 459,772 km² yang mencakup 6 kelurahan yaitu desa gentong, babadan, teguhan, semen, kedungputri. Puskesmas Teguhan memiliki sarana dan prasarana yang terdiri dari 2 Puskesmas Pembantu, 7 Polindes, 1 Poli Klinik swasta, 1 Dokter Praktik

swasta, 2 Apotek. Sedangkan untuk Tenaga Kesehatan terdiri dari 2 dokter spesialis, 11 perawat/mantri kesehatan, dan 14 bidan.

Pemilihan lokasi penerapan yang berada di kediaman Ny. T yang berada di Desa Babadan RT. 03, RW. 10, Paron, Ngawi terdiri atas 5 kamar tidur, 1 ruang makan, 1 dapur, 1 ruang tamu dan kamar mandi, tipe rumah permanen, keadaan lantai keramik, ventilasi udara cukup, penerangan cukup, cahaya cukup, cahaya matahari dapat masuk melalui jendela. Situasi lingkungan Ny. T dari rumah ke rumah dekat, dengan lingkungan yang bersih, ramah, nyaman dan gotong royong. Lokasi responden kedua yaitu di kediaman Ny. S berada di Desa Babadan RT. 04, RW. 10, Paron, Ngawi terdiri atas 3 kamar tidur, 1 kamar mandi, 1 ruang tamu, 2 dapur, 1 ruang makan, 1 ruang keluarga. Tipe rumah permanen, keadaan lantai rumah semen, penerangan sangat cukup, cahaya matahari dapat masuk melalui jendela dan genting kaca.

Pemilihan lokasi ini dikarenakan terdapat penderita *gout arthritis* yang belum memahami teknik non farmakologis untuk mengurangi skala nyeri. Tujuan dari penerapan ini dilakukan agar penderita *gout arthritis* mengetahui cara untuk menurunkan skala nyeri dengan teknik non farmakologis, salah satunya dengan menggunakan kompres hangat kayu manis. Peneliti melakukan penerapan ini sebanyak 4 kali selama satu minggu dengan durasi waktu 15-20 menit. Pengukuran skala nyeri dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kompres hangat kayu manis kepada responden dan hasilnya dicatat dalam lembar observasi.

Hasil Penerapan

Responden pada penelitian ini berjumlah dua orang responden. Responden pertama yaitu Ny. T berusia 50 tahun, berjenis kelamin perempuan, beragama islam, pendidikan terakhir SD, tinggal dengan suaminya dan anaknya di Desa Babadan RT 03, RW 10, Paron, Ngawi. Ny. T mengatakan suka mengkonsumsi jeroan dan kacang-kacangan sehingga asam uratnya tidak terkontrol dan menyebabkan nyeri dan cara untuk mengatasi nyeri Ny. T mengkonsumsi obat ibu profen tetapi secara tidak rutin, Ny. T mengeluh nyeri pada bagian lutut kaki sebelah kiri terasa nyeri saat pagi hari setelah bangun tidur dengan skala nyeri 6 (Nyeri Sedang).

Responden kedua Ny. S berusia 51 tahun, berjenis kelamin perempuan, beragama islam, tidak sekolah, tinggal dengan suami dan kedua anaknya di Desa Babadan RT. 04, RW. 10, Paron, Ngawi. Responden mengatakan memiliki riwayat penyakit *gout arthritis* sejak 2 tahun yang lalu, Ny. S juga mengatakan masih sering mengkonsumsi kacang-kacangan sehingga menyebabkan nyeri dan cara untuk mengatasi nyeri Ny. S mengkonsumsi obat allpurinol. Ny. S mengeluh pergelangan kaki kanan terasa nyeri saat melakukan aktivitas yang terlalu berat dan terasa sakit ketika digunakan berjalan.

Penerapan penelitian yang dilakukan pada Ny. T dan Ny. S sebanyak 4 kali selama 6 hari pada tanggal 10-13 Mei 2025. Penerapan ini dimulai dengan melakukan observasi pengukuran skala nyeri terlebih dahulu, setelah itu memberikan penjelasan mengenai manfaat dan prosedur melakukan kompres hangat kayu manis. Kemudian responden diberikan kompres hangat kayu manis di pagi hari selama 15-20 menit kemudian dilakukan kembali pengukuran skala nyeri setelah dilakukan kompres hangat kayu manis. Pengukuran skala yang digunakan yaitu *Numeric Rating Scale* (NRS).

Berikut merupakan hasil pengukuran sebelum dan sesudah dilauka kompres hangat kayu manis.

Hasil Deskripsi Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis

Tabel 1 Skala Nyeri Sebelum Kompres Hangat Kayu Manis

No	Nama	Tanggal	Skala Nyeri
1.	Ny. T	10 Mei 2025	6 (Nyeri Sedang)
2.	Ny. S	10 Mei 2025	7 (Nyeri Berat)

Berdasarkan tabel 1 di atas sebelum dilakukan penerapan kompres hangat kayu manis di dapatkan hasil bahwa skala nyeri Ny. T yaitu 6 (Nyeri Sedang) dan Ny. S yaitu 7 (Nyeri Berat).

Hasil Deskripsi Skala Nyeri Setelah Dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis

Tabel 2 Skala Nyeri Sesudah Kompres Hangat Kayu Manis

No	Nama	Tanggal	Skala Nyeri
1.	Ny. T	13 Mei 2025	2 (Nyeri Ringan)
2.	Ny. S	13 Mei 2025	4 (Nyeri Sedang)

Berdasarkan tabel 2 di atas sesudah dilakukan penerapan kompres hangat kayu manis sebanyak 4 kali selama satu minggu dengan durasi waktu 15-20 menit. Di dapatkan hasil akhir bahwa skala nyeri Ny. T yaitu 2 (Nyeri Ringan) dan Ny. S yaitu 4 (Nyeri Sedang).

Hasil Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis

Tabel 3 Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis Ny. T

No	Tanggal	Sebelum	Sesudah
1.	10 Mei 2025	6 (Nyeri Sedang)	4 (Nyeri Sedang)
2.	11 Mei 2025	5 (Nyeri Sedang)	3 (Nyeri Ringan)
3.	12 Mei 2025	5 (Nyeri Sedang)	4 (Nyeri Sedang)
4.	13 Mei 2025	4 (Nyeri Sedang)	2 (Nyeri Ringan)

Tabel 4 Skala Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis Ny. S

No	Tanggal	Sebelum	Sesudah
1.	10 Mei 2025	7 (Nyeri Berat)	6 (Nyeri Sedang)
2.	11 Mei 2025	6 (Nyeri Sedang)	5 (Nyeri Sedang)
3.	12 Mei 2025	7 (Nyeri Berat)	5 (Nyeri Sedang)
4.	13 Mei 2025	5 (Nyeri Sedang)	4 (Nyeri Sedang)

Hasil Perbandingan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis

Tabel 5 Perbandingan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis

Karakteristik	Ny. S	Ny. S
Sebelum	6 (Nyeri Sedang)	7 (Nyeri Berat)
Sesudah	2 (Nyeri Ringan)	4 (Nyeri Sedang)

Berdasarkan Tabel 5 didapatkan hasil skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat kayu manis pada kedua responden yaitu Ny. T dengan skala nyeri 6 (Nyeri Sedang) sedangkan pada Ny. S dengan skala nyeri 7 (Nyeri Berat). Kemudian dilakukan kompres hangat kayu manis sebanyak 4 kali selama satu minggu dengan durasi waktu 15-20 menit. Setelah dilakukan kompres hangat kayu manis diperoleh hasil skala nyeri pada Ny. T yaitu 2 (Nyeri Ringan) sedangkan pada Ny. S yaitu 4 (Nyeri Sedang).

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan hasil penerapan sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kompres hangat dengan kayu manis dalam upaya menurunkan skala nyeri pada *gout arthritis*. Berdasarkan hasil pengukuran skala nyeri yang dilakukan pada Ny. T dan Ny. S pada hari pertama sebelum penerapan kompres hangat kayu manis, tercatat skala nyeri Ny. T yaitu 6 (nyeri sedang) karena Ny. T setiap pagi selalu melakukan aktivitas ringan seperti jalan pagi di sekitar rumahnya, hal ini bisa menyebabkan nyeri terasa ringan dan nilai kadar asam urat Ny. T yaitu 10,2 mg/dl, sedangkan pada Ny. S yaitu dengan skala nyeri 7 (nyeri berat) karena terdapat cedera sendi pada area pergelangan kaki sebelah kiri sehingga skala nyeri yang dirasakan sangat berat dan nilai kadar asam urat Ny. T yaitu 10,6 mg/dl. Oleh karena itu, dalam bab ini peneliti akan melanjutkan pembahasan. Tujuan dari pembahasan ini adalah untuk menginterpretasikan data dari hasil peneliti sebelumnya yang berkaitan dengan judul penelitian dan kemudian akan membandingkan dengan peneliti sebelumnya yang terkait dengan judul yang sama.

Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis

Pengukuran skala nyeri yang dilakukan sebelum menggunakan kompres hangat kayu manis menunjukkan bahwa skala nyeri Ny. T yaitu 6 (nyeri sedang) sedangkan pada Ny. S yaitu 7 (nyeri berat) karena terdapat pembengkakan. Faktor yang memengaruhi skala nyeri pada Ny. T dan Ny. S adalah konsumsi makanan tinggi purin.

Hal ini sejalan dengan teori (Ummah, 2023)(Parwata et al., 2020). Peningkatan skala nyeri pada penderita *gout arthritis* disebabkan oleh konsumsi makanan tinggi purin yang menimbulkan rasa nyeri pada persendian dan *gout arthritis* dapat dipengaruhi oleh konsumsi purin yang berlebih. Kadar asam urat yang tinggi dapat menyebabkan kristal mengendap di jaringan lunak, terutama di sekitar sendi. Kristal di dalam jaringan dapat menyebabkan reaksi inflamasi karena pelepasan enzim dari sel darah putih, yang kemudian merusak jaringan dan menyebabkan pembengkakan, peradangan, dan rasa nyeri pada persendian.

Faktor makanan serta senyawa lain yang mengandung banyak purin dapat menyebabkan meningkatnya kadar asam urat pada penderita *gout arthritis*, sehingga memunculkan rasa nyeri pada persendian sebagai gejala dari asam urat. Senyawa purin bisa ditemukan dalam segala jenis makanan yang mengandung protein. Sangat sulit untuk menghindari semua jenis makanan sumber protein, diet yang rendah purin juga membatasi asupan lemak karena lemak cenderung menghalangi pengeluaran asam urat (Fitriani et al., 2021).

Asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh berdampak pada tingkat asam urat dalam darah. Makanan yang tinggi purin akan diubah menjadi asam urat. Kandungan purin yang paling tinggi biasanya terdapat pada jeroan dan makanan laut seperti cumi-cumi, kerang, kepiting. Makanan dengan kadar purin sedang dapat ditemukan pada berbagai jenis daging sapi, kacang-kacangan, buncis, bayam dan jamur. Sementara makanan yang memiliki kandungan purin rendah meliputi buah-buahan, sayuran, telur dan tempe (Ummah, 2023).

Berdasarkan hasil uraian di atas persepsi nyeri seseorang itu berbeda-beda, kondisi nyeri pada Ny. T yaitu 6 (nyeri sedang) faktor yang menyebabkan Ny. T mengalami nyeri

sedang karena setiap pagi selalu melakukan aktivitas ringan seperti jalan pagi di sekitar rumahnya, hal ini bisa menyebabkan nyeri terasa ringan. Dan kondisi nyeri Ny. S yaitu 7 (nyeri berat) karena terdapat pembengkakan pada area pergelangan kaki sebelah kiri sehingga skala nyeri yang dirasakan sangat berat. Faktor lain yang memengaruhi skala nyeri pada Ny. T dan Ny. S adalah konsumsi makanan tinggi purin. Penderita yang mengonsumsi makanan dengan kandungan tinggi purin maupun yang memiliki kandungan purin rendah jika dimakan setiap hari, dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat dalam tubuh. Akibatnya, akan terjadi penumpukan kristal di sendi yang dapat menimbulkan nyeri.

Hasil Pengukuran Skala Nyeri Setelah dilakukan Kompres Hangat Kayu Manis

Data pengukuran skala nyeri setelah penerapan kompres hangat kayu manis selama satu minggu dilakukan sebanyak 4 kali selama satu minggu dengan durasi waktu kompres antara 15-20 menit, menunjukkan penurunan skala nyeri pada Ny. T menjadi 2 (Nyeri Ringan) karena kondisi Ny. T ketika dilakukan kompres hangat kayu manis dalam keadaan rileks jadi skala nyeri yang dirasakan cepat berkurang sedangkan pada Ny. S menjadi 4 (Nyeri Sedang). Hasil dari penerapan ini terdapat adanya perubahan pada pengukuran skala nyeri sesudah dilakukan penerapan kompres hangat kayu manis. Hal ini menunjukkan bahwa kompres hangat kayu manis dapat menurunkan skala nyeri pada penderita *gout arthritis*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori (Efendi dan Meria, 2022), Kompres dengan air hangat menyebabkan pembuluh darah melebar, sehingga meningkatkan relaksasi otot, mengurangi rasa nyeri akibat spasme atau kekakuan serta memberikan kenyamanan. Menambahkan kayu manis ke dalam air hangat akan lebih membantu mengurangi rasa nyeri pada sendi, karena kayu manis memiliki sifat anti inflamasi yang berkontribusi pada proses pemulihan sendi. Hal ini didukung oleh bubuk kayu manis yang mengandung *sinnamealdehid*, yang dapat mengurangi peradangan. Minyak atsiri yang terdapat pada kulit kayu manis mengandung *eugenol*, yang memiliki rasa pedas dan panas sehingga dapat membantu membuka pori-pori kulit. Kandungan *sinnamealdehid* juga dapat menghambat *lipooxygenase* yang merupakan mediator dalam tubuh yang mengubah asam lemak bebas *arachidonic acid* menjadi *leukotrienes*. Dengan menurunnya kadar *leukotrienes*, proses peradangan menjadi berkurang.

Berdasarkan hasil uraian diatas, teori dan penelitian sebelumnya, penulis menyimpulkan bahwa senyawa minyak atsiri yang terkandung dalam kayu manis terutama *sinnamealdehid*, memiliki peran sebagai pengurang rasa nyeri dengan menurunkan sitokin yang berfungsi sebagai mediator dan pengatur peradangan yang dapat menyebabkan *gout arthritis*. Oleh karena itu, nyeri dapat berkurang dengan menggunakan kompres hangat kayu manis.

Perbandingan Hasil Akhir Antara Dua Responden

Hasil akhir perbandingan antara kedua responden skala nyeri Ny. T pada penerapan hari keempat menunjukkan bahwa skala nyeri yang awalnya 6 (Nyeri sedang) menurun menjadi 2 (Nyeri ringan). Sedangkan pada Ny. S dengan skala nyeri 7 (Nyeri berat) dan menurun menjadi 4 (Nyeri sedang). Perbandingan hasil akhir skala nyeri antara kedua responden adalah 2:4.

Berdasarkan hasil uraian di atas terlihat adanya perbandingan perubahan skala nyeri antara Ny. T dan Ny. S. Hasil pengukuran terakhir menunjukkan bahwa penurunan nyeri pada Ny. T lebih ringan daripada skala nyeri Ny. S.

Kadar asam urat yang tinggi dapat menyebabkan kristal mengendap di jaringan lunak, terutama di sekitar sendi. Kristal di dalam jaringan dapat menyebabkan reaksi inflamasi karena pelepasan enzim dari sel darah putih, yang kemudian merusak jaringan dan menyebabkan pembengkakan, peradangan, dan rasa nyeri pada persendian. Faktor makanan serta senyawa lain yang mengandung banyak purin dapat menyebabkan meningkatnya kadar asam urat pada

penderita *gout arthritis*, sehingga memunculkan rasa nyeri pada persendian sebagai gejala dari asam urat. Senyawa purin bisa ditemukan dalam segala jenis makanan yang mengandung protein. Sangat sulit untuk menghindari semua jenis makanan sumber protein, diet yang rendah purin juga membatasi asupan lemak karena lemak cenderung menghalangi pengeluaran asam urat (Fitriani *et al.*, 2021).

Asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh berdampak pada tingkat asam urat dalam darah. Makanan yang tinggi purin akan diubah menjadi asam urat. Kandungan purin yang paling tinggi biasanya terdapat pada jeroan dan makanan laut seperti cumi-cumi, kerang, kepiting. Makanan dengan kadar purin sedang dapat ditemukan pada berbagai jenis daging sapi, kacang-kacangan, buncis, bayam dan jamur. Sementara makanan yang memiliki kandungan purin rendah meliputi buah-buahan, sayuran, telur dan tempe (Ummah, 2023).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan kompres hangat kayu manis untuk mengurangi intensitas skala nyeri *gout arthritis* pada Ny.T dan Ny. S sebanyak 4 kali selama 6 hari, dapat disimpulkan sebagai berikut : Hasil pengukuran skala nyeri pada Ny.T sebelum dilakukan penerapan 6 (nyeri sedang) sedangkan pada Ny. S yaitu 7 (nyeri berat). Hasil pengukuran skala nyeri pada Ny.T sesudah dilakukan penerapan sebanyak 4 kali selama 6 hari berkurang menjadi 2 (nyeri ringan) sedangkan pada Ny. S menjadi 4 (nyeri sedang). Terdapat proses perkembangan pada skala nyeri selama dilakukan penerapan pada Ny.T dan Ny. S dengan rata-rata penurunan skala nyeri 3:4 poin. Terdapat perbandingan hasil akhir sebelum dan sesudah penerapan pada Ny.T mengalami penurunan skala nyeri sebanyak 4 poin menjadi nyeri ringan dan Ny. S sebanyak 3 poin menjadi nyeri sedang.

Saran Bagi Masyarakat: Hasil penerapan ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mereka yang menderita *gout arthritis*, terutama yang mengalami nyeri dapat menggunakan kompres hangat kayu manis sebagai terapi non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri. Bagi Institusi Pendidikan: Hasil dari penerapan ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan dalam penggunaan terapi non farmakologi, yaitu berupa terapi kompres hangat kayu manis untuk menurunkan nyeri pada penderita *gout arthritis* sehingga dapat menjadi pengobatan alternatif. Bagi Peneliti Selanjutnya: Hasil penerapan kompres hangat kayu manis dapat dikembangkan kembali dan menjadi sumber data informasi bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Antoni, A., Pebrianthy, L., Harahap, D. M., Suharto, S., & Pratama, M. Y. (2020). Pengaruh Penggunaan Kompres Kayu Manis terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Penderita Arthritis Gout di Wilayah Kerja Puskesmas Batunadua. *Jurnal Kesehatan Global*, 3(1), 26. <https://doi.org/10.33085/jkg.v3i1.4582>
- Di, A., Kerja, W., & Boyolali, P. (n.d.). *Gambaran manajemen kesehatan pada penderita gout arthritis di wilayah kerja puskesmas boyolali i. 1*.
- Efendi, K. & A. & Meria. (2022). Jurnal Kesehatan Saintika Meditory Jurnal Kesehatan Saintika Meditory. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 4(4657), 78–84.
- Effect, T. H. E., Cinnamon, O. F., Compress, W., Reducing, O. N., Pain, J., Of, S., & Kab, U. (2025). *IJCCS*, Vol.x, No.x, July xxxx, pp. 1~5. x, 118–124.
- Fitriani, R., Azzahri, L. M., Nurman, M., & Hamidi, M. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Usia Dewasa 35-49 Tahun. *Jurnal Ners*, 5(23), 20–27. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Handayani, N. P. D. K. (2021). *Skripsi Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Paska Operasi Sectio Caesarea Di Rsu Kertha Usada Buleleng : Studi Kasus*

Deskriptif.

- Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Ked. N. Med*, 5(3), 66–73.
- Jauhar, M., Ulisetiani, N., & Widiyati, S. (2022). Studi Literatur: Kompres Air Garam Epsom Hangat Menurunkan Nyeri Sendi Pada Klien Arthritis Gout. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 284–293. <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i1.1264>
- Lutfiani, A., & Baidhowy, A. S. (2022). Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Manajemen Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(2), 76. <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i2.9855>
- 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>
- Online, I. X. M., Herawati, L., & Faswita, W. (2025). JUPEMAS (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Edukasi Kesehatan tentang Pemberian Kompres Hangat Jahe terhadap Nyeri Sendi pada Penderita Gout Arthritis di Puskesmas Tanah Tinggi Kota Binjai. 1(1), 13–19.
- Parwata, N. M. R. N., Tasnim, T., Manggasa, D. D., Agusrianto, A., & Dala, D. K. (2020). Penerapan Kompres Kayu Manis (Cinnamomum Burmanni) terhadap Nyeri pada Asuhan Keperawatan Gerontik dengan Kasus Gout Arthritis. *Madago Nursing Journal*, 1(1), 11–15. <https://doi.org/10.33860/mnj.v1i1.268>
- Permatasari, J., Almasshabihah, J., Sihombing, G. S., Khairunisa, S., Juliandari, F., Yuriski, A., Yode, M., Tjhin, I., & Urat, A. (2024). Jurnal Dinamika Kesehatan Terpadu EDUKASI TEH HERBAL DAUN KELOR (MORINGA OLEIFERA L .) SEBAGAI PENGOBATAN ARTHRITIS GOUT BAGI MASYARAKAT DI Jurnal Dinamika Kesehatan Terpadu. 6(1), 1–9.
- Putri Puji Astuti1 , Dwi Widyastuti, B. (2022). Pengaruh aruh Kompres Hangat Kayu Manis terhadap erhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Pada Lansia : Literature Review. *Borneo Student Research*, 3(2), 1–13. journals.umkt.ac.id
- Rejeki, S. (2020). *Buku ajar Manajemen Nyeri (Non Farmaka) i BUKU AJAR MANAJEMEN NYERI (NON FARMAKA)*.
- RJ, I., Pailan, E. T., & Baharuddin, B. (2023). Risk Factor Analysis of Gout Arthritis. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 157–162. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.919>
- Romadhia, R. asmawati, Sidik, A. B., & Mujahidin, M. (2024). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Kayu Manis Terhadap Nyeri Sendi. *Jurnal Aisyiyah Medika*, 9(2), 372–383.
- Saragih, R. H., Lindarto, D., & Marpaung, B. (2023). *Kumpulan Makalah Ilmu Penyakit Dalam Dan Penyakit Tropik Infeksi*. 25.
- Septianingtyas, M. C. A., & Yolanda, M. (2021). Penerapan Kompres Hangat Kayu Manis Terhadap Penurunan Nyeri Penderita Gout Arthritis Di Desa Kwaron Kelurahan Karangdowo Klaten. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 5(1), 42–49.
- Ummah, M. S. (2019). No Title. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Widiyono, Aryani, A., & Sartagus, R. A. (2020). Pengaruh Rebusan Daun Salam terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia. In *Jurnal Perawat Indonesia* (Vol. 4, Issue 2).
- Wilda, L. O., & Panorama, B. (2020). Kompres Hangat Jahe Terhadap Perubahan Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Gout. *Journals of Ners Community*, 11(1), 28–34. <http://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/1043>



World Health Organization. (2020). Methods and Data Sources Global Burden Disease Estimate. 2000-2019