

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus dan pembahasan mengenai penerapan kompres hangat jahe merah pada pasien *arthritis gout* dengan masalah keperawatan nyeri akut, dapat disimpulkan bahwa proses asuhan keperawatan telah dilaksanakan sesuai tahapan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, penetapan diagnosis, penyusunan intervensi, implementasi, dan evaluasi.

1. Pengkajian keperawatan menunjukkan bahwa Ny. S mengalami keluhan utama berupa nyeri pada lutut kiri dan sendi jari kaki kiri dengan intensitas nyeri skala 6 (nyeri sedang) berdasarkan *Numeric Rating Scale* (NRS), disertai kekakuan sendi, gangguan mobilitas fisik, dan gangguan pola tidur. Pemeriksaan juga menunjukkan kadar asam urat sebesar 7,0 mg/dL, adanya tofus pada sendi metatarsofalangeal I kiri, serta beberapa faktor risiko seperti konsumsi makanan tinggi purin, kurangnya asupan cairan, kondisi *overweight*, riwayat keluarga hiperurisemia, dan kepatuhan pengobatan yang belum optimal.
2. Diagnosis keperawatan yang ditemukan meliputi Nyeri Akut, Gangguan Mobilitas Fisik, dan Gangguan Pola Tidur. Diagnosis prioritas yang menjadi fokus asuhan keperawatan adalah Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis akibat proses inflamasi pada *arthritis gout* karena merupakan masalah utama yang paling memengaruhi kenyamanan dan kemampuan aktivitas klien.
3. Intervensi keperawatan disusun mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), meliputi tindakan observasi, terapeutik, edukasi, dan evaluasi. Intervensi utama berupa pemberian kompres hangat jahe merah selama 15–20 menit, dua kali sehari selama tujuh hari, disertai pemantauan intensitas nyeri menggunakan NRS, penilaian kekakuan sendi menggunakan *Modified Ashworth Scale* (MAS), pemantauan kadar asam urat, serta edukasi mengenai diet rendah purin, peningkatan konsumsi air putih, aktivitas sesuai kemampuan, dan pencegahan kekambuhan *arthritis gout*.

4. Implementasi keperawatan dilaksanakan sesuai rencana selama tujuh hari berturut-turut. Selama pelaksanaan intervensi terjadi penurunan intensitas nyeri, kadar asam urat, dan kekakuan sendi secara bertahap. Pada hari keempat sempat terjadi peningkatan kadar asam urat dan intensitas nyeri akibat konsumsi makanan tinggi purin, namun kondisi kembali membaik setelah klien mematuhi edukasi yang diberikan dan intervensi tetap dilanjutkan. Modifikasi suhu kompres secara bertahap hingga 50°C sesuai toleransi klien juga memberikan sensasi hangat yang lebih optimal tanpa menimbulkan efek samping pada kulit maupun gangguan tanda-tanda vital.
5. Evaluasi keperawatan menunjukkan bahwa tujuan intervensi sebagian besar tercapai. Intensitas nyeri menurun dari skala 6 menjadi skala 2, kadar asam urat menurun dari 7,0 mg/dL menjadi 5,8 mg/dL, skor *Modified Ashworth Scale* (MAS) pada lutut kiri menurun dari 2 menjadi 1 dan pada sendi jari kaki kiri dari 1+ menjadi 1. Selain itu, ekspresi meringis berkurang, kemampuan berjalan dan aktivitas sehari-hari meningkat, serta tidak ditemukan efek samping selama pemberian kompres hangat jahe merah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat jahe merah sebagai terapi nonfarmakologis dapat membantu menurunkan nyeri, mengurangi kekakuan sendi, meningkatkan kenyamanan, dan memperbaiki kemampuan mobilisasi pada pasien *arthritis gout* apabila disertai kepatuhan terhadap diet rendah purin, modifikasi gaya hidup, dan edukasi kesehatan yang berkesinambungan.

B. Saran

Berdasarkan hasil studi kasus dan keterbatasan yang ditemukan selama intervensi, peneliti merumuskan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat nyata bagi berbagai pihak sebagai berikut:

1. Bagi Masyarakat

Masyarakat, khususnya penderita *arthritis gout* dan keluarganya, disarankan untuk memanfaatkan informasi dalam studi ini sebagai panduan mandiri untuk mengontrol nyeri sendi. Diharapkan masyarakat dapat menerapkan terapi

nonfarmakologis kompres hangat jahe merah dengan suhu hangat yang optimal di rumah, sekaligus tetap menjaga komitmen dalam membatasi makanan tinggi purin (seperti jeroan dan seafood) serta meningkatkan asupan air putih guna mencegah kekambuhan penyakit.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Institusi pendidikan dan praktisi keperawatan disarankan untuk menjadikan hasil studi ini sebagai tambahan referensi ilmiah terkait intervensi keperawatan berbasis bukti (evidence-based nursing). Pengembangan ilmu keperawatan diharapkan dapat terus mengeksplorasi terapi kompres hangat jahe merah sebagai salah satu tindakan mandiri perawat yang aman, efektif, dan aplikatif untuk mengatasi masalah nyeri akut serta kekakuan sendi pada gangguan sistem muskuloskeletal.

3. Bagi Penulis

Pengalaman berharga dalam mengimplementasikan langsung terapi kompres hangat jahe merah dengan teknik kenaikan suhu bertahap, diharapkan dapat terus diaplikasikan oleh penulis dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif di masa depan. Penulis juga disarankan untuk terus memperdalam kepekaan klinis, terutama dalam memonitor variasi respons terapi pasien, stabilitas tanda-tanda vital, dan edukasi manajemen nutrisi yang ketat selama proses intervensi dilakukan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Mengingat adanya keterbatasan fluktuasi suhu waslap manual dan jumlah responden tunggal dalam studi ini, peneliti selanjutnya disarankan untuk:

- a. Menambah jumlah responden dan menggunakan kelompok kontrol agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas.
- b. Memantau kepatuhan diet rendah purin secara lebih ketat selama periode intervensi untuk meminimalkan faktor perancu yang dapat memengaruhi kadar asam urat dan nyeri sendi.
- c. Melakukan skrining neuropati perifer sebelum intervensi sehingga sensitivitas responden terhadap terapi panas dapat diketahui dan suhu kompres dapat disesuaikan secara aman serta optimal.