

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini penelitian akan menguraikan kesimpulan dan saran yang diperoleh dari pelaksanaan tindakan keperawatan kompres serai hangat dalam mengurangi nyeri kronis pada lansia *Gout Arthritis* di Dsn.Tempuran, Ds.Ngingasrembyong, Kec.Sooko, Kab.Mojokerto.

5.1 Kesimpulan

1. Asuhan keperawatan pada lansia *Gout Arthritis* dengan masalah nyeri kronis dinyatakan berhasil dilakukan. Seluruh tahapan asuhan keperawatan mulai dari pengkajian, penegakan diagnosis, perencanaan, implementasi, hingga evaluasi dilaksanakan secara sistematis dan sesuai standar. Hasil pengkajian menunjukkan nyeri yang muncul pada area lutut yang menjalar ke bawah kaki, dipicu oleh kegiatan yang berat dan berlebihan diikuti dengan hasil lab bahwa asam urat yang tinggi di atas nilai normal. Diagnosis nyeri kronis ditegakkan berdasarkan data subjektif dan objektif Pasien, seluruh intervensi yang direncanakan dapat diimplementasikan dengan baik. Pasien menunjukkan pemahaman yang baik terhadap kondisi yang dialami dan terlibat aktif dalam proses perawatan.
2. Penerapan intervensi kompres serai hangat yang dilakukan sebanyak dua kali sehari selama 20 menit selama tiga hari dinyatakan berhasil. Hal ini dibuktikan dengan adanya penurunan bertahap skala nyeri dari 5 menjadi 2, penurunan hasil lab asam urat dari 8,3 mg/dl menjadi 6,8 mg/dl. Selain itu, respons nonverbal Pasien terhadap nyeri juga menunjukkan perbaikan yang bertahap. Keberhasilan ini diperkuat oleh pemberian obat *alpurinol* dan *kaditac* pada hari kedua setelah dilakukan intervensi kompres serai hangat, serta pemahaman Pasien terhadap pemicu aktivitas yang berat dan berlebihan serta pentingnya manajemen aktivitas dalam sehari-hari untuk mencegah kekambuhan nyeri. Pasien juga menunjukkan sikap kooperatif dan mampu melakukan perawatan secara mandiri bersama keluarga.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka saranyang dapat diperoleh adalah sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Responden

Diharapkan responden (lansia dengan *Gout Arthritis*) bisa mengelola nyeri secara mandiri dengan menerapkan terapi kompres serai hangat sesuai prosedur yang telah diajarkan oleh perawat. Intervensi ini sebaiknya dilakukan secara rutin dua kali sehari selama 20 menit, karena terbukti membantu mengurangi nyeri secara bertahap. Selain itu, responden juga perlu menerapkan pola hidup sehat, seperti mengatur pola makan rendah garam, berolahraga ringan secara teratur, dan melakukan pemeriksaan lab asam urat secara berkala. Yang tidak kalah penting, aktivitas berat dan berlebihan sebagai salah satu faktor pemicu nyeri perlu dikelola dengan baik, karena stress dapat memicu lonjakan asam urat dan memperparah nyeri. Responden disarankan untuk mengikuti kegiatan relaksasi seperti pernapasan dalam, mendengarkan musik tenang.

5.2.2 Bagi Keluarga Responden

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan penuh dalam pelaksanaan terapi kompres serai hangat dirumah, dengan memastikan bahwa intervensi dilakukan sesuai prosedur yang benar, dan bahan yang digunakan aman bagi kulit lansia. Konsistensi dalam penerapan intervensi sangat memengaruhi keberhasilan penurunan nyeri. Selain itu dukungan fisik, dukungan emosional dari keluarga juga sangat penting. Keluarga perlu membantu menciptakan lingkungan yang tenang dan nyaman, serta mendorong lansia untuk mengelola aktivitas sehari-hari. Mengingat aktivitas berat dan berlebihan merupakan pencetus utama nyeri yang hilang timbul, keluarga sebaiknya turut membantu memantau aktivitas lansia dan memberikan dukungan terhadap aktivitas yang dilakukan oleh lansia agar nyeri tidak mudah kambuh. Dengan demikian, keluarga menjadi bagian penting dalam keberhasilan asuhan keperawatan secara menyeluruh.

5.2.3 Bagi Tempat Penelitian

Disarankan agar penelitian dapat menyediakan lebih banyak program Pendidikan masyarakat, terutama berfokus pada *Gout Arthritis* dan penanganan nyeri yang dirasakan oleh lansia dengan *Gout Arthritis* kepada lansai dan

keluarganya. Program ini bisa meliputi penyuluhan tentang pentingnya pengendalian *Gout Arthritis* dengan menggunakan Teknik nonfarmakologi dalam mengurangi nyeri, salah satunya dengan kompres serai hangat, serta prosedur yang benar dalam melakukan kompres serai hangat dirumah. Hal ini akan memperkuat pengetahuan dan pemahaman masyarakat dan keluarga dalam merawat lansia hipertensi dirumah.

5.2.4 Bagi Tenaga Kesehatan (Perawat)

Perawat diharapkan dapat memberikan edukasi secara berkala kepada lansia dengan *Gout Arthritis* dan keluarganya mengenai Teknik kompres serai hangat dan manfaatnya dalam mengurangi nyeri lutut yang menjalar ke bawah kaki. Edukasi ini dapat dilakukan melalui posyandu lansia atau konsultasi individual agar masyarakat memahami cara yang tepat dan aman dalam melaksanakan intervensi ini. Perawat juga perlu melakukan pendampingan secara rutin untuk memastikan bahwa intervensi kompres serai hangat dilakukan dengan benar dan efektif. Yang tidak kalah penting, perawat juga perlu memperhatikan faktor pencetus dan pemicu nyeri, salah satunya yaitu aktivitas yang berat dan berlebihan. Aktivitas yang berat dan berlebihan bisa memicu peningkatan asam urat dan memperburuk persepsi nyeri, sehingga menyebabkan nyeri bersifat hilang timbul meskipun intervensi fisik telah diberikan. Oleh karena itu, pengelolaan aktivitas sehari-hari bagian dari rencana asuhan keperawatan, misalnya melalui pendekatan psikososial, Teknik relaksasi, konseling sederhana, serta peningkatan dukungan keluarga agar nyeri tidak muncul kembali.

5.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas sampel penelitian dengan melibatkan lebih banyak responden. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan data yang lebih akurat mengenai efektifitas kompres serai hangat dalam mengurangi nyeri kronis pada lansia dengan *Gout Arthritis*, serta mengetahui apakah hasil penelitian ini dapat diterapkan di wilayah lain dengan karakteristik yang berbeda. Diharapkan mempertimbangkan juga faktor pemicu nyeri, khususnya aktivitas yang berat dan berlebihan dapat meningkatkan asam urat dan memperburuk rasa nyeri. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk mengembangkan dan membandingkan metode kompres serai hangat dengan Teknik non farmakologis lainnya, seperti akupresur,

aromaterapi, atau terapi music dalam mengelola nyeri kronis pada lansia *Gout Arthritis*. Dengan demikian, dapat diketahui metode mana yang lebih efektif dan memberikan hasil terbaik dalam mengurangi nyeri pada lansia *Gout Arthritis*.

