

Efektivitas Kompres Hangat Jahe Merah terhadap Penurunan Skala Nyeri *Arthritis Gout* pada Lanjut Usia

Sifra Dosmaria Sihotang^{1*}, Nurfitriani², Dwi Yunita³, Dwi Kartika⁴
^{1,2,3,4} Program Studi Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners, STIKes Baiturrahim
Jl. Prof M Yamin SH No.30 Lebak Bandung, 36135, Jambi, Indonesia
*Email Korespondensi: Sifrasihotang309@gmail.com

Submitted : 19/08/2023

Accepted: 18/02/2024

Published: 25/03/2024

Abstract

Gout arthritis is a disease that arises due to an increase in uric acid levels in the blood that exceed the threshold. Putri Ayu Health Center ranks first of the 20 puskesmas with the highest gout cases. The study aimed to determine the effectiveness of warm compress of red ginger on reducing the scale of gouty arthritis pain of senior citizens in the Working Area of the Putri Ayu Health Center Jambi City. Pre-Experiment research method with One Group Pre-Post Test design. Data collection techniques through interviews and pain scale measurements. The total population is 405 people, with a sample of 15 respondents. The analysis of this study was univariate and bivariate with paired t-tests. The results of this study obtained a pain scale before a warm compress of red ginger averaged 5.00 and after being given an average of 3.20, with a difference of 1.80. The effect of the effectiveness of warm compresses of red ginger on reducing the scale of gouty arthritis pain in senior citizens in the Working Area of the Putri Ayu Health Center Jambi City with a p-value of 0.001. It is expected that warm compresses of red ginger can be one of non-pharmacological therapies that can be used to reduce the scale of gouty arthritis pain in senior citizens.

Keywords: *gout, pain scale, red ginger compress, senior citizens*

Abstrak

*Arthritis gout adalah penyakit yang muncul karena peningkatan kadar asam urat dalam darah yang melebihi ambang batas. Puskesmas Putri Ayu urutan pertama dari 20 puskesmas yang jumlah kasus asam urat terbanyak. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektivitas kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. Metode penelitian Pre-Eksperimen dengan desain One Group Pre-Post Test. Teknik pengambilan data melalui wawancara dan pengukuran skala nyeri. Jumlah Populasi 405 orang, dengan sampel 15 responden. Analisis penelitian ini univariat dan bivariat dengan uji *paired t test*. Hasil Penelitian ini didapatkan skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah rata-rata 5.00, dan sesudah diberikan rata-rata 3.20, dengan selisih 1.80. Adanya pengaruh efektivitas kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi dengan *p-value* 0,001. Diharapkan kompres hangat jahe merah dapat menjadi salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout pada lansia.*

Kata Kunci: asam urat, kompres jahe merah, lansia, skala nyeri

PENDAHULUAN

Arthritis gout adalah penyakit yang muncul karena peningkatan kadar asam urat dalam darah yang melebihi ambang batas.

Arthritis gout ini kemudian menumpuk dalam ruang sendi dan menyebabkan gangguan pada struktur sendi (Soeroso & Algristian, 2013). Arthritis gout dapat mengenai semua persendian, namun paling

sering mengenai telapak kaki, khususnya ibu jari, pergelangan kaki, dan telapak kaki bagian tengah (Saputra, 2014).

Menurut WHO (2017), penyakit arthritis gout terjadi sebesar 34,2%. Prevalensi arthritis gout di Negara Amerika sebesar 26,3% dari total penduduk (Kumar & Rini, 2016). Prevalensi arthritis gout di Indonesia mencapai sekitar 7,3%, kebanyakan penderita yang mengalami arthritis gout berdasarkan usia terbesar yaitu usia lanjut 75 tahun (18,95%). Sedangkan berdasarkan jenis kelamin prevalensi penderita dikalangan wanita lebih besar (8,64%) dibandingkan dengan penderita dikalangan laki-laki (6,13%). Arthritis gout ini juga paling banyak terjadi di Provinsi Aceh dengan prevalensi (13,26%), sedangkan di Provinsi Jambi arthritis gout terjadi sebesar (8,67%) (Risksdas, 2018).

Lansia (lanjut usia) adalah kelompok manusia yang berusia 60 tahun (Sya'diyah, 2018). Seiring bertambahnya usia, kondisi kesehatan seseorang semakin menurun, sehingga rentan mengalami penyakit. Penyakit degeneratif yang dialami oleh lansia salah satunya yaitu radang sendi (Mardiah dkk, 2021)

Menurut LeMon dkk (2016), nyeri arthritis gout dapat diatasi dengan tindakan farmakologis dan non farmakologi. Tindakan yang dilakukan secara farmakologis memberikan obat analgesik seperti obat anti radang serta nonsteroid (OAINS) sebagai penurun nyeri, sedangkan terapi secara nonfarmakologi yaitu dengan kompres hangat jahe merah.

Kompres dengan menggunakan jahe merah bisa mengurangi nyeri karena jahe merah memiliki sifat pedas, pahit dan aromatic dari oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shogaol. Adapun efek kompres hangat jahe merah yaitu respon tubuh terhadap panas yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan. Pemberian kompres hangat jahe merah dapat memperbaiki sirkulasi darah

dalam tubuh, dan mengurangi rasa nyeri (Prakastiwi, 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Pre-Eksperimen* dengan desain *One Group Pre-Post Test*, yang dilakukan pada 3-6 Juni 2023 di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. Teknik pengambilan data dengan wawancara dan pengukuran skala nyeri menggunakan skala numerik. Jumlah Populasi penelitian ini yaitu 405 responden, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sebanyak 15 responden. Analisis penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *paired t test*.

HASIL

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian tentang karakteristik responden yang terdiri dari jenis kelamin, usia, pendidikan, dan pekerjaan sebagai berikut:

Tabel.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik	F	Presentase
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	5	33,3%
Perempuan	10	66,7%
Usia		
45-59 tahun	4	26,7%
60-74 tahun	8	53,3%
75-90 tahun	3	20,0%
Pendidikan		
Tidak Sekolah	5	33,3%
SD	3	20,0%
SMP	3	20,0%
SMA	2	13,3%
Sarjana	2	13,3%
Pekerjaan		
Bekerja	4	26,7%
Tidak Bekerja	11	73,3%

Berdasarkan Tabel 1 dapat dijelaskan bahwa dari 15 responden lebih dari setengah responden (66,7%) berjenis kelamin perempuan, lebih dari setengah (53,3%) responden berusia 60-74 tahun, sebagian

besar (33,3%) responden tidak sekolah, dan sebagian lebih dari setengah (73,3%) responden tidak bekerja.

Analisis Univariat

Tabel. 2 Distribusi skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat jahe merah

NO	Responden	Pre Test	Post Test	Selisih
1	Tn Z	5	2	3
2	Ny L	4	1	3
3	Ny S	3	2	1
4	Tn M	4	2	2
5	Ny R	4	3	1
6	Ny M	7	5	2
7	Tn D	5	3	2
8	Ny S	6	3	3
9	Ny N	7	5	2
10	Tn H	6	5	1
11	Tn R	4	3	1
12	Ny R	6	4	2
13	Ny T	4	3	1
14	Ny E	5	4	1
15	Ny L	5	3	2
Rata-Rata		5.00	3.20	1.80

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui rata-rata skala sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah yaitu 5,00 dengan skala tertinggi yaitu skala 7 dan skala terendah yaitu skala ringan 3, sedangkan setelah dilakukan kompres hangat jahe merah nilai rata-rata menjadi 3,20 dan selisih 1,80 sehingga terdapat penurunan skala sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah.

Analisis Bivariat

Tabel.3 Efektivitas Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia

N	Variabel	Mean	SD	SE	P-Value	N
1	(Pre Test)	5.00	1.19	.30	0,001	15
2	(Post-Test)	3.20	1.20	.31		

Berdasarkan tabel 3, didapatkan hasil statistic *Paired T-test* yaitu *p-value* = 0,001 < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa secara statistik adanya Pengaruh Efektivitas Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan

Skala Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dijelaskan bahwa nilai rata-rata skala nyeri arthritis gout sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah adalah 5,00, dengan Skala berat 7 dengan jumlah 2 responden dan skala terendah yaitu skala ringan 3 dengan jumlah 1 responden.

Penelitian yang dilakukan Sundari dkk (2019), dengan Judul Efektivitas Kompres Jahe Terhadap Perubahan Skala Nyeri Sendi Asam Urat (Gout) Pada Lansia Di Upt Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan menunjukkan bahwa dari total 21 responden sebelum dilakukan tindakan kompres hangat memakai tumbukan jahe di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan memiliki rata-rata skala nyeri sebesar 6,14 (nyeri sedang) dengan skala nyeri tertinggi sebesar 8 (nyeri berat terkontrol) dan skala nyeri terkecil sebesar 4 (nyeri sedang).

Menurut Wiarto (2017), nyeri didefinisikan sebagai pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat adanya kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial yang digambarkan dalam bentuk kerusakan tersebut. Dampak nyeri arthritis gout yang dapat ditimbulkan berupa menurunnya kualitas hidup penderita karena nyeri yang sangat mengganggu aktivitas sehari-hari.

Manajemen nyeri dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu: manajemen secara farmakologi dan non farmakologi. Manajemen nyeri non-farmakologi adalah upaya-upaya yang dilakukan untuk mengatasi atau menghilangkan nyeri dengan pendekatan tanpa menggunakan obat-obatan. Tindakan non farmakologi dapat digunakan sebagai pelengkap dalam pemberian analgesik, tetapi tindakan non farmakologi tidak ditunjukkan sebagai pengganti analgesik.

Terdapat beberapa jenis tindakan non farmakologi antara lain: teknik relaksasi, distraksi, guided imagery, massage (pijitan), TENS, akupuntur, terapi musik, dan hypnosis (Nurhanifah dan Sari, 2022).

Berdasarkan tabel 2 juga dijelaskan bahwa nilai rata-rata skala nyeri arthritis gout sesudah dilakukan kompres hangat jahe merah yaitu 3,20 dengan skala tertinggi skala 5 (nyeri sedang) sebanyak 3 responden, dan skala terendah adalah skala 1 (skala ringan) sebanyak 1 responden.

Penelitian ini juga sama dengan penelitian Amalia & Fatoni (2019), dengan judul Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Lansia Dengan Arthritis Gout (Studi Di Dusun Plandi Jombang), menunjukkan bahwa hampir dari setengahnya responden lansia yang telah diberikan terapi kompres jahe di Dusun Plandi Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang sesudah dilakukan terapi kompres jahe mengalami tingkat nyeri ringan yaitu sebanyak 11 responden (44.00%).

Kompres dengan menggunakan jahe merah bisa mengurangi nyeri karena jahe merah memiliki sifat pedas, pahit dan aromatic dari oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shogaol. Oleoresin yang terkandung dalam jahe memiliki potensi anti-inflamasi dan antioksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak yang tidak mudah menguap pada jahe berfungsi sebagai faktor yang dapat meningkatkan permeabilitas, oleoresin dapat menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga ke sirkulasi perifer (Fatmawati & Ariyanto, 2021). Adapun efek kompres hangat jahe merah yaitu respon tubuh terhadap panas yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan. Pemberian kompres hangat jahe merah dapat memperbaiki sirkulasi darah dalam tubuh, dan mengurangi rasa nyeri (Prakastiwi, 2021).

Sehingga asumsi peneliti dapat disimpulkan bahwa jahe merah dapat mengurangai tingkat nyeri asam urat karena

jahe merah memiliki kandungan Oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shogaol, dimana kandungan ini yang membuat jahe merah memiliki sifat pedas, panas dan memiliki sifat antiradang yang dapat memperlebar pembuluh darah.

Analisis Bivariat

Hasil analisis dengan menggunakan uji paired t test pada tabel 3, menunjukkan bahwa skala nyeri arthritis gout sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat jahe merah, dimana rata-rata sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah adalah 5.00, dengan standar deviasi 1.195 dan standar eror 0,30. Sedangkan sesudah dilakukan kompres hangat jahe merah rata-rata skala nyeri adalah 3.20, dengan standar devisiasi 1.207, dan standar error 0,312. Hasil statistic Pareid T-test di dapatkan p-value = 0,001 < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa secara statistik adanya Pengaruh Efektivitas Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi.

Hasil penelitian ini di dukung dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh penelitian Darmawansyah dan Rochmani (2022), dengan judul Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Asam Urat pada Lansia Di Rw 004 Desa Rawa Bokor Kota Tangerang. Diketahui hasil nilai Z pada variabel pre-post tingkat nyeri sendi asam urat adalah -16,248 dengan p value Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar .000 < 0.05 maka dapat disimpulkan “Ada Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Asam Urat Pada Lansia Di Rw 004 Desa Rawa Bokor Kota Tangerang”.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan Anita dkk (2020), dengan judul Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah (*Zinger Officinale Roscoe Var Rubrum*) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2020. Disimpulkan bahwa

ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skalabnyeri pada penderita gout arthritisuhal ini ditunjukkan dengan p -value $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak.

SIMPULAN

Terdapat Pengaruh Efektivitas Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi dengan hasil uji statistik Paired T-test p -value $= 0,001 < 0,05$.

SARAN

Diharapkan kompres hangat jahe merah ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi dan sebagai salah satu intervensi keperawatan secara non farmakologi yang dapat diterapkan untuk menurunkan skala nyeri arthritis gout pada lansia

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, W., & Fatoni, I. 2019. Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Lansia Dengan Arthritis Gout (Studi di Dusun Plandi Jombang). *Sentanni Nursing Journal* 2(2), 54-61.
- Anita, A., Astanta, J., Lafau, B. O., & Nababan, T. (2020). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memkai ParutJurnal penelitian yang dilakukan oleh Anita et al (2020)Jahe Merah (Zinger Officinale Roscoe Var Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Meda. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 99–104.
- Darmawansyah, S., & Rochmani, S. (2022). Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Nyeri Asam Urat Pada Lansia Di RW 004 Kampung Rawabokor Kota Tangerang Tahun 2021. *Nusantara Hasana Journal*, 2(1), 157–166.
- Herliana, E. (2013). Penyakit Asam Urat Kandas Berkat Herbal. FMedia (Imprint AgroMedia Pustaka).
- KemenKes. (2018). Laporan Nasional RISK ESDAS 2018.
- LeMon, P., Burke, K. M., & Bauldoff, G. (2016). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Muskuloskeletal Diagnosis Keperawatan Nanda Pilihan NIC & NOC. Binarupa Aksara Publisher.
- Mardiah, Jumiono, A., & Kaniawati, R. (2021). Makanan Lansia Berbasis Tepung Labu Parang (Cucurbita Mosvhata D.). Lakeisha.
- Nurhanifah, D., & Sari, R. 2022. Manajemen Nyeri Non Farmakologi. UrbanGreen.
- Prakastiwi, D. M. (2021). Benarkah Jahe Merah Berkhasiat? *Elementa Agro Lestari*.
- Saputra, L. (2014). Visual Nursing Muskuloskeletal Orga system. Binarupa Aksara Publisher.
- Soeroso, J., & Algristian, H. (2013). Asam Urat. Penerba Swadaya Grup.
- Sowwam, M., Sudaryanto., Widayastuti, L.(2022). Efektivitas Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Asam Urat Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*.
- Sundari, Y. A., Wahyuni, N. S., & Nurhidayat, S. (2019). Efektivitas Kompres Jahe Terhadap Perubahan Skala Nyeri Sendi Asam Urat (Gout) Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan. *Prosiding 1st Seminar Nasional Dan Call for Paper Arah Kebijakan Dan Optimalisasi Tenaga Kesehatan Menghadapi Revolusi Industri*, 128–134.
- Sya'diyah, H. (2018). Keperawatan Lanjut Usia Teori Dan Aplikasi. Indomedia Pustaka.
- Wiarso, G. (2017). Nyeri Tulang dan Sendi. Gosyen Publishing.

Fatmawati, T. Y., & Ariyanto, A. (2021).
Efektifitas Terapi Kompres Jahe dan
Kompres Serai Hangat untuk
Menurunkan Intensitas Nyeri Arthritis
Rheumatoid pada Lanjut Usia. *Jurnal
Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1),
1.
<https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.218>.