



## THE EFFECT OF WARM COMPRESSES OF RED GINGER ON REDUCING PAIN IN RHEUMATOID ARTHRITIS

Nur Isriani Najamuddin<sup>1</sup>, Iis Ismayanti<sup>2</sup>, Andan Firmansyah<sup>3</sup>, Elis Noviati<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Department of Nursing, STIKES Bina Generasi Polewali Mandar

<sup>2,3,4</sup>Department of Nursing, STIKes Muhammadiyah Ciamis

[ismayantii866@gmail.com](mailto:ismayantii866@gmail.com)

---

### Keywords:

*Pain, Rheumatoid Arthritis, warm compresses of red ginger*

### ABSTRACT

**Introduction :** Pain is one of the physiological problems that can be found in Rheumatoid Arthritis patients. An effort that can be made to solve the problem is a warm compress of red ginger. **Methods :** This study uses a case study design with a nursing care approach or the implementation of evidence-based practice that focuses on nursing innovation. This research was carried out in Cikanyere Hamlet RT/003 RW/014 Gegempalan Village, the working area of the UPTD Cikoneng Health Center on May 25-28, 2022. Participants in this study were one family with a family member who experienced pain, namely Mrs.K aged 67 years, with complaints of pain in the right knee joint. Data collection techniques in this study include interviews, observations, physical examinations and documentation studies. **Results :** The client said there was an effect of warm ginger compresses on the pain he felt, with the results of the pain scale before being given the intervention of warm compresses of red ginger by 4 (1-10) with indications of moderate pain, and after being given the intervention of warm compresses of red ginger by 2 (1-10) with indications of mild pain. **Discussion :** Giving of warm compresses of red ginger is effective in lowering pain in clients with Rheumatoid Arthritis, this intervention can be done independently by the client.

---

### PENDAHULUAN

*Rheumatoid Arthritis* merupakan penyakit inflamasi yang bersifat kronik biasanya menyebabkan peradangan pada persendian dan secara klinis biasanya ditandai dengan nyeri pada sendi tangan dan kaki disertai dengan kekakuan, pembengkakan sendi, kemerahan, mobilitas dan fungsi dari banyak sendi terganggu dan gejala lainnya (Jambi, 2019).

Penyakit ini diawali dengan kekakuan sendi yang dapat menyebabkan kelumpuhan permanen, penyakit ini dapat menimpa siapa saja baik laki-laki maupun perempuan (Yanti et al., 2019). Dengan demikian, harus mendapat perhatian khusus karena penyakit ini merupakan kelainan sendi yang mengganggu aktivitas sehari-hari penderitanya (Desmonika et al., 2022). Meskipun penyakit ini tidak menular dan tidak menyebabkan kematian, namun dapat menimbulkan masalah medis seperti nyeri, masalah psikologis yang

berhubungan dengan rasa sakit, kecemasan, kesulitan tidur dan gelisah yang disebabkan oleh rasa nyeri yang dirasakan, serta akan mengganggu dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar (Eka sari Diah Jerita, 2021).

Menurut data World Health Organization (WHO) menuturkan angka penderita *Rheumatoid Arthritis* tahun 2016 mencapai 355 juta orang, yang artinya dari 1 dari 6 orang menderita penyakit sendi atau *Rheumatoid Arthritis*. Diperkirakan akan mengalami peningkatan pada tahun 2025 sebanyak 25% dengan indikasi akan mengalami kelumpuhan (Syamsuddin & Zulkifli, 2021).

Di Indonesia prevalensi pengidap *Rheumatoid Arthritis* tahun 2018 menurut Hasil badan penelitian dan pengembangan Kesehatan kementerian Kesehatan RI (2018) mencapai 7,30%, lebih rendah dibandingkan dengan tahun 2013 dengan angka 24,7%. Penurunan angka prevalensi ini diperkirakan karena adanya perilaku masyarakat yang sudah lebih baik dari sebelumnya, seperti berolahraga, kepatuhan dalam berobat atau menggunakan layanan kesehatan dan mengatur pola makan namun dalam hal ini perlu dianalisis lebih lanjut (Andri et al., 2020). Karena tidak semua provinsi mengalami penurunan prevalensi penyakit *Rheumatoid Arthritis* seperti di Nusa Tenggara Timur (33,1%), diikuti Jawa Barat (32,1%), dan Bali (30%).

Di Provinsi Jawa Barat, kasus *Rheumatoid Arthritis* mencapai angka 32,1% dengan Prevalensi *Rheumatoid Arthritis* menurut klasifikasi usia, sebesar 45% pada klasifikasi 55-64 tahun dan sebesar 51,9% pada klasifikasi 65-74 tahun, hal tersebut dijelaskan pada hasil riskesdas tahun 2018 dalam Kodariah, (2022).

Menurut laporan yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis tahun 2019 menyatakan bahwa dalam data 10 besar penyakit di seluruh puskesmas kabupaten ciamis, kasus penyakit *Rheumatoid Arthritis* mencapai angka 456 orang. Sama halnya dengan data puskesmas kecamatan cikoneng tahun 2022 menyatakan sebanyak 298 orang mengalami penyakit *Rheumatoid Arthritis*.

Masalah yang biasanya terjadi pada penderita *Rheumatoid Arthritis* yaitu nyeri. Nyeri sendiri merupakan pengalaman individu yang multidimensi, sensor yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan yang berkaitan

dengan kerusakan jaringan yang telah rusak atau yang mempunyai potensi untuk rusak (Merdekawati et al., 2019). Nyeri yang tidak kunjung reda dapat mempengaruhi pada ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Beberapa tanda nyeri yang biasanya dirasakan klien diantaranya Klien sering kali meringis, mengerutkan dahi, menggigit bibir, dan gelisah. Manajemen dan penanganan nyeri pada *Rheumatoid Arthritis* mempunyai beberapa tindakan atau prosedur yaitu yang pertama secara farmakologis yang biasanya dikaitkan dengan kepatuhan dalam mengkonsumsi obat-obatan seperti analgetik, opioid, dan anti inflamasi non steroid (NSAID), kemudian yang kedua penanganan nyeri secara non farmakologis (Eka sari Diah Jerita, 2021).

Pengobatan non farmakologis atau terapi alternatif yaitu suatu terapi yang dipilih sebagai pengganti terhadap obat atau bahan kimia lainnya dan biasanya menggunakan herbal ataupun latihan fisik. Terapi non farmakologi yang banyak dijumpai dan dapat dilakukan dirumah yang merupakan salah satu usaha dalam pencegahan preventif di rumah dengan tujuan untuk mengurangi atau menghilangkan nyeri, salah satunya yaitu dengan kompres hangat (Dramawan et al., 2022).

Kompres hangat ialah tindakan yang dilakukan dengan memberikan cairan dengan suhu yang hangat atau panas pada daerah tertentu. Suhu panas diketahui dapat meminimalisir kekakuan otot. Setelah otot rileks, rasa nyeri pun akan berangsur mereda dan berkurang, tujuannya adalah untuk memberikan kenyamanan dan meredakan nyeri yang dirasakan oleh klien. Tindakan yang dilakukan ini tidak membutuhkan biaya yang banyak dan tidak menimbulkan resiko bagi klien (Rahmawati & Kusnul, 2021). Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk kompres hangat diantaranya dapat menggunakan buli-buli dengan bahan karet yang mempunyai kelebihan dapat menyimpan suhu air yang panas atau hangat lebih lama, dengan kain, kemudian dengan botol yang diisi dengan air hangat atau panas, dan terakhir yaitu dapat menggunakan bahan-bahan alami yang mempunyai kandungan dapat menambah rasa hangat dan relaksasi. Bahan alami yang dapat digunakan dalam kompres hangat dalam mengurangi nyeri sendi salah satunya yaitu dengan rimpang jahe merah (Sunarti, 2018).

Jahe merah (*Zingiber Officinale* (L) Rosc) sendiri mempunyai manfaat yang beragam, antara lain sebagai rempah, minyak atsiri, pemberi aroma pada berbagai bahan produksi seperti makanan dan minuman dan bahan kosmetik dan obat-obatan, ataupun sebagai obat herbal alternatif. Secara tradisional, manfaat dan khasiat jahe merah ini dapat membantu mengobati beberapa penyakit seperti *Rheumatoid Arthritis*, asma, stroke, diabetes mellitus, nyeri pada otot, tenggorokan, kram pada persendian, tekanan darah tinggi, perut melilit, hipertermi dan infeksi (Octa & Febrina, 2020). Beberapa komponen kimia yang terdapat dalam jahe merah antara lain gingerol, shogaol, paradol dan zingerone memberi efek farmakologi dan fisiologi seperti analgesic, antiinflamasi, antikarsinogenik, antioksidan, (Syapitri, 2018).

Dalam Jahe merah terkandung 19 zat bio-aktif yang berguna bagi tubuh. Salah satu zat dan kandungan yang terdapat pada jahe merah yaitu gingerol yang menghasilkan esensi rasa pedas dan panas mempunyai khasiat sebagai antihelmintik yang berguna dalam membasmi beberapa jenis cacing penyebab infeksi, anti rematik, dan pencegah masuk angin (Gusman & Sopianto, 2019).

Dalam jahe merah terdapat kandungan yang bersifat koantigulan yakni gingerol, kandungan ini berguna dalam mencegah penggumpalan darah. Khasiat jahe merah sudah turun temurun dan tidak diragukan lagi dalam pengobatan, antara lain dapat meredakan masuk angin karena biasanya jahe merah ini digunakan sebagai salah satu bahan utama produksi obat cair masuk angin, kemudian sebagai pengobatan dalam meredakan sakit kepala, membantu melegakan tenggorokan pada saat batuk, membantu mengurangi mual dan mabuk saat perjalanan, kemudian membantu mengurangi bengkak serta lebam memar. Efek hangat tersebut yang dapat membantu mengurangi nyeri, bengkak, tegang, kram dan kontraksi otot pada *Rheumatoid Arthritis* (Gusman & Sopianto, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Arman et al., (2019) menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat skala nyeri sebelum dan setelah pemberian kompres hangat jahe merah dengan p-value 0,000.

Maka berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengukur efektivitas kompres hangat jahe merah

terhadap penurunan nyeri di Dusun Cikanyere wilayah kerja UPTD puskesmas cikoneng dengan judul “The Effect Of Warm Compresses Of Red Ginger On Reducing Pain In Rheumatoid Arthritis”.

## METODE

### Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan atau implementasi evidence based practice yang berfokus pada intervensi keperawatan. Partisipan dalam penelitian ini ialah klien Ny.K berusia 67 tahun, berjenis kelamin perempuan, dengan mengeluhkan nyeri pada sendi lutut sebelah kanan. Proses pengkajian dan penetapan diagnosa difokuskan pada masalah utama. Data objektif dan subjektif menjadi rujukan untuk evaluasi dan implementasi secara berkala. Analisa data dilakukan dengan cara mengeksplorasi data subjektif maupun objektif sebelum dan setelah intervensi dilakukan.

### Lokasi dan waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Gegempalan wilayah kerja UPTD Puskesmas Cikoneng pada tanggal 25-31 Mei 2022 selama 4 hari.

### Populasi dan Sampel

Peneliti hanya menggunakan 1 orang saja yang dianggap dapat mewakili seluruh populasi penyakit *Rheumatoid Arthritis*.

### Pengumpulan Data

Adapun Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan deskriptif yaitu dengan cara melakukan wawancara, dimana peneliti mendapatkan keterangan secara lisan dari seorang sasaran peneliti (responden) atau dengan bercakap-cakap secara berhadapan dengan responden atau secara face to face. Data studi kasus di dapat secara langsung pada pasien yang mengalami *Rheumatoid Arthritis*. Materi wawancara meliputi anamnesis, berisi tentang data dasar keluarga, lingkungan, struktur keluarga, fungsi keluarga, stress dan coping keluarga, harapan keluarga terhadap asuhan keperawatan keluarga, fungsi perawatan Kesehatan, dan keluhan yang dirasakan klien. Sumber data yang didapat yaitu dari klien dan keluarga. Adapun data kedua dengan menggunakan cara observasi dan pemeriksaan fisik dimana peneliti dengan cara pengamatan dilakukan dengan seluruh alat indera, tidak terbatas

hanya pada apa yang dilihat yaitu terhadap perilaku dan lingkungan, baik sosial maupun material individu atau kelompok yang diamati. Observasi merupakan bagian dari informal *assessment* (*authentic assessment*) yang bersifat langsung (*direct assessment*) dan merupakan pengamatan langsung dengan menggunakan seluruh alat indera untuk mencatat jumlah dan aktivitas tertentu yang ada hubungannya dengan masalah yang diteliti (Alhamid & Anufia, 2019). Data studi ini didapat melalui observasi pada klien yang mengalami *Rheumatoid Arthritis* dengan masalah nyeri dan syarat yang ditentukan atau diseleksi oleh peneliti.

**HASIL**

Asuhan keperawatan yang dilakukan secara langsung pada Ny.K berusia 67 tahun, jenis kelamin perempuan, beragama islam, dengan pendidikan terakhir SD. Tanggal pengkajian dilakukan pada 25 Mei 2022 yang beralamat di Dusun Cikanyere RT/004 RW/014 Desa Gegempalan Kecamatan Cikoneng Kabupaten Ciamis di Wilayah kerja puskesmas Cikoneng. Klien mengeluh nyeri

pada sendi lutut sebelah kanan, nyeri yang dirasakan seperti tertusuk-tusuk dengan rasa yang secara tiba-tiba dan menetap, nyeri dirasakan memberat pada saat akan berdiri dari duduk, pada pagi hari dan saat cuaca dingin, kemudian nyeri dirasakan ringan saat klien tidak beraktivitas terlalu berat dan saat dibantu dengan diaplikasikan minyak hangat. Hasil pemeriksaan fisik TTV : TD : 210/110 mmHg, N : 36,1°C, RR : 24 x/menit, Nadi : 98 x/menit, SPO : 98%.

Dari hasil pemberian intervensi kompres hangat jahe merah hari ke -1 pasien mengatakan nyeri yang dirasakan berkurang dari skala 4 (1-10) menjadi skala 3 (1-10), kemudian pada pemberian intervensi kompres hangat jahe merah hari ke-2 pasien mengatakan nyeri yang dirasakan berkurang dari skala 3 (1-10) menjadi skala 2 (1-10), dan kemudian pada hari ke 3 setelah diberikan intervensi kompres hangat didapatkan skala tetap pada angka 2 (1-10), dengan klien mengatakan sudah dapat melakukan kompres hangat jahe merah secara mandiri dan dapat mengatasi nyeri saat nyeri dirasakan atau kambuh Kembali.

**Tabel 1. Diagnosa Keperawatan**

Data	Etiologi	Diagnosa	Nomor Diagnosa	Halaman Diagnosa
DS :	Ketidakmampuan keluarga dalam mengenal masalah	Nyeri Kronis	D.0078	174
1. Klien mengatakan jika klien sering merasakan nyeri pada sendi lutut sebelah kanan				
2. Klien mengatakan nyeri seperti tertusuk-tusuk.				
3. Klien mengatakan nyeri dirasakan pada saat akan berdiri dari duduk dan pada pagi hari saat cuaca dingin.				
4. Klien mengatakan nyeri yang dirasakan munculnya secara tiba-tiba dan menetap.				
DO :				
1. Klien tampak meringis memegang lututnya				
2. Skala nyeri 4 (1-10) dengan indikasi nyeri sedang.				
3. TTV :				
TD : 210/110 mmHg				
N : 36,1°C				
Nadi : 98 x/menit				
Respirasi : 24 x/menit				

SPO : 98%.

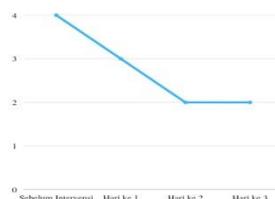
**Tabel 1. Intervensi Keperawatan**

Diagnosa	Intervensi	Nomor Intervensi	Halaman	Dilakukan/Tidak
Nyeri Kronis	Manajemen Nyeri (intervensi fokus teknik non farmakologis kompres hangat jahe merah).	I.082388	201	Dilakukan

**Tabel 1. Evaluasi Keperawatan**

Hari/Tanggal/Jam	Evaluasi	Paraf
Sabtu, 28 Mei 2022 Pukul 09.30	<p>S:</p> <p>Klien mengatakan nyeri yang dirasakannya semakin membaik dan tidak ada keluhan pada saat bangun tidur di pagi hari,tidak mengganggu aktivitas sehari-hari.</p> <p>O :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tanda-tanda vital: Tekanan Darah : 190/100 mmHg Nadi : 89 x/menit Respirasi : 18 x/menit Suhu : 36,2°C</li> <li>Skala nyeri dirasakan 2 (1-10) dengan indikasi nyeri ringan.</li> </ol> <p>A : Nyeri Kronis</p> <p>P : Lanjutkan intervensi kompres hangat jahe merah secara mandiri di rumah.</p>	Iis Ismayanti

**Gambar 1. Perkembangan Skala Nyeri**



Tabel 3 dan Gambar 1 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skala nyeri dari responden, dengan skala pada saat pengkajian dan sebelum diberikan intervensi kompres hangat sebesar 4 (1-10) dengan skala nyeri sedang, kemudian pada evaluasi dan setelah diberikan intervensi kompres hangat jahe merah didapatkan skala nyeri menurun dengan skala 2 (1-10) dengan indikasi nyeri ringan.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan dari uraian diatas hasil pengkajian ditemukan keluhan klien nyeri pada lutut sebelah kanan, dengan skala nyeri 4

(1-10) dengan indikasi nyeri sedang menggunakan *numeric rating scale*. Nyeri dirasakan seperti tertusuk-tusuk dengan rasa yang menetap, nyeri dirasa memberat pada saat akan bangun dari duduknya, kemudian pagi hari dan saat cuaca dingin. Dan nyeri terasa ringan apabila klien tidak beraktivitas berat dan pada saat dibantu dengan diaplikasikan minyak hangat. Pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan TD : 210/110 mmHg, nadi : 98 x/menit, Suhu : 36,1°C, respirasi : 24 x/menit, dan dengan saturasi oksigen 98%. Data dari pengkajian didapatkan bahwa klien mengatakan nyeri pada sendi lutut

sebelah kanan dan nyeri memberat pada pagi hari dan pada cuaca dingin, sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa tanda dan gejala pada *Rheumatoid Arthritis* yaitu adanya nyeri pada sendi tangan dan kaki terutama pada lutut, nyeri biasanya memberat pada pagi hari dan pada saat cuaca dingin (Sidik, 2018). Pengakuan klien mengenai kondisi kesehatannya baik secara fisik maupun secara fisiologis merupakan data subjektif yang dapat diterima sebagai salah satu pertimbangan dalam menentukan diagnosa keperawatan. Oleh karena itu, diagnosis diperoleh berdasarkan hasil pengkajian adalah nyeri kronis berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam mengenal masalah. Dalam diagnosa keperawatan nyeri kronis termasuk kelompok diagnose dengan nomor diganosa 0078 halaman 174 pada buku standar diagnosis keperawatan Indonesia (SIKI). Untuk mengatasi nyeri tersebut, peneliti melakukan intervensi dan tindakan keperawatan yang sesuai dengan standar intervensi keperawatan Indonesia yaitu berupa manajemen nyeri dengan nomor intervensi I.08238 pada halaman 201, diantaranya yaitu secara observasi, mengidentifikasi skala nyeri, mengidentifikasi lokasi nyeri, karakteristik nyeri, durasi, kualitas, dan intensitas nyeri baik secara subjektif maupun secara objektif. Kemudian secara terapeutik yaitu memberikan Teknik non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, dan menurunkan skala nyeri, salah satu cara Teknik non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri pada *Rheumatoid Arthritis* yaitu dengan menggunakan kompres hangat. Dengan demikian peneliti melakukan modifikasi terapi non farmakologis kompres hangat dengan rimpang alami yaitu jahe merah. Prosedur dalam pelaksanaan kompres hangat jahe merah sendiri menurut Sunarti, (2018) yaitu informed consent, daerah nyeri (lutut sebelah kanan) yang akan dilakukan kompres hangat dibersihkan terlebih dahulu menggunakan lap basah yang bersih, selanjutnya air hangat jahe merah yang telah direbus dimasukan ke dalam wadah seperti baskom, jika air rebusan jahe merahnya sudah mendingin dapat dimasukan dan dicampurkan dengan air hangat bersih secukupnya, atur air yang akan dikompreskan dengan suhu yang sesuai, yaitu kurang lebih seperti hangat suam kuku, selanjutnya masukan handuk kecil ke dalam wadah yang

berisi air kompres hangat jahe merah tersebut, tunggulah beberapa menit sebelum handuk diperas supaya hangat pada handuk dapat bertahan lebih lama, peraslah handuk lalu tempelkan pada daerah yang sendi yang terasa nyeri yaitu pada lutut sebelah kanan, setelah rasa hangat pada handuk sudah mulai pudar maka diangkat, kemudian lakukan hal yang salam selama 20 menit, setelah pengompresan selesai maka lakukan pengukuran skala nyeri untuk melihat pengaruh setelah diberikan intervensi (*post test*).

Hasil evaluasi keperawatan menunjukkan perubahan yang positif terhadap status fisiologis pasien berupa nyeri kronis. Setelah diberikan tindakan sesuai perencanaan, masalah nyeri kronis berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam mengenal masalah teratasi sebagian. Dengan hasil setelah diberikan kompres hangat jahe merah selama 3 hari rasa dan skala nyeri yang dirasakan klien berangsur turun yaitu dari skala 4 (1-10) menjadi skala 2 (1-10), tetapi belum mencapai skala 0 (1-10) yaitu tanpa nyeri. Sehingga tindakan pemberian kompres hangat jahe merah tersebut dapat dilanjutkan secara mandiri oleh klien rumah. Pada akhir evaluasi semua tujuan dan kriteria hasil dapat dicapai sebagian karena adanya kerjasama yang baik antara klien. Hasil evaluasi pada klien sudah sesuai dengan harapan, masalah teratasi sebagian, dan intervensi dilanjutkan secara mandiri.

## KESIMPULAN

Intervensi kompres hangat jahe merah patut diduga efektif dalam menurunkan nyeri pada klien dengan *Rheumatoid Arthritis* yang dibuktikan dengan pengakuan klien secara subjektif yang mengatakan penurunan skala nyeri dari 4 (1-10) dengan indikasi nyeri sedang ke 2 (1-10) dengan indikasi nyeri ringan menggunakan penilaian *numeric rating scale*. Selain itu, penelitian tidak menemukan kesenjangan yang berarti antara teori dan fakta yang menghambat terhadap hasil penelitian, sehingga penelitian ini tidak bertentangan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya.

Secara teoritis, penelitian ini menjadi salah satu bukti yang mendukung penelitian sebelumnya, sehingga bermanfaat untuk pengembangan penelitian yang akan datang dengan menggunakan metode yang lebih

tinggi. Kemudian secara klinis, intervensi kompres hangat jahe merah dapat menjadi salah satu alternatif intervensi untuk menurunkan dan mengurangi nyeri pada klien dengan nyeri sendi seperti *rheumatoid Arthritis* baik itu di pelayanan Kesehatan, maupun di rumah secara mandiri.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada kepala puskesmas cikoneng yang telah memberikan izin berikut memfasilitasi peneliti dalam melakukan implementasi atas intervensi keperawatan yang telah peneliti rencanakan secara matang. Serta peneliti mengucapkan terimakasih kepada klien dan keluarga yang telah bersedia terlibat menjadi responden.

### DAFTAR PUSTAKA

- Alhamid, T., & Anufia, B. (2019). Resume: Instrumen pengumpulan data. *Sorong: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN)*.
- Andri, J., Padila, P., Sartika, A., Putri, S. E. N., & Harsismanto, J. (2020). Tingkat Pengetahuan terhadap Penanganan Penyakit Rheumatoid Arthritis pada Lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 12–21.
- Arman, E., Yanti, E., Mimitri, M., & Nofia, V. R. (2019). Pengaruh kompres hangat jahe merah (*Zingiber Officinale Rosc*) terhadap rasa nyeri pada pasien Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 10(1), 8–17.
- Desmonika, C., Liasari, D. E., & Prasetyo, R. (2022). Penyuluhan kesehatan senam rematik lansia. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 2(2), 77–84.
- Dramawan, A., Rusmini, R., & Ningsih, M. U. (2022). Pendampingan Pemanfaatan Jahe Merah Sebagai Bahan Pengobatan Non-Farmakologi Pada Masyarakat Desa Karang Bayan. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(1), 60–64.
- Eka sari Diah Jerita, M. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada lansia. *Indonesian Journal Of Professional Nursing*, 2(2), 49–57. <https://doi.org/10.37362/jch.v2i2.243>
- Gusman, V., & Sopianto. (2019). Efektivitas Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Lansia Yang Menderita Rheumatoid Arthritis Di Puskesmas Pembantu Bakau Aceh Wilayah Kerja Puskesmas Batang Tumu. *Jurnal Ners*, 3(Vol 3, No 1 (2019): APRIL 2019), 82–111. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/494>
- Jambi, P. D. K. Stik. B. (2019). Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi. *Seminar Nasional Gizi Stikes Baiturrahim Jambi*, 110.
- Kodariah, L. (2022). Gambaran Kadar Rheumatoid Factor (Rf) Pada Wanita Menopause. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, 12(1), 42–44.
- Merdekawati, D., Dasuki, D., & Melany, H. (2019). Perbandingan validitas skala ukur nyeri VAS dan NRS terhadap penilaian nyeri di IGD RSUD Raden Mattaher Jambi. *Riset Informasi Kesehatan*, 7(2), 114–121.
- Octa, A. R., & Febrina, W. (2020). Implementasi Evidence Based Nursing Pada Pasien Rematik: Studi Kasus. *Real in Nursing Journal*, 3(1), 55–60.
- Rahmawati, A., & Kusnul, Z. (2021). Potensi Kompres Hangat Jahe Merah Sebagai Terapi komplementer Terhadap Pengurangan Nyeri Arthritis Gout. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 3(1), 7–15.
- Sidik, A. B. (2018). Pengalaman Lansia Dalam Mengatasi Nyeri Arthritis Rheumatoid. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 2(1).
- Syamsuddin, S., & Zulkifli, A. (2021). The Faktor Risiko Kejadian Penyakit Reumatik Di Wilayah Kerja Puskesmas Mawasangka Kabupaten Buton Tengah Tahun 2019. *Indonesian Journal of Health and Medical*, 1(2), 348–357.
- Syapitri, H. (2018). Kompres Jahe Berkhasiat Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Penderita Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Mutiara Ners Januari*, 1(1), 57–64.
- Yanti, E., Arman, E., & Rahayuningrum, D. C. (2019). Efektifitas Pemberian Kompres Hangat Jahe merah (*Zingiber officinale rosc*) Dan Sereh (*Cymbopogon citratus*) Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Rheumatoid. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 1(2), 7–16.