

# Penerapan Kompres Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis di Kota Samarinda, Kalimantan Timur

Bahtiar Bahtiar<sup>1</sup>, Nanda Sukma Diati<sup>1</sup>, Dwi Nopriyanto<sup>1</sup>, Muhammad Aminuddin<sup>1</sup>

Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman, Samarinda<sup>1</sup>

## Article info:

Received: 9 Februari 2023

Revised: 20 Maret 2023

Accepted: 21 Maret 2023

## Corresponding author:

**Bahtiar**

Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran  
Universitas Mulawarman,  
bahtiar@unmul.ac.id



This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License, which allows others to remix, tweak, and build upon the work non-commercially as long as the original work is properly cited. The new creations are not necessarily licensed under the identical terms.

E-ISSN: - | P-ISSN: -

## Abstract

**Pendahuluan:** Gout Arthritis adalah salah satu penyakit yang sering diderita lansia. Salah satu terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri pada lansia dengan gout arthritis adalah kompres jahe merah yang dapat mengurangi peradangan dan asam urat yang menumpuk dan melancarkan sirkulasi darah.

**Tujuan:** Penelitian ini menganalisis skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres jahe merah pada lansia dengan gout arthritis.

**Metode:** Desain penelitian ini menggunakan penelitian studi kasus yang dilaksanakan selama 2 minggu dengan 6 kali pertemuan pada bulan Juni 2022 dengan jumlah responden 3 orang.

**Hasil:** Skala nyeri pada 3 responden sebelum diberikan kompres jahe merah berturut-turut 5 (nyeri sedang), 4 (nyeri sedang), 5 (nyeri sedang) dan setelah diberikan kompres jahe merah 0 (tidak nyeri), 0 (tidak nyeri), 2 (nyeri ringan).

**Kesimpulan:** Terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi kompres jahe merah. Kompres jahe dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan dalam penanganan nyeri pada lansia dengan masalah Gout Arthritis.

**Keywords:** Gout Arthritis, Kompres Jahe Merah, Nyeri, Lansia

## PENDAHULUAN

Menurut UU Nomor 13 tahun 1998 lansia mengacu pada penduduk yang berusia 60 tahun ke atas. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 penduduk lansia di dunia mencapai 13,4% pada tahun 2050 diperkirakan meningkat menjadi 25,3% dari total penduduk. Di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Menurut laporan Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun (2021) terdapat 29,3 juta penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia dari 10,82% dari total penduduk di Indonesia, persentase penduduk lansia Kalimantan Timur mencapai 5,02%, dan persentase penduduk lansia di Samarinda mencapai 4,69%.

Penuaan dikaitkan dengan perubahan degeneratif pada organ dan jaringan tubuh. Lansia lebih rentan terhadap berbagai penyakit daripada orang dewasa lainnya karena kemampuan regenerasi mereka yang terbatas (Kholifah, 2016). Penyakit kronik degeneratif yang biasanya diderita oleh lansia adalah hipertensi, *arthritis*, batu ginjal, stroke, diabetes melitus, kanker, penyakit jantung koroner, gagal ginjal dan gagal jantung (Riskesdas, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa lansia beresiko menderita berbagai penyakit, salah satunya adalah *gout arthritis* (asam urat).

Menurut WHO (2019) data penderita *Gout Arthritis* sebanyak 34,2%. Di Amerika Serikat ditemukan data 26,3% kasus dari jumlah penduduk total. Prevalensi Penyakit Sendi di Indonesia menurut Riskesdas (2018) kelompok usia 55-64 tahun mencapai 15,55%, kelompok usia 65-74 tahun mencapai 18,63%, dan kelompok usia 75+ mencapai 18,95%. Persentase penderita penyakit sendi di Kalimantan Timur mencapai 8,12%.

*Gout Arthritis* dapat disebabkan oleh usia, kemampuan ginjal dalam membuang asam urat yang berlebih sudah menurun, dan terlalu banyak mengonsumsi makanan yang mengandung purin. Makanan yang dikonsumsi akan menghasilkan sisa metabolisme zat purin yang disebut dengan asam urat. Purin adalah zat hasil metabolisme protein yang bisa ditemukan di tubuh dan makanan (Madyaningrum et al., 2020). Kadar normal asam urat menurut *World Health Organization* (WHO) pada pria adalah 3,5 – 7 mg/dl dan pada wanita 2,6 – 6 mg/dl. Asam urat akan dikeluarkan oleh tubuh melalui feses dan urin jika tubuh dalam keadaan normal. Namun jika ginjal tidak mampu mengeluarkan kristal asam urat, kadar asam urat yang tinggi terjadi di dalam tubuh kemudian menumpuk di persendian dan menyebabkan rasa nyeri. Akibatnya, penderita asam urat sering mengalami kesulitan berjalan (Kemenkes RI, 2019). Oleh karena itu, pemahaman tentang tanda dan gejala asam urat perlu diketahui lebih lanjut.

Tanda dan gejala asam urat akut adalah rasa nyeri yang parah pada sendi, terjadi pembengkakan pada daerah sendi, dan paling sering ditemukan di jempol kaki. Terkadang disertai dengan kelelahan, sakit kepala, dan demam. Fase Interkritikal merupakan kelanjutan dari fase akut, di mana terjadi periode asimtomatik (tanpa gejala). Secara klinis, tidak ada tanda-tanda peradangan akut. Pada asam urat kronis, tophi (monosodium urat) akan menumpuk di jaringan, yaitu di telinga, ujung jari dan jempol kaki (Dianati, 2015). Nyeri yang dirasakan saat asam urat kambuh dapat diatasi dengan cara terapi farmakologis dan non farmakologis, salah satu terapi non farmakologi yang dapat mengurangi intensitas nyeri adalah dengan cara memberikan terapi kompres pada daerah yang nyeri.

Terapi kompres merupakan upaya untuk mengurangi intensitas nyeri, terapi kompres dibagi menjadi dua yaitu kompres dingin dan kompres hangat. Kompres dingin dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri, bengkak, dan peradangan akibat cedera. Kompres dingin tidak boleh digunakan untuk persendian yang kaku dan orang dengan penyakit tertentu, seperti diabetes, penyakit jantung, dan hipertensi. Kompres hangat dapat mengobati nyeri sendi, bengkak, dan kaku akibat *arthritis*. Kompres hangat melebarkan pembuluh darah, memperlancar aliran darah ke sel dan jaringan tubuh. Kompres hangat juga dapat membantu menyembuhkan jaringan tubuh yang terluka (Sambrook & Patient, 2016). Pemberian kompres hangat memakai parutan jahe merah (*Zinger Officinale Roscoe var Rubrum*) lebih berpengaruh terhadap intensitas nyeri *gout arthritis* dibandingkan dengan kompres hangat biasa (Senna et al., 2017). Penelitian yang dilakukan sebelumnya didapatkan bahwa kompres hangat dengan jahe dari lebih efisien terhadap intensitas nyeri pada lansia dengan asam urat dibandingkan dengan kompres hangat kayu manis (Umah et al., 2020). Jahe di Indonesia memiliki beberapa jenis, antara lain jahe gajah, jahe emprit, dan jahe merah. Jahe merah mudah ditemukan dan dibudidayakan, memiliki sifat anti-inflamasi sehingga dapat digunakan untuk mengobati peradangan dan mengurangi rasa sakit yang disebabkan oleh asam urat. Efek anti-inflamasi ini disebabkan oleh komponen aktif dalam jahe merah, termasuk *gingerol*, *gingerdiones*, dan minyak jahe, yang menghambat leukotrien dan prostaglandin (I. G. Putri et al., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti et al. (2017) menunjukkan bahwa rimpang jahe merah (*Zinger Officinale Roscoe var Rubrum*) dapat mengurangi peradangan dan asam urat yang menumpuk dan melancarkan sirkulasi darah. Jika asam urat menurun, rasa nyeri yang dirasakan akan menghilang secara bertahap. Jahe merah dapat mengurangi nyeri asam urat pada lansia secara bertahap.

Berdasarkan hasil lain penelitian yang dilakukan oleh Ani et al. (2018) dan Anita et al. (2020) memberikan teknik kompres jahe menggunakan jahe merah sebanyak 100 gram/ 1 responden selama 2 kali yang dilakukan pada tahun 2018 di Wilayah Kerja Puskesmas Alianyang Kota Pontianak. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa kompres jahe merah dapat menurunkan nyeri pada penderita *gout arthritis*. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Yanti et al. (2018) memberikan jahe merah

sebanyak 20 gram selama 20 menit. Kompres dilakukan selama 7 hari berturut-turut. Hasil penelitiannya menunjukkan senyawa *gingerol* terbukti mempunyai manfaat sebagai antipiretik, antitusif, anti implamsi dan analgesik. Penelitian lain yang dilakukan oleh Saifah (2018) dan Muchlis & Ernawati (2021) dengan 5 rimpang jahe iris tipis-tipis, ditempelkan pada daerah sendi yang nyeri sampai 6-8 kali selama 15 menit. Hasil penelitiannya menunjukkan kompres hangat memiliki efek meningkatkan metabolisme, meningkatkan aliran darah, menyediakan transportasi oksigen dan nutrisi yang cukup, sehingga mengurangi mediator nyeri.

Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti ingin mengkaji lebih lanjut tentang aplikasi pemberian kompres jahe merah terhadap tingkat nyeri pada lansia dengan *gout arthritis*. Selain itu penulis juga tertarik karena jahe merah merupakan tanaman yang mudah dibudidayakan, kompres jahe merah juga merupakan cara yang murah dan mudah untuk dilakukan. Peneliti mengharapkan dengan di lakukan penelitian ini, maka akan di temukan hasil yang signifikan untuk menurunkan tingkat nyeri *gout arthritis* pada lansia.

## **TUJUAN**

Mengidentifikasi dan menganalisis skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres jahe merah pada lansia dengan *gout arthritis*

## **METODE**

Desain penelitian ini menggunakan penelitian studi kasus dengan pendekatan riset deskriptif. Penelitian ini dilakukan di wilayah Kelurahan Lok Bahu Kecamatan Sungai Kunjang Kota Samarinda Provinsi Kalimantan Timur. Penelitian ini dilaksanakan selama 2 minggu dengan 6 kali pemberian kompres jahe merah dihitung dari tanggal 10 Juni 2022 sampai dengan 18 Juni 2022. Subyek dalam penelitian ini adalah lansia sebanyak 3 orang di wilayah Kelurahan Lok Bahu Kecamatan Sungai Kunjang Kota Samarinda Provinsi Kalimantan Timur, namun yang diambil sebagai sampel adalah lansia dengan *gout arthritis* yang memenuhi beberapa kriteria inklusi dan eksklusi.

Adapun kriteria inklusi yakni: (1) Lansia yang berada di wilayah Kelurahan Lok Bahu Kecamatan Sungai Kunjang Kota Samarinda Provinsi Kalimantan Timur; (2) Lansia dengan *gout arthritis* stadium akut, stadium interkritikal dan stadium kronik; (3) Pria lansia dengan kadar asam urat di atas 7 mg/dl; (4) Wanita lansia dengan kadar asam urat di atas 6 mg/dl; (5) Bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi yaitu: (1) Lansia yang cedera pada kulit atau persendian pada area yang akan dikompres; (2) Lansia yang memiliki komplikasi penyakit yang berat sehingga tidak memungkinkan untuk menjadi responden; (3) Lansia dengan gangguan jiwa.

Instrumen penelitian atau alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu: Alat pengukur asam urat dengan merk *Easy Touch GCU*, tensimeter, lembar SOP pemberian kompres jahe merah, dan instrumen Observasi *Pain Rating Scale*. Adapun prosedur instruksi kompres jahe merah dengan persiapan alat seperti jahe merah yang sudah diparut 100 gram, air hangat secukupnya, washlap atau handuk kecil, sarung tangan, Waskom dan tisu basah. Tahapan pelaksanaan dimulai dengan observasi skala nyeri sebelum diberikan terapi kompres jahe merah, bersihkan area yang akan diberikan kompres dengan tisu basah, isi waskom dengan air hangat, rendam washlap kedalam air hangat, Jahe merah yang sudah diparut diletakkan diatas area yang akan dikompres, balut dengan washlap yang sudah di rendam dengan air hangat, Setelah washlap tidak terasa hangat, celupkan washlap ke dalam air hangat kemudian peras dan balut di area yang tadi ulangi sampai 15 menit, Bersihkan area yang telah diberikan kompres jahe merah dengan tisu basah.

Teknik Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa deskriptif univariat. Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan efektivitas pemberian kompres jahe merah terhadap nyeri *gout arthritis* pada lansia. Untuk mengukur skala nyeri asam urat menggunakan skala nyeri *NRS Pain Rating Scale*.

## HASIL

Adapun tabel karakteristik responden pada penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 1 Karakteristik Responden

<b>Inisial</b>	<b>R1</b>	<b>R2</b>	<b>R3</b>
Usia	64	50	55
Suku	Dayak	Sasak	Sasak
Jenis Kelamin	Laki-laki	Perempuan	Perempuan
Pekerjaan	Tidak Bekerja	Tidak Bekerja	Petani
Pendidikan Terakhir	S1	SMP	SD

Responden 1 dengan inisial R1 seorang laki-laki berusia 64 tahun, suku dayak, dengan pendidikan terakhir S1 dan tidak bekerja. Responden 1 mengatakan tidak pernah menjaga pola makan, suka makan sayuran hijau seperti bayam dan kangkung, responden juga jarang berolahraga. Responden berpikir bahwa kadar asam uratnya naik karena merasa panik takut terkena covid pada tahun 2020, dan menyukai pengobatan secara herbal seperti minum air rebusan pare, dan akar bajakah yang dipercaya dapat meningkatkan kekebalan tubuh. Adapun Responden 2 (R2) seorang perempuan berusia 50 tahun, suku sasak, dengan pendidikan terakhir SMP dan tidak bekerja. Responden 2 mengatakan tidak menjaga pola makan, suka makan udang dan kacang asin, sehari-hari hanya di rumah saja, bertanya makanan yang dapat meningkatkan dan menurunkan kadar asam urat. Responden pernah mengonsumsi air rebusan daun ceri agar kadar asam uratnya turun tetapi tidak ada perubahan yang dirasakan. Adapun responden 3 (R3) seorang perempuan berusia 55 tahun, suku sasak, dengan pendidikan terakhir SD dan bekerja sebagai petani. Responden 3 mengatakan suka makan kacang-kacangan, sehari-hari pergi ke sawah untuk bertani, bertanya hal yang dapat membuatnya menderita asam urat. Responden mengatakan pernah mengonsumsi obat farmakologi yang dibeli di apotek tetapi merasa tidak ada perubahan yang dirasakan.

Tabel 2 Implementasi Penerapan Sebelum dan Sesudah Pemberian Kompres Jahe Merah pada Lansia dengan *Gout Arthritis* di Wilayah Kelurahan Lok Bahu Kecamatan Sungai Kunjang

<b>Inisial</b>	<b>Sebelum Intervensi</b>		<b>Pertengahan Intervensi</b>		<b>Setelah Intervensi</b>	
	<b>Skala Nyeri</b>	<b>Kategori</b>	<b>Skala Nyeri</b>	<b>Kategori</b>	<b>Skala Nyeri</b>	<b>Kategori</b>
R1	5	Nyeri Sedang	3	Nyeri Ringan	0	Tidak Nyeri
R2	4	Nyeri Sedang	3	Nyeri Ringan	0	Tidak Nyeri
R3	5	Nyeri Sedang	4	Nyeri Sedang	2	Nyeri Ringan

Responden 1 skala nyeri yang dirasakan pada pertemuan pertama 5 (nyeri sedang), pada pertemuan ke 4 skala nyeri turun menjadi 3 (nyeri ringan) dan pada pertemuan terakhir tidak merasakan nyeri. Pada responden 2 skala nyeri yang dirasakan pada pertemuan pertama 4 (nyeri sedang), pada pertemuan ke 4 skala nyeri turun menjadi 3 (nyeri ringan) dan pada pertemuan terakhir mengatakan tidak merasakan nyeri. Pada responden 3 skala nyeri yang dirasakan pada pertemuan pertama 5 (nyeri sedang), pada pertemuan ke 4 skala nyeri turun menjadi 4 (nyeri sedang) dan pada pertemuan terakhir skala nyeri turun menjadi 2 (nyeri ringan).

Tabel 3 Kadar Asam Urat Responden

Inisial	Kadar Asam Urat	
	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
R1	8.5 mg/dL	8.7 mg/dL
R2	7.5 mg/dL	6.0 mg/dL
R3	8.3 mg/dL	7.6 mg/dL

Berdasarkan pengkajian responden 1 yang dilakukan pada kunjungan hari pertama tanggal 8 Juni 2022 didapatkan kadar asam urat R1 adalah 8.5 mg/dL dan pada kunjungan terakhir tanggal 18 Juni 2022 kadar asam urat naik menjadi 8.7 mg/dL. Adapun pengkajian responden 2 yang dilakukan pada kunjungan hari pertama tanggal 9 Juni 2022 didapatkan kadar asam urat R2 adalah 7.5 mg/dL dan pada kunjungan terakhir tanggal 18 Juni 2022 kadar asam urat turun menjadi 6.0 mg/dL. Selanjutnya, pengkajian responden 3 yang dilakukan pada kunjungan hari pertama tanggal 9 Juni 2022 didapatkan kadar asam urat 8.3 mg/dL dan pada kunjungan terakhir tanggal 18 Juni 2022 kadar asam urat turun menjadi 7,6 mg/dL.

## PEMBAHASAN

Intensitas nyeri responden sebelum dilakukan terapi kompres jahe merah adalah nyeri sedang yaitu sebanyak 3 orang. Pada R1 skala nyeri sebelum intervensi 5 (nyeri sedang), belum mengenal penyebab *gout arthritis*, dan melakukan perawatan dengan minuman herbal. Pada R2 skala nyeri sebelum intervensi 4 (nyeri sedang), sudah mengetahui penyebab *gout arthritis* tetapi tidak melakukan pencegahan dan perawatan. Pada R3 skala nyeri sebelum intervensi 5 (nyeri sedang), belum mengenal penyebab *gout arthritis*, dan tidak melakukan perawatan.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umah & Anggreini (2018) yang menjelaskan lansia mengalami perubahan sistem tubuh paling sering pada sistem muskuloskeletal. Perubahan yang terjadi seperti perubahan pada jaringan penghubung (kolagen dan elastin), berkurangnya kemampuan kartilago untuk beregenerasi, kepadatan tulang berkurang, perubahan struktur otot dan terjadi penurunan elastisitas sendi yang menyebabkan nyeri sendi. Penyakit-penyakit gangguan sistem muskuloskeletal yang dapat menyebabkan nyeri sendi antara lain: *osteoritis*, *ahrtritis gout*, *ahrtritis rheumatoid*, *arthritis* infeksi (Muchlis & Ernawati, 2021). Adi Nugroho et al. (2022) menjelaskan gejala utama *arthritis* adalah nyeri, bengkak, dan kaku pada sendi. Ketika reaksi inflamasi dimulai, arteri suplai melebar, memungkinkan lebih banyak darah mengalir ke mikrosirkulasi lokal. Vena yang sebelumnya kosong dengan cepat melebar dan dipenuhi darah. Menurut Madoni (2018), dampak nyeri *gout arthritis* yang dirasakan lansia berupa menurunnya kualitas hidup lansia karena nyeri yang sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Muncul keluhan pada sendi dimulai dengan rasa kaku atau pegal pada malam hari nyeri, persendian yang terkena tampak merah, mengkilap, dan bengkak, kulit terasa panas dan nyeri, serta persendian menjadi kaku.

Intensitas nyeri responden sebelum dilakukan terapi kompres jahe merah adalah nyeri ringan dan tidak nyeri. Pada R1 skala nyeri sesudah intervensi 0 (tidak nyeri), lalu pada R2 skala nyeri sesudah intervensi 0 (tidak nyeri), kemudian R3 skala nyeri sesudah intervensi 2 (nyeri ringan). Pada R1 skala nyeri pada intervensi ke 5 adalah 0 sehingga pada R1 intervensi dihentikan. Pada R2 dan R2 intervensi tetap dilanjutkan sampai pertemuan ke 6.

Dapat disimpulkan terapi kompres jahe merah yang diberikan pada semua responden penelitian selama 15 menit berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri *gout arthritis*. Namun dari hasil penelitian didapatkan R3 masih mengalami nyeri ringan, padahal intensitas nyeri sebelum intervensi kompres jahe merah antara R1 dan R3 sama yaitu 5 (nyeri sedang). Hal ini disebabkan oleh R3 tetap

beraktivitas meskipun sedang mengalami nyeri pada lututnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2016), penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan kompres jahe hangat berkisar pada penurunan 1-2 tingkat dari intensitas nyeri sebelumnya. Suntara et al. (2022) mengemukakan aktivitas fisik dapat mempengaruhi kadar asam urat, karena menyebabkan peningkatan asam laktat yang dapat mengurangi pengeluaran asam urat. Ketika asam urat tidak dapat dikeluarkan dari ginjal, asam urat menumpuk dan menyebabkan nyeri sendi. Hasil penelitian Nahariani et al. (2018) menunjukkan bahwa aktivitas fisik dengan intensitas yang terlalu tinggi dapat membuat sendi menjadi terlalu tertekan dan meningkatkan risiko cedera, sehingga aktivitas fisik yang aktif pada lansia dapat menyebabkan peningkatan intensitas nyeri sendi. Namun, aktivitas fisik dengan intensitas ringan dan sedang sebenarnya dapat meningkatkan dan menjaga kesehatan sendi. Oleh karena itu, lansia yang aktif secara fisik dan menderita nyeri sendi membutuhkan aktivitas yang lebih sedikit untuk mengurangi intensitas nyeri sendi yang dialaminya, namun lansia diharapkan tetap aktif beraktivitas seiring bertambahnya usia.

Perbedaan intensitas nyeri yang dirasakan responden sebelum dan sesudah intervensi kompres jahe merah, semua responden mengalami penurunan skala nyeri. Perbedaan skala nyeri terjadi karena saat melakukan intervensi, responden merasakan lebih nyaman dan hangat pada daerah yang dikompres. Kompres jahe merah menurunkan nyeri karena jahe merah memiliki kandungan *gingerol* yang lebih banyak dibandingkan jenis jahe lainnya yang bisa menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri sehingga dapat menurunkan nyeri. Ini ditunjukkan dengan penurunan intensitas nyeri, pada R1 skala nyeri sebelum dilakukan intervensi 5 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan intervensi 0 (tidak nyeri), pada R2 skala nyeri sebelum dilakukan intervensi 4 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan intervensi 0 (tidak nyeri), pada R3 skala nyeri sebelum dilakukan intervensi 5 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan intervensi 2 (nyeri ringan).

Dapat disimpulkan terdapat perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres jahe merah. Hal ini terjadi karena responden mampu melakukan intervensi sesuai lembar standar prosedur operasional yang telah dijelaskan oleh peneliti sehingga didapatkan adanya perubahan intensitas nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amang Sundari et al. (2019), hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perubahan skala nyeri asam urat pada lansia antara sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah. Febriyona & Ariane Gobel (2018) mengatakan terdapat perbedaan skala nyeri yang dirasakan responden dikarenakan responden yang mendapat tindakan kompres hangat jahe merah merasakan lebih nyaman dan hangat pada daerah yang dikompres. Putri et al. (2017) juga mengatakan efek panas dari jahe merah tersebut yang dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamine dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri. Panas akan merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dapat dihambat.

Dilihat dari skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi, penurunan skala nyeri yang dirasakan R1 dan R3 berbeda. Hal ini dapat disebabkan oleh perbedaan jenis kelamin, suku atau budaya, dan pengalaman nyeri sebelumnya. Berdasarkan tabel 2 diketahui R1 seorang laki-laki berusia 64 tahun, suku dayak dan R3 seorang perempuan berusia 55 tahun, suku sasak. Hal ini sejalan dengan penelitian Kurnia et al. (2021) menunjukkan bahwa perbedaan kerentanan terhadap rasa sakit antara pria dan wanita mungkin karena pria merasakan kebutuhan yang kuat, meremehkan rasa sakit, atau tidak mau mengenali rasa sakit yang mereka rasakan. Pria mungkin meremehkan gejalanya. Ini adalah salah satu alasan pria tidak ingin mencari bantuan dengan rasa sakit. Lisdianto et al. (2022) mengemukakan seseorang yang berhasil mengatasi rasa sakit di masa lalu dan sekarang memiliki rasa sakit yang sama dapat lebih mudah mengatasi rasa sakit yang dirasakannya.

Adapun keterbatasan penelitian yakni waktu penelitian yang kurang optimal karena tidak didampingi setiap hari. Oleh karena itu, untuk mendapatkan hasil yang signifikan diperlukan waktu observasi selama 1 minggu dengan 7 kali pertemuan dengan mengurangi aktivitas fisik yang dapat meningkatkan nyeri.

## KESIMPULAN

Penelitian penerapan kompres jahe merah terhadap lansia dengan *gout arthritis* telah dilakukan pada 3 responden yang ada di kelurahan Lok Bahu, Samarinda maka kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi kompres jahe merah pada ketiga responden menunjukkan skala nyeri 4-5 (nyeri sedang). Adapun intensitas nyeri sesudah dilakukan intervensi kompres jahe merah pada ketiga responden menunjukkan skala nyeri 2 (nyeri ringan) dan dua responden yang sudah tidak mengalami nyeri. Setiap responden mengalami karakteristik nyeri yang berbeda dan mendapatkan perlakuan yang sama saat intervensi. Perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres jahe merah menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi kompres jahe merah. Diharapkan dapat menerapkan terapi kompres jahe merah sedikitnya 15 menit sehari pada lansia yang mengalami nyeri sendi, yang bertujuan untuk mempercepat penurunan skala nyeri. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan berbasis *evidence based* untuk terapi komplementer untuk mengurangi nyeri pada pasien *gout arthritis*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi Nugroho, H., (2022). Studi Kasus Terapi Kompres Hangat Menurunkan Nyeri Sendi pada Lansia. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(1), 35–40. <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i1.9214>
- Amang Sundari, Y., Sri, N., & Nurhidayat, S. (2019). Efektivitas Kompres Jahe Terhadap Perubahan Skala Nyeri Sendi Asam Urat (Gout) Pada Lansia Di Upt Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan. *Prosiding 1st Seminar Nasional Dan Call for Paper*, 128–134.
- Andriani, M. (2016). Pengaruh Kompres Jahe Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lanjut Usia. *Jurnal Iptek Terapan*, 10(1), 24–29. <https://doi.org/10.22216/jit.2016.v10i1.431>
- Ani, R. P., Usman, & Fauzan, S. (2018). *Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Merah (Zingiber Officinale Var Rubrum Rhizoma ) Terhadap Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Alianyang Kota Pontianak*.
- Anita, A., Astanta, J., Lafau, B. O., & Nababan, T. (2020). 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. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 99–104.
- BPS. (2021). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021. In A. S. Mustari, B. Santoso, I. Maylasari, & R. Sinang (Eds.), *Badan Pusat Statistik*. Badan Pusat Statistik.
- Dianati, N. A. (2015). Gout and hyperuricemia. *J Majority*, 4(3), 82–89. <https://doi.org/10.1201/9781420006452-31>
- Febriyona, R., & Ariane Gobel, I. (2018). Kompres Jahe Merah Terhadap Tingkat Penurunan Gout Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tolangohula Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Zaitun*, 4(1), 1–23.
- Kemendes RI. (2019). *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kholifah, S. N. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurnia, E., Gumiwang, A., Purwono, J., & Ayubbana, S. (2021). Penerapan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1, 1–5.
- Lisdianto, J. T., Ludiana, & Pakarti, A. T. (2022). Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Kepala Pada Penderita Penyakit Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(September), 325–330.
- Madoni, A. (2018). Pengaruh Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Tahun 2017. *XII Jilid III, XII(79)*, 1–7.
- Madyaningrum, E., Kusumaningrum, F., Wardani, R. K., Susilaningrum, A. R., & Ramdhani, A. (2020). Buku Saku Kader: Pengontrolan Asam Urat di Masyarakat. In *Fk-Kmk Ugm*. FK-KMK UGM.

- Muchlis, M. R., & Ernawati, E. (2021). Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia. *Ners Muda*, 2(3). <https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.8418>
- Nahariani, P., Lismawati, P., & Wibowo, H. (2018). Correlation of Physical Activity With Intensity of Joint Pain Geriatric At Panti Werdha Mojopahit in Mojokerto District. *Journal STIKES Pemkab Jombang*, 34–39.
- Putri, I. G., Rahmiwati, & Yesti, Y. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Bubuk Jahe Merah Terhadap Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis. *Real in Nursing Journal*, 4(3), 50–57.
- Putri, S. Q. D., Rahmayanti, D., & Diani, N. (2017). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Pstw Budi Sejahtera Kalimantan Selatan. *Dunia Keperawatan*, 5(2), 90. <https://doi.org/10.20527/dk.v5i2.4112>
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Saifah, A. (2018). Pengaruh Kompres Hangat Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Keluhan Penyakit Sendi Melalui Pemberdayaan Keluarga. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 4(3), 37–47.
- Sambrook, J., & Patient. (2016). *Ice and Heat Treatment for Injuries*. Patient.Info.
- Senna, P., Rahmayanti, D., & Diani, N. (2017). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Pstw Budi Sejahtera Kalimantan Selatan. *Dunia Keperawatan*, 5(2), 90. <https://doi.org/10.20527/dk.v5i2.4112>
- Suntara, D. A., Alba, A. D., & Hutagalung, M. (2022). Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dengan Kadar Asam Urat (Gout) Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(12), 3805–3812.
- Umah, K., & Anggreini, U. F. (2018). *A Warm Compress The Decoction of Ginger effect of Joint Pain In Eldery Sufferers of Gout*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.2632066>
- Umah, K., Rahmawati, R., Pratiko Gustomi, M., & Yunita, N. (2020). Efektifitas Kompres Hangat Rebusan Jahe Dan Kayu Lansia Mengalami Asam Urat. *Journals of Ners Community*, 11(November), 257–264.
- WHO. (2019). *Ageing*. WHO.
- Yanti, E., Arman, E., & Rahayuningrum, D. C. (2018). Efektifitas Pemberian Kompres Jahe Merah (Zingiber Officinale Rosc) Dan Sereh (Cymbopogon Citratus) Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Rheumatoid. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 1(August), 79–88.
- Yuniarti, E. V., Windartik, E., & Akbar, A. (2017). Effect Of Red Ginger Compress To Decrease Scale Of Pain Gout Arthritis Patients. *International Journal Of Scientific & Technology Research*, 6(10), 133–137.