

WELLNESS AND HEALTHY MAGAZINE

Volume 2, Issue 2, Agustus 2020, p. 293 – 296
ISSN 2655-9951 (print), ISSN 2656-0062 (online)

Pengaruh kompres air hangat memakai jahe untuk menurunkan skala nyeri pada lansia dengan *gout arthritis*

Devi Avilia^{1*)}, Sutrisno², Setia Agista³, Yuni Pancawati⁴

^{1,2,3,4} Universitas Aisyah Pringsewu

Email: deviavilia0@gmail.com

ARTICLE INFO

Keyword:

Gout Arthritis
Compress
Ginger
Jahe
Asam urat

*) corresponding author

Mahasiswa Program Studi Sarjana
Keperawatan Fakultas Kesehatan
Universitas Aisyah Pringsewu

Jl. A. Yani No. 1A Tambahrejo Kecamatan
Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung
35372 Telp: (0729) 333343

ABSTRACT

Gout Arthritis is one of the most common inflammatory joint disease that is characterized by a buildup of monosodium urate crystals in or around the joints, causing swollen pain in the joints. Management of this pain is done by using warm water compress therapy using ginger aiming to reduce pain in the joints. The goal is to analyze the results of the implementation of community nursing care by giving warm water compresses using ginger to the elderly to meet pain needs. The method in writing Scientific Papers is a case study taken in RT 09 Margabatin Village, East Lampung, with 10 respondents. Results intervention carried out for 3x 60 minutes by giving warm water compresses using ginger is obtained that the average pain scale before applying warm water compresses using ginger is 4 (moderate pain), after a warm water compress is done using ginger is 2 (mild pain). So it can be concluded that there is an effect of giving warm.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



PENDAHULUAN

Lansia mengalami proses penuaan yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik yaitu semakin rentannya terhadap serangan penyakit degeneratif, selain itu terjadi penurunan produksi enzim urokinase, sehingga pembuangan Asam Urat menjadi terhambat dan menyebabkan penyakit *gout arthritis*.

Penyakit ini ditandai dengan tingginya kadar Asam Urat didalam darah (Hiperurisemia) dan serangan nyeri akut yang berulang –ulang pada daerah pesendian. Nyeri tersebut dibagian otot, persendian, pinggang, lutut, punggung dan bahu serta disertai pembengkakan. Menurut WHO (*World Health Organization*) 2016, Hiperurisemia terjadi pada 5-30% populasi umum dan pravelensi dapat lebih tinggi pada beberapa kelompok etnik tertentu. Pravelensi *gout* belakangan ini menunjukkan peningkatan di seluruh dunia. Pravelensi *gout* di Amerika serikat 2,6 dalam 1000

kasus. Prevalensi penyakit *gout arthritis* berdasarkan umur 55-64 tahun sebesar 45%, umur 65-74 tahun sebesar 51,9% dan umur lebih dari 75 tahun sebesar 54,8%.

Riskesmas (2018), penyakit sendi di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11,9% dan berdasarkan diagnosis gejala sebesar 24,7%, sedangkan berdasarkan daerah diagnosis nakes tertinggi di Provinsi Bali 19,3% dan berdasarkan diagnosis dan gejala tertinggi yaitu di Nusa Tenggara Timur sebesar 31,1%. Prevalensi *gout arthritis* di Indonesia diperkirakan 12%-34% dari 18,3 juta orang penduduk Indonesia. Prevalensi ini meningkat seiring dengan meningkatnya umur dan cukup bervariasi antara satu daerah dengan daerah lain.

Dinkes prov. Lampung (2016) diketahui bahwa kasus Asam Urat yaitu sebanyak 23.352 kasus. Di Kabupaten Lampung Timur pada tahun 2015 diketahui bahwa kasus Asam Urat sebanyak 4.688 (Dinkes Kab.Lampung Timur 2015). Dampak dari Asam Urat yaitu dapat menyebabkan terbentuknya kristal padat sendi, hingga akhirnya menimbulkan gejala nyeri, peradangan, sehingga dapat membuat aktivitas lansia. Berdasarkan hasil pre survey di Desa Marga Batin RT 09 didapatkan Lansia yang mengalami Asam Urat sebanyak 10 orang dari 25 Lansia.

METODE

Metode penelitian ini adalah penelitian dengan menggunakan *design eksperimental*. Penelitian ini menggunakan *one-group pre-post test design*. Ciri tipe penelitian ini adalah mengungkapakan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subyek.

Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Responden dilakukan pre- test yakni melakukan pengukuran skala nyeri sebelum diberikan kompres air hangat memakai jahe dan setelah diberikan kompres hangat memakai jahe, setelah 30 menit kemudian responden diperiksa kembali tingkat skala nyeri sebagai hasil post-test.

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Marga Batin, Kecamatan Waway Karya. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita *gout arthritis* di desa Marga Batin, Kecamatan Waway Karya Kabupaten Lampung Timur. Sampel pada penelitian ini berjumlah 10 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
skala nyeri pada lansia sebelum dan sesudah diberikan kompres air hangat memakai jahe

Nama	28/07/20		30/07/20		02/01/20	
	pre	post	pre	post	pre	Post
Tn. B	3	2	2	2	2	1
Tn. M	4	4	4	3	3	2
Tn. A	4	3	3	3	3	2
Ny. N	3	2	2	2	2	2
Ny. K	3	2	2	2	2	2
Tn. Y	4	3	3	3	3	2
Ny. S	3	2	2	2	2	2
Tn. S	4	4	4	3	2	2
Tn. H	4	3	3	3	3	2
Tn. R	4	3	3	3	3	2

Berdasarkan tabel 1 didapatkan data bahwa setelah dilakukan kompres air hangat memakai jahe selama 3 kali seminggu dengan durasi 15-30 menit didapatkan data sebelum dilakukan kompres air hangat memakai jahe terdapat 6 orang lansia dengan kategori skala nyeri 4 (nyeri

sedang) dan 4 orang lansia dalam kategori skala nyeri 3 (nyeri ringan) dan setelah diberikan kompres air hangat memakai jahe didapatkan data sebanyak 9 orang lansia dalam kategori skala nyeri 2 (nyeri ringan) dan 1 orang lansia dalam kategori skala nyeri 1 (nyeri ringan).

Hal ini sesuai dengan penelitian Rusnoto, Dkk(2015) Kompres air hangat memakai jahe dengan durasi 20 menit berpengaruh untuk meringankan nyeri pada lansia dengan *gout arthritis*. Pendapat peneliti Anna (2016) pemberian kompres hangat memakai parutan jahe merah dengan durasi 15-20 menit sangat efektif untuk menurunkan skala nyeri pada lansia dengan *gout arthritis*.

Menurut Zakinah Arlina (2018) menyatakan bahwa kompres hangat memakai parutan jahe yang dilakukan pada sore hari dapat dijadikan sebagai intervensi untuk mengurangi skala nyeri. Karena dapat dilakukan setiap hari secara teratur dan ternyata berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri, karena kompres hangat tersebut memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, dan mengurangi rasa nyeri. Menurut Zuriati (2017) Telah melakukan penelitian Efektifitas kompres air hangat dan kompres jahe terhadap penurunan nyeri dengan durasi 15-30 menit sangat efektif untuk menurunkan skala nyeri pada lansia..

Menurut peneliti kompres hangat dengan menggunakan jahe sangat efektif untuk mengurangi skala nyeri karena rasa hangat yang dari rebusan jahe dapat membuat sendi dan otot menjadi rilek sehingga rasa nyeri dapat berkurang. Dengan kompres air hangat memakai jahe selama 3x60 menit dilakukan pada sore hari. Rata – rata yang didapatkan di Desa Marga Batin dengan skala nyeri 4 terdapat 6 responden dan dengan skala nyeri 3 terdapat 4 responden.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan di Desa Marga Batin Kecamatan Waway Karya, Kabupaten Lampung Timur pada tanggal 28,30 juni – 02 juli 2020, maka dapat disimpulkan bahwa, sebelum dilakukan kompres air hangat memakai jahe sebagian besar responden mengeluhkan nyeri sendi sedang. sesudah dilakukan kompres air hangat memakai jahe sebagian besar responden mengalami nyeri ringan, Ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan kompres air hangat memakai jahe untuk meringankan skala nyeri sendi lansia penderita asam urat.

Saran

Bagi Responden

Diharapkan kepada Lansia untuk lebih meningkatkan motivasi dalam memanfaatkan rebusan jahe untuk mengurangi rasa nyeri terhadap *gout arthritis*.

Bagi Universitas Aisyah Pringsewu Dapat memberikan masukan dan sumber informasi dibidang kesehatan dalam melakukan asuhan keperawatan komunitas khususnya pada Lansia dengan *gout arthritis*.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk kesempurnaan penelitian lebih lanjut, melakukan asuhan keperawatan komunitas baik pengkajian, perumusan diagnosa, penyusunan rencana keperawatan, pemberian tindakan keperawatan dan evaluasi dilakukan dengan tepat dan berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anna R.R. (2016). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis di Desa Dua Kecamatan Mandolang. *Jurnal Keperawatan*. Volume 4 Nomor 1, Mei 2016.
- Dinkes Kabupaten Lampung Timur. (2010). Profil kesehatan Kota Kabupaten Lampung Timur 2009, Sukadana: Dinkes Kabupaten Lampung Timur.
- Dinkes Provinsi Lampung. (2016). Profil Dinkes Provinsi Lampung 2016. Bandar Lampung, diakses tanggal 17 Desember 2018. <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%2018.pdf>.
- Riskesdas. (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2018. Diakses: 19 Oktober 2018,
- Rusnoto, Cholifah N.,Retnosari, I. (2015). Pemberian Kompres Hangat Memakai Jhe Untuk Meringankan Skala Nyeri Pada Pasien Asam Urat di Desa Kedungwungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grebongan. *JIKK VOL. 6 NO. 1 JANUARI 2015*(20-39).
- World Health Organization. (2011). Pravelensi Asam Urat. <http://www.pravelensi.datawho-tentang-penyakit-asam-urat.html>
- Zakinah, Arlina.(2018). Pengaruh pemeberian kompres hangat memakai parutan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada wanita lansia penderita gout arthritis dipanti sosial tresna wedha Palembang. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, Vol. 9, No. 18, Juli 2019.
- Zuriati, (2017). Efektifitas K ompres Air Hangat dan Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Padas Pasien Asam Urat di Puskesmas Lubuk Begalung. *STIKes Alifa*. Padang.