

STUDI KASUS: PENATALAKSANAAN TERAPI KOMPRES HANGAT AIR JAHE MERAH TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN DENGAN ASAM URAT

¹Karina Kurnia, ²Septian Andriyani, ³Afianti Sulastri, ⁴Tirta Adikusuma Suparto
^{1,2,3}Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia,
Bandung, Indonesia
karinazkurnia@gmail.com

ABSTRAK

Asam urat merupakan masalah degeneratif yang menyerang persendian dan disebabkan oleh komplikasi hiperurisemia. Salah satu terapi untuk mengurangi nyeri adalah kompres hangat air jahe merah. Jahe merah bersifat pahit, pedas dan juga sebagai anti inflamasi sehingga dapat mengurangi nyeri sendi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penatalaksanaan terapi kompres hangat air jahe merah terhadap nyeri pada subjek dengan asam urat. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus di Wilayah Kerja Puskesmas Cikole, Kabupaten Bandung Barat dari tanggal 29 Maret- 04 April 2024, dengan dua subjek yang mengalami asam urat, yang sedang merasakan nyeri sedang (skala 1-6). Intervensi dilakukan selama tujuh hari berturut-turut dengan durasi 15 menit dilakukan pada sore hari di rumah masing- masing pasien. Penilaian tingkat nyeri dinilai menggunakan skala penilaian *Numerical Rating Scale* (NRS). Penelitian ini menunjukkan bahwa kompres hangat air jahe merah dapat menurunkan nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Penurunan nyeri disebabkan karena efek kandungan zat aktif pada jahe merah mampu menghambat pembentukan prostaglandin dan leukotrien yang dapat mentransmisi impuls ke otak untuk memblok stimulus nyeri, sehingga impuls nyeri ke otak akan berkurang dan terjadi penurunan nyeri. Maka dari itu direkomendasikan pemberian terapi kompres hangat air jahe merah pada pasien yang mengalami asam urat.

Kata Kunci: Asam Urat, Jahe Merah, Kompres Hangat, Tingkat Nyeri

ABSTRACT

Gout is a degenerative problem that attacks the joints and is caused by complications of hyperuricemia. One therapy to reduce pain is a warm compress with red ginger water. Red ginger is bitter, spicy and also anti-inflammatory so it can reduce joint pain. This study aims to describe the management of warm compress therapy with red ginger water for pain in subjects with gout. This research used a qualitative research design with a case study approach in the Cikole Community Health Center Work Area, West Bandung Regency from March 29-April 4 2024, with two subjects who experienced gout, who were experiencing moderate pain (scale 1-6). The intervention was carried out for seven consecutive days with a duration of 15 minutes in the afternoon at each patient's home. Pain level assessment was measured using the Numerical Rating Scale (NRS). This research shows that a warm compress with red ginger water can reduce moderate pain to mild pain. The reduction in pain is due to the effect of the active substance content in red ginger which is able to inhibit the formation of prostaglandins and leukotrienes which can transmit impulses to the brain to block painful stimuli, so that pain impulses to the brain will be reduced and pain will decrease. Therefore, it is recommended to provide warm compress therapy with red ginger water to patients suffering from gout.

Keywords: Uric Acid, Red Ginger, Warm Compress, Pain Level

PENDAHULUAN

Asam urat kerap kali disebut sebagai *gout arthritis* ialah kondisi degeneratif yang terutama mempengaruhi persendian dan sangat sering ditemui di masyarakat, terutama pada orang tua. Komplikasi dari hiperurisemia menyebabkan penyebaran *gout arthritis* yang meluas. Hiperurisemia ditandai sebagai peningkatan kadar asam urat darah lebih dari 7,0 mg/dl pada pria dan 6,0 mg/dl pada wanita, ini adalah penyakit metabolik yang terkait dengan *arthritis* asam urat. (Hartoyo, 2023).

Secara global insiden asam urat berkisar antara 0,1% hingga 0,3% dan prevalensi dari 1% hingga 4%. Prevalensi asam urat 31 kali lebih tinggi pada pria daripada wanita. Setiap sepuluh tahun, ada peningkatan insiden dan prevalensi asam urat; pada individu di atas 80 tahun, kejadian ini meningkat menjadi 0,4 dan prevalensi menjadi 11-13%. (Singh & Gaffo, 2020). Prevalensi asam urat di Amerika adalah 2-13% dari 238.452.952 individu, Indonesia memiliki tingkat prevalensi pasien asam urat tertinggi di Asia Tenggara, yaitu 655.745 (0,27%) (Sriwiyati & Noviyanti, 2018). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022, *arthritis* asam urat cukup umum, dengan tingkat di AS mencapai 3,9% dan di Eropa mencapai 2,5%. Sementara itu, di Indonesia, penelitian yang dilakukan di Bali oleh Putra dkk. melaporkan bahwa prevalensi hiperurisemia mencapai 1,45%, dan penelitian yang dilakukan di Minahasa Utara oleh Ahimsa dkk. melaporkan bahwa kelompok etnis Sangihe memiliki prevalensi asam urat sebesar 29,2% (Hidayat & Mangunkusumo, 2022).

Peningkatan jumlah asam urat dapat menyebabkan sejumlah masalah kesehatan pada manusia, termasuk nyeri sendi yang sering menyertai penderitaan yang menyiksa. Lokasi berikut mengalami akumulasi kristal sebagai akibat dari peningkatan kadar asam urat darah. Persendian pada jempol kaki,

persendian kaki bagian bawah, persendian kaki, persendian lutut, dan persendian siku sering dipengaruhi oleh asam urat, yang dapat mengakibatkan ketidaknyamanan inflamasi karena pembentukan senyawa purin yang dapat mengkristal dan menimbulkan rasa sakit, hal itu akan mengganggu aktivitas sehari-hari dan menyebabkan lebih sedikit aktivitas fisik jika tidak diobati (Wilda & Panorama, 2019).

Terapi farmasi dan non-farmakologis tersedia untuk pengobatan asam urat. Obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS), seperti ibuprofen, naproxen, dan allopurinol, adalah salah satu jenis pengobatan farmakologis untuk asam urat. Jahe adalah salah satu zat herbal yang telah digunakan secara turun-temurun untuk mengurangi rasa sakit dalam upaya terapi non-farmakologis. (Sowwam dkk., 2022).

Memberikan kompres hangat dengan air jahe merah kepada penderita asam urat adalah salah satu intervensi non-farmakologis. Kompres hangat akan membuat sensasi panas, yang akan memicu reaksi fisiologis tubuh, yang meliputi penurunan rasa sakit, otot tegang, metabolisme jaringan seimbang, lebih banyak permeabilitas dalam jaringan, peningkatan kenyamanan, dan penurunan kecemasan. (Hartoyo, 2023). Kompres air hangat digunakan sebagai bentuk stimulasi kulit untuk membantu pasien asam urat merasakan lebih sedikit rasa sakit dan peradangan. Terapi air hangat tidak hanya dapat berguna dalam mengurangi rasa sakit, tetapi juga kombinasi air hangat dan jahe parut. Lebih aman menggunakan jahe secara topikal daripada menelannya. Konsumsi jahe, baik oral maupun berlebihan, dapat menyebabkan masalah pencernaan seperti diare. (Radharani, 2020).

Berkaitan dengan ukuran kemudian bentuk dan warna rimpang pada jahe diklasifikasikan dengan tiga kategori Menurut Febriani dkk. (2018), ada tiga varietas jahe putih yang lebih dikenal dengan jahe besar atau kuning (jahe gajah

atau badak), putih atau kuning kecil (emprit jahe), dan jahe merah (jahe suniti)(Febriani dkk., 2018). Berdasarkan kadar air, kadar air jahe putih besar adalah 82%, jahe putih kecil adalah 50,2%, dan jahe merah adalah 81%. Menurut Mustayah (2019), zat yang terkandung pada minyak atsiri jahe putih besar berkisar 1,18%-1,68%, jahe putih kecil berkisar 3,3%, dan jahe merah berkisar 2,58%-2,72% (Mustayah, 2019). Jahe merah digunakan dalam penyelidikan ini, dipadankan dengan jahe gajah dan emprit, jahe merah mempunyai lebih banyak komponen, serupa pati (52,0%), minyak esensial (3,9%), dan jus yang dicampur dengan alkohol (9,93%), menjadikannya bahan alami yang baik untuk menciptakan perasaan hangat. Gingerol, zingeron, dan shogaol—tiga bentuk jahe merah yang dihasilkan dari oleracin—pahit, pedas, dan aromatik. Selain itu, mengandung anti-inflamasi dari olesarin, antioksidan dan analgesik yang kuat, yang membantu meringankan nyeri sendi dan ketegangan otot dengan mencegah pembentukan prostaglandin. (Hartoyo, 2023).

Jahe memiliki sejumlah bahan aktif yang memiliki sifat anti-inflamasi, yang membantu kompres jahe mengurangi peradangan. Selain itu, efek panas jahe membantu mengurangi rasa sakit dengan membatasi reseptor nyeri pada serabut saraf dan dengan berbagi efek vasodilatasi dengan pembuluh darah untuk meningkatkan aliran darah (Sriwiyati & Noviyanti, 2018). Metode untuk mencegah reseptor nyeri serabut saraf yang besar adalah dengan mengoleskan kompres hangat dengan air jahe. Ini akan mengaktifkan sakelar di gerbang kontrol nyeri, memungkinkan sensasi nyeri diganti sebelum mencapai korteks serebral dan mengurangi jumlah persepsi nyeri yang disebabkan oleh reseptor nyeri. (Yusnita dkk., 2022).

Berdasarkan temuan penelitian Lutfiani & Baidhowy (2022) tentang Pemakaian Kompres Hangat Jahe Merah untuk

manajemen nyeri pada Pasien asam urat *arthritis* ditemukan bahwa aktivitas penggunaan kompres jahe merah hangat sebenarnya dilakukan selama tujuh hari selama dua puluh menit. Data pasien I dan 11 mengungkapkan bahwa tingkat pengurangan nyeri mereka telah berubah dari skala 6 ke skala 2, sedangkan tingkat pasien III telah berkurang dari skala 6 ke skala 3. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa menggunakan kompres jahe merah hangat untuk penderita gout arthritis dapat mengurangi ketidaknyamanannya (Lutfiani & Baidhowy, 2022).

Temuan sebuah penelitian oleh Hartoyo (2023) tentang *Nursing Intervention of Red Ginger Warm Compress To Reduce Pain Levels In The Elderly* menyatakan terapi kompres hangat jahe merah bila diterapkan selama tujuh hari berturut-turut pada individu dengan kondisi kesehatan asam urat, telah terbukti dalam mengurangi ketidaknyamanan sendi terkait asam urat dari skala lima menjadi satu (Hartoyo, 2023).

Temuan studi berbeda oleh Wilda dan Panorama (2019) tentang *Warm Compress of Ginger on Changes in Pain in Enderly with Gout Arthritis* yang ditempatkan di Prolanis Ngetos, Kabupaten Nganjuk, dari 28 Januari hingga 4 Februari 2019. Dilaporkan bahwa 15 pasien memiliki skala nyeri lima sebelum menerima kompres hangat jahe, tetapi setelah menerimanya, tingkat rasa sakit mereka turun menjadi dua. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa mengoleskan kompres jahe merah hangat pada pasien senior dengan artritis asam urat menggunakan waslap yang dipanaskan hingga kira-kira 40 °C selama 15 menit di sore hari sewaktu 7 hari memiliki efek menurunkan tingkat nyeri (Wilda & Panorama, 2019).

Berlandaskan Riskesdas (2018), jumlah asam urat di Indonesia meningkat sejumlah 7,30% dari kelompok penyakit sendi berdasarkan tanda dan gejala pada tahun 2018. Data menunjukkan bahwa jumlah asam urat di Provinsi Jawa Barat sekitar 8,86%, menempati urutan keenam setelah

Provinsi Kalimantan Barat dengan prevalensi 9,57%. Pada tahun 2023, tes asam urat menjadi salah satu dari lima tes yang paling sering dilakukan, menurut daftar rekam medis di Puskesmas Cikole, Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat. Pusat Kesehatan Cikole melakukan studi pendahuluan pada Desember 2023–Februari 2024 dan menemukan bahwa dari 55 pasien asam urat yang tiba, 41 adalah wanita dan 14 adalah pria. Dari beberapa hasil wawancara pada 3 pengunjung mengalami asam urat disertai nyeri pada bagian sendi lutut, 1 orang mengalami asam urat disertai nyeri dan panas pada bagian pinggang. Adapun hasil wawancara yang dilakukan kepada Kepala Puskesmas di Puskesmas ini masih jarang dilakukan penelitian maupun promosi kesehatan dari Mahasiswa.

Berdasarkan dari hasil data- data diatas, penulis tertarik untuk meneliti efek terapi kompres hangat air jahe merah pada tingkatan nyeri pasien asam urat, jahe merah ditambahkan ke air terkompresi karena mengandung konsentrasi senyawa yang lebih besar daripada bentuk jahe lainnya, seperti aerosol dan minyak esensial, menjadikannya pilihan yang sangat baik untuk tujuan terapeutik.

Mayoritas orang masih belum menyadari metode terapeutik kompres hangat menggunakan air jahe. Sementara itu, mirip dengan terapi standar menggunakan air hangat, teknik ini telah terbukti dalam beberapa percobaan untuk mengurangi nyeri dan tergolong mudah dikerjakan dengan mandiri.

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh penatalaksanaan terapi kompres hangat air jahe merah terhadap tingkat nyeri pada pasien dengan asam urat

METODE

Penelitian ini menggunakan metodologi studi kasus dan desain penelitian

kualitatif. Menggunakan pendekatan asuhan keperawatan dalam penelitian kualitatif. Selanjutnya, peneliti menyebarluaskan asuhan keperawatan, yang meliputi penilaian, diagnosis, implementasi, dan evaluasi keperawatan, Responden dari penelitian ini 2 orang pasien yang mengalami asam urat, sedang mengalami nyeri ringan - sedang (skala 1-6) dan tidak mengalami peradangan pada sendi, ditandai dengan kemerahan, Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi pengukuran intensitas nyeri menggunakan skala penilaian numerik atau *Numerical Rating Scale* (NRS). Untuk hasil pengukuran tingkat nyeri akan dicatat di lembar pengumpulan data yang berisikan karakteristik nyeri meliputi faktor pencetus nyeri, kualitas nyeri, skala nyeri sebelum dan setelah melakukan kompres air jahe merah, lokasi nyeri, intensitas nyeri, dan durasi nyeri. Sedangkan data hasil observasi didapatkan hasil berupa pengkajian fisik khususnya bagian ekstremitas, Izin etik penelitian dilakukan di FITKes Universitas Jendral Ahmad Yani. Peneliti telah mendapatkan surat izin persetujuan etik (*Ethical Clearance*) dengan Nomor.028/KEPK/FITKes-Unjani/III/2024 yang diterbitkan pada tanggal 26 Maret 2024.

HASIL

Puskesmas Cikole Lembang yang berlokasi di Jalan Lapang, RT.15/RW.03, Desa Cikole, Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat, merupakan lingkungan kerja di mana studi kasus ini dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana terapi kompres hangat air jahe merah mempengaruhi ambang nyeri pasien asam urat. Berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditentukan, peneliti mampu mendapatkan dua pasien. Kerangka waktu penanganan pasien 1 adalah dari 29 Maret hingga 4 April 2024 pukul 15.00, sedangkan kerangka waktu penanganan pasien 2 adalah dari 29 Maret hingga 4 April 2024 pukul 16.15. Setiap rumah klien berfungsi sebagai tempat

intervensi.

Hasil penelitian didapatkan hasil pengkajian kepada dua orang pasien yang mengalami nyeri sendi akibat asam urat, berikut penjelasannya :

Tabel 1. Karakteristik Pasien

Karakteristik	Pasien 1	Pasien 2
Nama	Ny. A	Ny. C
Usia	55 Tahun	46 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan
Pekerjaan	Bidan	Ibu Rumah Tangga
Agama	Islam	Islam
Pendidikan	D3 Kebidanan	SD
Alamat Rumah	Kp. Lapang	Kp. Lapang
Diagnosa Medis	Asam Urat	Asam Urat
Tanggal Pengkajian	29 Maret 2024	29 Maret 2024
Waktu Pengkajian	15.00 WIB	16.15 WIB

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa kedua pasien adalah seorang perempuan yang memiliki umur yang berbeda, Ny. A berusia 55 Tahun dan Ny. C berusia 46 Tahun. Diagnosa Medis yang dialami kedua pasien tersebut yaitu asam urat.

Pada tanggal 29 Maret 2024 pukul 15.00 WIB dilakukan pengkajian didapatkan hasil Ny. A mengeluh nyeri pada bagian sendi lutut kanan, nyeri dirasakan seperti tersayat perih dan kaku dengan skala nyeri 6 (0-10) yaitu dalam kategori sedang, nyeri dirasakan hilang timbul. Pasien tampak meringis, dan juga mengeluh sering nyeri saat bangun tidur. Pasien mengatakan sering mengkonsumsi sayuran hijau dan kacang-kacangan. Hasil pemeriksaan fisik didapatkan sebagai berikut, TD : 135/103 mmHg, RR: 20x/menit, N : 97x/menit, S : 36,3°C, SPO : 98%, dan kadar asam urat 8,8 mg/dL. Pada sistem *musculoskeletal* bagian ekstremitas kaki kanan mengalami keterbatasan dalam pergerakan ketika jalan harus hati-hati, dengan kekuatan otot ekstremitas atas 5555/5555 dan

ekstemitas bawah 4444/5555 dari (0-5).

Pada tanggal 29 Maret 2024 pukul 16.15 WIB dilakukan pengkajian didapatkan hasil Ny. C mengeluh nyeri pada bagian sendi lutut kiri, nyeri dirasakan seperti ada ganjalan pada bagian lutut dan pegal dengan skala nyeri 4 (0-10) yaitu dalam kategori sedang, nyeri dirasakan hilang timbul. Pasien tampak meringis kesakitan ketika bangun dari duduk dan mengeluh sering nyeri saat kedinginan. Pasien juga mengatakan sering mengkonsumsi sayuran hijau, tahu, tempe dan kacang-kacangan. Hasil pemeriksaan fisik didapatkan sebagai berikut, TD : 130/80 mmHg, RR : 20x/menit, N : 74x/menit, S : 36,2°C, SPO 99% dan kadar asam urat 8,1 mg/dL. Pada sistem *musculoskeletal* bagian ekstremitas kaki kiri mengalami keterbatasan dalam pergerakan ketika di tekuk mengalami kesulitan, dengan kekuatan otot ekstremitas atas 5555/5555 dan ekstremitas bawah 5555/3333 dari (0-5).

Penilaian menunjukkan bahwa nyeri akut yang terkait dengan agen cedera fisiologis adalah diagnosis keperawatan umum antara kedua pasien. Oleh karena itu, pasien yang mengeluh nyeri dan terlihat meringis merupakan ciri dari diagnosis keperawatan berdasarkan buku Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) untuk pasien 1 dan 2. Diagnosis ini terkait dengan nyeri akut yang terkait dengan agen bahaya fisiologis (inflamasi) (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Rencana keperawatan yang dilaksanakan berfokus pada nyeri akut sesuai dengan penilaian yang diterima. Menurut rencana keperawatan yang sedang dilaksanakan, diantisipasi bahwa setelah intervensi, tingkat nyeri pasien akan turun sesuai dengan kriteria bahwa hasil keluhan nyeri akan cukup turun dan meringis akan turun (Tim Pokja SLKI DPP PPNI, 2019).

Berdasarkan perencanaan keperawatan yang didapatkan maka intervensi keperawatan yang dilakukan yaitu berfokus pada nyeri akut. Intervensi yang dilakukan adalah manajemen nyeri dengan terapi kompres hangat air jahe merah (Tim Pokja SIKI DPP

PPNI, 2018). Implementasi keperawatan peneliti perawat didasarkan pada rencana atau intervensi yang telah ditentukan sebelumnya. Implementasi dilakukan pada sore hari selama tujuh hari berturut-turut, memberikan kompres 15 menit kepada setiap pasien.

Tabel 4. 2 Hasil Pengukuran Tingkat Nyeri

Hari ke-	Pasien 1							Pasien 2						
	I	II	III	IV	V	VI	VII	I	II	III	IV	V	VI	VII
Sebelum intervensi	6	5	4	4	3	3	2	4	4	6	5	4	3	3
Sesudah intervensi	4	3	3	2	2	1	1	2	2	4	4	2	2	1

Sumber : Data Primer, (2024)

Keterangan :

- 0 : tidak ada nyeri, tidak ada keluhan nyeri
- 1-3 : nyeri ringan, mulai terasa dan dapat ditahan
- 4-6 : nyeri sedang, rasa nyeri yang mengganggu dan memerlukan usaha untuk menahan
- 7-9 : nyeri berat, rasa nyeri yang sangat mengganggu dan tidak dapat ditahan
- 10 : nyeri paling hebat, tidak mampu lagi berkomunikasi dan tidak dapat terkontrol

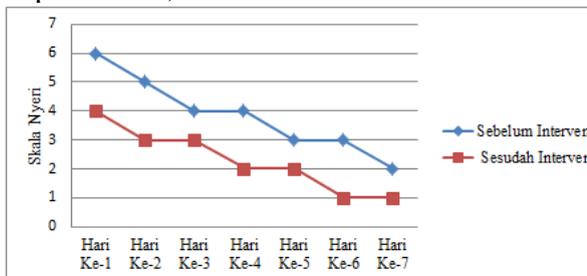
Tabel 3. Rata-rata Skala Nyeri Pasien 1

	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
N Valid	7	7
Mean	3,86	2,29

Sumber : Data Primer, (2024)

Keterangan :

- Rata- rata skala nyeri sebelum intervensi = 3,86
- Rata- rata skala nyeri sesudah intervensi = 2,29
- Selisih penurunan skala nyeri pada pasien = 1,57



Gambar 4. 1 Grafik Skala Nyeri Pasien 1

Sumber : Data Primer, (2024)

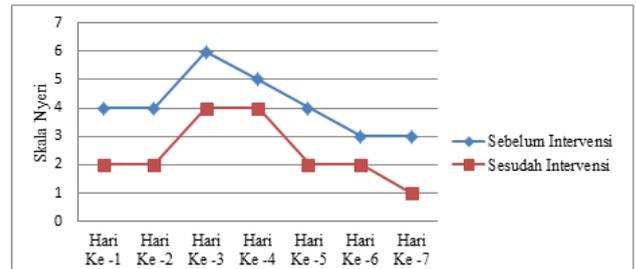
Tabel 4. Rata-rata Skala Nyeri Pasien 2

	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
N Valid	7	7
Mean	4,14	2,43

Sumber : Data Primer, (2024)

Keterangan :

- Rata- rata skala nyeri sebelum intervensi = 4,14
- Rata- rata skala nyeri sesudah intervensi = 2,43
- Selisih penurunan skala nyeri pada pasien = 1,71



Gambar 4. 2 Grafik Skala Nyeri Pasien 2

Sumber : Data Primer, (2024)

Evaluasi yang dilakukan pada kedua pasien yaitu berfokus pada tingkat nyerinya dengan cara memonitor skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi kompres hangat air jahe merah. Dapat dilihat pada tabel 2., pasien 1 mengalami penurunan skala nyeri dari 6 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri ringan) dan pasien 2 mengalami penurunan skala nyeri dari 4 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri ringan), sedangkan jika dihitung berdasarkan rata-ratanya dapat dilihat pada tabel 3., pasien 1 mengalami penurunan skala nyeri dari rata-rata skala nyeri selama 7 hari 3,86 menjadi 2,29 dan dapat dilihat pada tabel 4., pasien 2 mengalami penurunan skala nyeri dari rata- rata skala nyeri selama 7 hari 4,14 menjadi 2,43. Itu membuktikan bahwa pada kedua pasien selama 7 hari berturut- turut mengalami penurunan tingkat nyeri ditandai dengan kedua pasien tidak tampak meringis.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penilaian, dua pasien diidentifikasi yaitu pasien 1, seorang wanita berusia 55 tahun bernama Ibu A, memiliki

kadar asam urat 8,8 mg/dL, dan pasien 2, seorang wanita berusia 46 tahun bernama Ibu C, memiliki kadar asam urat 8,1 mg/dL. Kedua pasien mengonsumsi kacang-kacangan dan sayuran hijau secara teratur, yang berkontribusi pada kadar asam urat mereka sering berulang dan menyebabkan rasa sakit. Purin dimetabolisme untuk menghasilkan asam urat; Sebagian besar purin ditemukan dalam makanan, terutama pada daging, jeroan, kacang-kacangan, dan tanaman tertentu. Banyak faktor yang termasuk pilihan diet dan gaya hidup, dapat memengaruhi kadar asam urat tubuh. Peningkatan kadar asam urat yang berlebihan dapat disebabkan oleh tubuh yang memproduksi terlalu banyak asam urat atau dari tubuh yang menghambat ekskresi asam urat sendiri (Dungga, 2022). Kadar asam urat normal pria adalah antara 3,5 dan 7,0 mg/dL, sedangkan kadar normal wanita antara 2,6 dan 6,0 mg/dL (Pailan dkk., 2023).

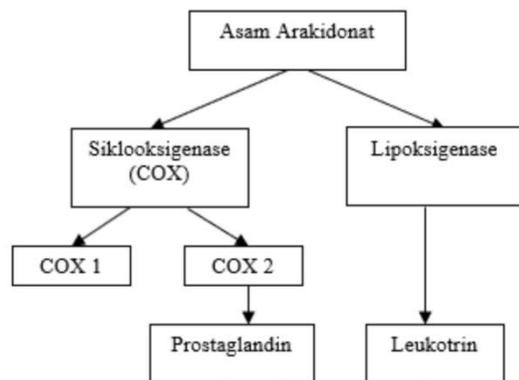
Berdasarkan data yang diperoleh pasien 2 mengalami peningkatan skala nyeri pada terapi hari ke- 3 dikarenakan pasien mengonsumsi makanan tinggi purin, sehingga nyeri pada bagian sendi nya meningkat. Makanan adalah sumber utama purin, terutama jeroan daging sapi, berbagai sayuran, dan kacang-kacangan (Fitriani dkk., 2021). Kebiasaan makan seseorang memiliki dampak yang signifikan pada kesehatan fisik dan umum mereka. Mengonsumsi banyak makanan kaya purin akan meningkatkan kemungkinan Anda terkena asam urat. Risiko asam urat akan meningkat dengan adanya kebiasaan makan yang tidak seimbang. Kelebihan asam urat darah dapat disebabkan oleh beberapa hal, meskipun konsumsi purin memiliki efek pengurangan yang signifikan (Kussoy dkk., 2019).

Menurut temuan penelitian, Ny.A memiliki skor skala nyeri enam, sedangkan Ny.C memiliki skor empat. Keduanya termasuk dalam kisaran moderat kriteria nyeri berdasarkan skala

numerik. Tujuh hari berturut-turut, selama lima belas menit di sore hari penelitian dilakukan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wilda dan Panorama (2019) tentang *Warm Compress of Ginger on Changes in Pain in Enderly with Gout Arthritis*. Diamati bahwa 15 pasien memiliki skala nyeri 5 sebelum menerima kompres jahe hangat; Setelah penerapan kompres, skala nyeri pasien menurun menjadi 2. Akibatnya dapat dikatakan bahwa mengoleskan kompres jahe merah hangat pada pasien lanjut usia dengan gout arthritis selama 15 menit setiap sore selama tujuh hari memiliki efek menurunkan tingkat nyeri. Waslap harus dipanaskan hingga sekitar 40 °C.

Menggunakan suhu hangat untuk menyebabkan efek fisiologis dan perubahan fisik dikenal sebagai kompres hangat. Kompres hangat dimaksudkan untuk melembutkan jaringan berserat, mengendurkan otot tubuh, mengurangi rasa sakit, dan meningkatkan suplai aliran darah. Namun, mereka juga dapat menyebabkan vasodilatasi, yaitu pelebaran pinggir pembuluh darah yang terjadi ketika otot dinding pembuluh darah rileks (Wijaya dkk., 2020). Pada penelitian ini dilakukan penambahan jahe merah pada air kompresan untuk meningkatkan efektivitas mengurangi rasa nyeri. Jahe merah ditambahkan ke air terkompresi karena memiliki jumlah senyawa yang jauh lebih besar, termasuk sebagai minyak esensial dan aerosol, daripada bentuk jahe lainnya. Ini membuatnya ideal untuk membuat ramuan terapeutik. Sifat farmakologis dan fisiologis jahe merah sendiri meliputi sensasi pemanasan, anti inflamasi, analgesik, antioksidan, antikanker, antibakteri, antidiabetes, anti obesitas, dan sifat antiemetik. Lebih aman menggunakan jahe sebagai kompres daripada mengonsumsi ekstrak jahe secara oral. Konsumsi jahe, baik secara oral maupun berlebihan, dapat menyebabkan masalah pencernaan seperti diare (Radharani, 2020). Banyak mekanisme, termasuk persepsi nyeri, sensitisasi perifer, perubahan fenotip,

sensitisasi sentral ektopik, stimulasi, konfigurasi ulang struktural, dan pengurangan penghambatan, adalah dasar dari mekanisme pembentukan nyeri. Antara stimulasi yang merusak jaringan dan pengalaman subjektif konduksi, modulasi, dan persepsi rasa sakit, ada empat proses berbeda yang bekerja. Sinyal nyeri area yang terluka adalah penyebab impuls. Selanjutnya, sinyal ditransmisikan ke talamus, organ sensorik otak, di mana pengalaman seperti sentuhan, panas, dingin, nyeri, dan sebagainya dipertimbangkan. Selanjutnya, pesan ditransmisikan ke korteks serebral, yang bertanggung jawab untuk menentukan lokasi dan tingkat rasa sakit (Putri dkk., 2023).



Gambar 1. Ilustrasi Mekanisme Gingerol Sebagai Antiinflamasi

Sumber : Nugraha dkk., (2020)

Kompres hangat dengan menggunakan waslap yang dipanaskan hingga sekitar 40 °C, intervensi terapi kompres hangat air jahe diberikan selama 15 menit. Jahe merah dapat digunakan untuk mengurangi nyeri asam urat dan peradangan karena sifat anti-inflamasinya. Inilah alasan penurunan ketidaknyamanan yang diamati. Bahan aktif jahe merah memiliki kemampuan untuk mengurangi ketidaknyamanan kedua pasien. Obat antiinflamasi nonsteroid dapat ditemukan dalam jahe. Pada rimpang jahe, zat kimia dengan sifat anti-inflamasi termasuk (6)-shogaol dan gingerol (6, 8, dan 10). Metode tindakan melibatkan pemblokiran enzim cyclooxygenase-2 (COX-2) untuk

mencegah pembentukan prostaglandin (Wafiyana dkk., 2020). Karena bersaing dengan asam arakidonat, penyumbatan jalur COX dan lipooxygenase ini juga secara langsung menghambat sintesis prostaglandin dan leukotrien. Diberi kompres jahe, rasa pedas kompres akan mengurangi peradangan, menghilangkan rasa sakit, kekakuan, dan kejang otot. Hal ini karena penghambatan pembentukan prostaglandin dan leucotrin akan mengirimkan impuls ke otak untuk menghalangi dorongan nyeri, mengakibatkan penurunan impuls nyeri ke otak dan penurunan rasa sakit (Ilham, 2020). Terbukti pada saat penelitian dilakukan, efek panas dan pedas dari jahe merah ini mampu bertahan beberapa jam setelah intervensi dilakukan pada pasien. Pasien mengatakan rasa hangatnya bertahan sekitar 4 jam setelah dilakukan terapi kompres. Hal ini konsisten dengan penelitian Udiyani (2018), yang menemukan bahwa penerapan kompres hangat pada area sendi menyebabkan tingkat nyeri peserta menurun. Ini menunjukkan adanya mekanisme penutupan gerbang di korteks serebral, pusat kontrol nyeri utama. Untuk mengurangi jumlah rasa sakit yang disebabkan oleh serangan radang sendi, stimulasi kulit yang diterapkan pada area sendi menurunkan pH. Tujuan kompres hangat adalah untuk menurunkan pH darah. Mereka harus diterapkan selama 15 menit. Jika kompres dilakukan selama satu jam, kulit menjadi merah dan terasa panas (Udiyani, 2018).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terapi kompres hangat air jahe merah ini terbukti efektif, kandungan zat aktif pada jahe merah mampu menghambat pembentukan prostaglandin dan leukotrin yang dapat mentransmisi impuls ke otak untuk memblok stimulus nyeri, sehingga impuls nyeri ke otak akan berkurang dan terjadi penurunan nyeri pada pasien 1 dan 2. Hasil pengukuran tingkat nyeri pada pasien 1 mengalami penurunan skala nyeri dari 6

(nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri ringan) dan pasien 2 mengalami penurunan skala nyeri dari 4 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri ringan). Itu membuktikan bahwa terapi kompres hangat air jahe merah, dapat menurunkan tingkat nyeri pada kedua pasien.

REFERENSI

- Amrullah, A. amir, Fatimah, K. S., Nandy, N. P., Septiana, W., Azizah, S. N., Nursalsabila, Alya, A. H., Batrisyia, D., & Zain, N. S. (2023). Gambaran Asam Urat pada Lansia di Posyandu Melati Kecamatan Cipayung Jakarta Timur. *Jurnal riset ilmu kesehatan dan Keperawatan*, 1(2), 162–175.
- Arraisyi, F., & Imran, Y. (2022). Pengaruh Nyeri Kronik dalam Penurunan Fungsi kognitif. *Sanus Medical Journal*, 3(1), 19–24. <https://doi.org/10.22236/sanus.v3i1.8525>
- Asisdiq, I., Sudding, & Side, S. (2017). Terapi Kompres Hangat Jahe Merah Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis: Literature Review. *Pendidikan Kimia PPs UNM*, 1(1), 91–99.
- Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- Chi, X., Zhang, H., Zhang, S., & Ma, K. (2020). Chinese herbal medicine for gout: A review of the clinical evidence and pharmacological mechanisms. *Chinese Medicine (United Kingdom)*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s13020-020-0297-y>
- Emril, D. R., & Suhandi, R. (2022). Mixed Pain in Low Back Pain: Elaboration and Identification. *Jurnal Sinaps*, 5(3), 1–9.
- Febriani, Y., Riasari, H., Winingsih, W., Aulifa, D. L., & Permatasari, A. (2018). *The Potential Use of Red Ginger (Zingiber officinale Roscoe) Dregs as Analgesic*. 1(1), 8. [http://files/238/Febriani et al. - The Potential Use of Red Ginger \(Zingiber officinale.pdf](http://files/238/Febriani%20et%20al.%20-%20The%20Potential%20Use%20of%20Red%20Ginger%20(Zingiber%20officinale.pdf)
- Hartoyo, E. D. (2023). Nursing Intervention of Red Ginger Warm Compress To Reduce Pain Levels In The Elderly. *Indonesian Journal of Community Development*, 3(1), 1–9.
- Hidayat, R., & Mangunkusumo, C. (2022). *Penyakit Asam Urat: Apakah berbahaya?* https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1413/penyakit-asam-urat-apakah-berbahaya
- Ilham. (2020). Pengaruh Kompres Hangat Menggunakan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis. *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 11(2), 17–22. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v11i2.144>
- Khormi, A. A. M., Basalem, A. A., Mz, A., Muaddi, A., & Alaskar, A. M. (2023). *Pengetahuan dan sikap pasien asam urat serta perspektif mereka tentang diagnosis dan penatalaksanaan: Sebuah studi cross-sectional di Arab Saudi Abstrak*. 11(September).
- Krishna, L. F. puspita, & Putri, M. A. (2021). Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Arthritis Gout. *Publikasi Ilmiah Bidang kesehatan*, 5(1), 31–43. <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v5i1.88>
- Kussoy, V. F. M., Kundre, R., & Wowiling, F. (2019). Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin Dengan Kadar Asam Urat Di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1–7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.27476>
- Lara. (2022). *Efektivitas Pemberian Kompres Jahe Merah Pada Lansia dengan Gout Arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran*. 5(8.5.2017), 2003–2005. www.aging-us.com
- Lutfiani, A., & Baidhowy, A. S. (2022). Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Manajemen Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(2), 76.

- <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i2.9855>
- Mayasari, C. D. (2020). Pentingnya Pemahaman Manajemen Nyeri Non Farmakologi Bagi Seorang Perawat. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 1(1), 35–42. <https://stikessantupaulus.ejournal.id/JWK/article/view/13/5>
- Murwani, A., Nuryati, N., Hikmawati, A. N., Kusumasari, R. V., & Amri, R. Y. (2022). Analisis Kompres Air Hangat Sebagai Intervensi Gout Arthritis Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Keluarga Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 378–383. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.785>
- Mustayah, A. (2019). *International Conference of Kerta Cendekia Nursing Academy*. 1, 42–48. <http://ejournal-kertacendekia.id/index.php/ICKCNA/>
- Naviri, I., Dwirahayu, Y., & Andayani, S. (2019). Studi Kasus : Upaya Penurunan Nyeri Pada Anggota Keluarga Ny.P Penderita Penyakit Gout Arthritis di Puskesmas Siman Ponorogo. *Health Sciences Journal*, 3(2), 64. <https://doi.org/10.24269/hsj.v3i2.275>
- Nugraha, D. F., Putri, M. R., & Melati, H. (2020). Uji Aktivitas Infusa Rimpang Temu Mangga (Curcuma mangga Valetton and Zijp) Sebagai Anti Inflamasi. *Jurnal Surya Medika*, 8, 18–24.
- Nurhamidah, & Nofiani, S. (2015). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Asam Urat pada Pasien Rawat Jalan di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 2(2), 2–11. <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JKP/article/view/19>
- Pailan, E. T., Baharuddin, B., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Makassar, T. (2023). Analisis Faktor Risiko Gout Arthritis Pendahuluan. *Jurnal ilmiah kesehatan*, 157–162.
- Putri, S. A., Naziyah, N., & Suralaga, C. (2023). Efektivitas Kompres Hangat pada Lansia terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis di Posbindu Kemuning Baktijaya Depok. *Malahayati Nursing Journal*, 5(7), 2267–2279. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i7.9047>
- Radharani, R. (2020). Warm Ginger Compress to Decrease Pain Intensity in Patients with Arthritis Gout. *Jurnal Ilmiah*, 11(1), 573–578. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.349>
- Rahayu, M. K., Waluyanti, F. T., & Hayati, H. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Reaksi Nyeri Akibat Tindakan Invasif Pada Anak Yang Dirawat. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik*, 2(2), 13–21. <https://doi.org/10.48079/vol2.iss2.37>
- Rakasiswi, I. A., & Dermawan, D. (2023). Penatalaksanaan Latihan Isometrik dan Pemberian Diet Rendah Purin dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien Gout di Desa Joho. *Healthy Indonesian Journal*, 2(2), 59–69.
- Samsudin, A. R. R., Kundre, R., & Onibala, F. (2016). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscoe Var Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada penderita Gout Arthritis Di Desa Tateli Dua Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v4i1.12128>
- Sapkota, B., Shrestha, R., & Giri, S. (2022). Community pharmacy-based SOAP notes documentation. *Medicine (United States)*, 101(30), E29495. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000029495>
- Silpiyani, S., Kurniawan, W. E., & Wibowo, T. H. (2023). Karakteristik Responden Lansia Penderita Asam Urat Di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok. *Jurnal Riset Ilmiah*, 2(5), 1818–1828. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i5.916>
- Singh, J. A., & Gaffo, A. (2020). Gout epidemiology and comorbidities. *Seminars in Arthritis and Rheumatism*,

- 50(3), S11–S16.
<https://doi.org/10.1016/j.semarthrit.2020.04.008>
- Sowwam, M., Sudaryanto, S., & Widyastuti, L. (2022). Efektivitas Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Asam Urat Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 2(1), 12–17.
<https://doi.org/10.47701/dutamedika.v2i1.1955>
- Sriwiyati, L., & Noviyanti, D. (2018). Efektivitas Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Penderita Asam Urat Di Desa Tempurejo Dan Jurug Jumapolo Karanganyar. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 47–54.
<https://doi.org/10.37831/jik.v6i1.143>
- Susanti, S., Andriani, D., & Bistara, D. N. (2021). the Application of Warm Water Compresses With Ginger and Lemongrass on Pain Intensity in Patients With Gout Arthritis. *Nurse and Holistic Care*, 1(2), 63–72.
<https://doi.org/10.33086/nhc.v1i2.2206>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia* (Edisi I). Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan* (Edisi I). Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (Edisi I). Jakarta: DPP PPNI.
- Udiyani, R. (2018). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Rematik Pada Lansia (The Effect of Great Compress Warranting to Decreasing Rematic Pain in Elderly). *Jurnal Darul Azhar*, 5(1), 72–76.
- Wafiyana, N., Septiawati, D., Alvi, F., Anita, B., Ayu, R., & Bening, R. (2020). Efektivitas Analgesik Ekstrak Kombinasi Pada Mencit (Mus musculus). *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 8(2).
<https://doi.org/10.47794/jkhws.v8i2>
- Widyanto, W., & Fandi. (2017). Arthritis Gout Dan Perkembangannya. *Saintika Medika*, 10(2), 145.
<https://doi.org/10.22219/sm.v10i2.4182>
- Wijaya, S. E. N., Nurwijayanti, A. M., & Santoso, D. Y. A. (2020). Effect of Giving Warm Compress Therapy and Bay Leaf Decoction To Scale Level Gout Arthritis Pain. *Proceedings of the International Conference on Nursing and Health Sciences*, 1(1), 217–228.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/PICNHS>
- Wilda, L. O., & Panorama, B. (2019). Kompres Hangat Jahe terhadap Perubahan Nyeri Pada Lansia dengan Arthritis Gout. *Journals of Ners Community*, 11(1), 28–34.
<http://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/1043>
- Yusnita, N., Juanita, & Hadi, N. (2022). Efektivitas Pemberian Terapi Kompres Hangat Jahe Untuk Lansia dengan Nyeri Sendi: Suatu Studi Kasus The Effectiveness Of Ginger Warm Compress Therapy For The Elderly With Joint Pain: A Case Study. *JIM Fkep*, 1, 3.
- Zalila, R., H. Firman, & Wahyuni, S. (2022). Asuhan Keperawatan Arthritis Gout pada Lansia dengan Penatalaksanaan Senam Ergonomic Untuk Menurunkan Nyeri Sendi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Kota Palembang. *Media Informasi*, 18(1), 45–51.
<https://doi.org/10.37160/bmi.v18i1.8>