

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin

Volume 1, Nomor 7, Agustus 2023

E-ISSN: [2986-6340](https://doi.org/10.5281/zenodo.8248213)DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8248213>

Pemberian Kompres Hangat Jahe Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Lansia Penderita Asam Urat

Mela Sulistyiana¹, Sudiarto², Fida Dyah Puspasari³^{1,2,3}Politeknik Yakpermas Banyumas, D-III KeperawatanEmail: melasulistyiana2017@gmail.com¹, ato.alfito@gmail.com², fidaanizar@gmail.com³

Abstrak

Latar belakang : Asam urat merupakan salah satu penyakit dimana terjadi penumpukan purin yang dapat menyebabkan peradangan sendi sampai mengalami pembengkakan, sehingga seseorang yang mengalami asam urat pastinya akan merasakan nyeri tak tertahankan. Asam urat biasanya muncul pada daerah jempol kaki, pergelangan kaki, lutut serta siku. Salah satu pengobatan nonfarmakologi untuk mengurangi rasa nyeri yaitu menggunakan kompres hangat jahe. Nyeri merupakan suatu kondisi yang mengganggu dan tidak menyenangkan karena terjadi kerusakan pada jaringan yang dapat menimbulkan rasa sakit bagi yang merasakannya. Sampai saat ini masih banyak tenaga kesehatan di rumah sakit yang menggunakan teknik farmakologi untuk mengurangi nyeri dibanding menggunakan teknik nonfarmakologi. Tujuan: penelitian ini adalah menggambarkan pengaruh pemberian kompres hangat jahe untuk menurunkan tingkat nyeri pada lansia penderita asam urat. Metode penelitian: studi kasus. Hasil: penelitian menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat jahe dapat menurunkan tingkat nyeri yang dirasakan pasien dengan skala nyeri awal 7 lalu turun menjadi skala nyeri 4. Kesimpulan: penelitian ada pengaruh kompres hangat jahe untuk menurunkan tingkat nyeri penderita asam urat pada Ny.S dengan skala awal 7 menjadi skala 4.

Kata Kunci: *Pemberian, Kompres Hangat Jahe, Nyeri, Lansia, Asam Urat*

Abstract

Background: Gout is a disease where purine buildup occurs which can cause joint inflammation to the point of swelling, so that someone who has gout will definitely feel unbearable pain. Gout usually appears in the big toe, ankle, knee, and elbow areas. One of the non-pharmacological treatments to reduce pain is to use ginger warm compresses. Purpose: this study was to describe the effect of giving warm ginger compresses to reduce pain levels in elderly people with gout. Research method: case study. Result: research shows that giving ginger warm compresses can reduce the level of pain felt by Mrs. S with an initial pain scale of 7 then dropped to a pain scale of 4. Conclusion: research has the effect of warm ginger compresses to reduce the pain level of gout sufferers in Mrs. S with an initial scale of 7 to a scale of 4.

Keywords: *Giving, Ginger Warm, Compress, Pain, Elderly, Gout*

Article Info

Received date: 20 July 2023

Revised date: 27 July 2023

Accepted date: 02 August 2023

PENDAHULUAN

Asam urat merupakan salah satu penyakit dimana terjadi penumpukan purin yang dapat menyebabkan peradangan sendi sampai mengalami pembengkakan, sehingga seseorang yang mengalami asam urat pastinya akan merasakan nyeri tak tertahankan menurut Smeltzer (2014) dalam (Radharani, 2020). Asam urat biasanya muncul pada daerah jempol kaki, pergelangan kaki, lutut serta siku. Salah satu pengobatan nonfarmakologi untuk mengurangi rasa nyeri yaitu menggunakan kompres hangat jahe menurut Nahariani, Lisawati & Wibowo (2015) dalam (Radharani, 2020).

Nyeri merupakan suatu kondisi yang mengganggu dan tidak menyenangkan karena terjadi kerusakan pada jaringan yang dapat menimbulkan rasa sakit bagi yang merasakannya menurut Smeltzer (2015) dalam (Radharani, 2020). Sampai saat ini masih banyak tenaga kesehatan di rumah sakit yang menggunakan teknik farmakologi untuk mengurangi nyeri dibanding menggunakan teknik nonfarmakologi menurut (Radharani, 2020).

Salah satu tindakan nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri pada penderita asam urat yaitu dengan kompres hangat jahe. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) prevalensi kasus asam urat berkisar 5-30% dari populasi umum dan mungkin lebih tinggi pada kelompok etnis tertentu. Prevalensi asam urat baru-baru ini meningkat secara global, kemungkinan karena meningkatnya prevalensi dan penggunaan obat-obatan. Prevalensi asam urat secara global belum tercatat, dan jumlah pasien asam urat telah meningkat menjadi 8,3 juta, dimana 6,1 juta adalah laki-laki dan 2,2 juta perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi asam urat di Amerika Serikat telah meningkat selama dua decade terakhir menurut Zhu et al (2015) dalam (Radharani, 2020). Di Indonesia, nyeri sendi merupakan salah satu dari 12 penyakit tergolong tidak menular dengan angka kejadian 24,7% (Badan Penelitian dan Pengembangan Indonesia, 2013). 81% penduduk Indonesia menderita penyakit asam urat, 24% memilih berobat ke dokter, dan 71% membeli obat di warung. Hal ini menjadikan Indonesia sebagai negara dengan jumlah penderita arthritis terbanyak dibandingkan dengan negara Asia lainnya menurut Riskesdes (2013) dalam (Anita & Dwi, 2022)

Indonesia memiliki prevalensi penyakit asam urat tertinggi di Asia Tenggara dengan prevalensi 665.745 (0,27%), 238.452.952 orang (2). Menurut Studi Kesehatan Dasar Indonesia (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi penyakit asam urat menempati urutan pertama di Bali sebesar 19,3%. Kalimantan Selatan merupakan salah satu provinsi dengan angka kejadian penyakit asam urat yang tinggi, menempati urutan ke-17 dengan prevalensi 9,5% penderita penyakit asam urat menurut (Putri et al., 2017).

Di Jawa Tengah prevalensi penyakit asam urat belum diketahui secara pasti. Dari suatu survei epidemiologik yang dilakukan di Jawa Tengah atas kerjasama WHO terhadap 4683 sampel berusia 15-45 tahun, di dapatkan prevalensi asam urat sebesar 24,3% menurut Nengsi et al (2014). Menurut Riskesdas tahun 2018 prevalensi penyakit gout di Purbalingga sebesar 12,26%.

Penatalaksanaan pengobatan nyeri asam urat yang biasa digunakan untuk meredakan nyeri pada asam urat biasanya dilakukan dengan obat-obatan yaitu golongan salisilat dan golongan obat anti inflamasi nonsteroid. Obat non-opioid sering digunakan untuk manajemen nyeri, terutama pada tahap rencana perawatan ini. Salah satu efek serius NSAID adalah perdarahan gastrointestinal. Risiko lebih besar dengan dosis tinggi, penggunaan campuran, dan usia pasien menurut Nengsi et al (2014) dalam (Nadia, 2019)

Salah satu teknik nonfarmakologi untuk mengurangi rasa nyeri dan kejang otot akibat asam urat yaitu dengan terapi komplementer kompres hangat jahe menurut Purnamasari & Listyarini (2015) dalam (Nadia, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Herliana (2013), dalam Nadia (2019), membuktikan bahwa jahe memiliki kandungan yang dapat digunakan sebagai antiinflamasi karena memiliki gingerol atau senyawa yang mampu memberikan aktivitas antiinflamasi dan antioksidan. Terapi kompres hangat jahe yaitu dengan cara sediakan 100gr jahe yang sudah dicuci bersih dan diparut, lalu sediakan air hangat bersuhu 40-50°C didalam wadah/baskom dan celupkan handuk ke dalam air hangat tersebut, setelahnya peras handuk dan taruh parutan jahe ke handuk kemudian tempelkan atau kompres lokasi yang nyeri selama 15-20 menit sampai rasa nyeri berkurang.

Kompres hangat jahe adalah teknik nonfarmakologi untuk mengurangi rasa nyeri menggunakan air hangat bersuhu 40-50°C yang bertujuan untuk memberikan kehangatan

sehingga rasa nyeri akibat asam urat berkurang dan memberikan rasa nyaman menurut (Hidayat, 2009).

Berdasarkan kenyataan atau insiden tersebut, penulis tertarik untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah dalam masalah penderita asam urat dalam pemberian kompres hangat jahe untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri. Selain itu penulis tertarik lantaran metode kompres hangat jahe adalah cara yang murah dan mudah.

METODE PENELITIAN

Rancangan atau design penelitian dalam arti sempit dimaksud sebagai suatu proses pengumpulan dan analisa data. Menurut Nursalam (2016) disebutkan merupakan penelitian yang menakup pengkajian yang bertujuan memberikan gambaran secara detail mengenai latar belakang, sifat maupun karakter yang ada pada suatu kasus, dengan kata lain bahwa studi kasus memusatkan perhatian pada suatu kasus secara intensif dan secara terperinci. Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif yang dilakukan dengan tujuan utamanya adalah untuk membuat gambaran dengan suatu keadaan secara objektif.

Rancangan penelitian pada karya tulis ilmiah ini yaitu menggunakan rancangan penelitian studi kasus. Pada karya tulis ini yaitu menggunakan metode penelitian deskriptif yaitu mendeskripsikan atau menggambarkan pemberian kompres hangat jahe untuk menurunkan tingkat nyeri pada lansia penderita asam urat pada dengan gangguan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tanggal 8 Februari 2023 pemilihan klien di lakukan sesuai kriteria disertai dengan membangun bina hubungan saling percaya dengan klien serta menjelaskan kontrak kegiatan yang akan dilakukan. Pengkajian dilakukan pada tanggal 8 Februari 2023 yaitu dengan teknik wawancara secara langsung menggunakan kuisioner.

Dari hasil pengkajian, penulis mendapatkan data fokus sebagai berikut: saat pengkajian didapatkan hasil bahwa Ny. S mengeluh sering merasa nyeri saat beraktivitas terutama untuk beribadah. P: saat beraktivitas, Q: seperti ditusuk-tusuk, R: pada kaki bagian lutut sebelah kanan, S: skala 7, T: hilang timbul. Ny. S mendapatkan terapi medis yaitu amlodipine 10mg. Penelitian menunjukkan bahwa penderita asam urat bisa disebabkan karena faktor penyakit lain seperti darah tinggi dan penyakit jantung, selain itu lanjut usia juga memicu terjadinya asam urat. Pada saat dilakukan pemeriksaan kadar asam urat pada Ny.S pada tanggal 8 Februari 2023 kunjungan pertama terhadap klien sebelum tindakan pemberian kompres hangat jahe hasil pemeriksaan yang didapatkan adalah 10,6 mg/dL. Hadi, (2018)

Pada tanggal 9 Februari 2023 dengan tujuan untuk menjelaskan kepada klien bagaimana cara menurunkan nyeri asam urat dengan pemberian kompres hangat jahe. Sesuai dengan tujuan rancangan penulis, 100gram jahe yang sudah diparut lalu basahi kain atau handuk kecil dengan air hangat bersuhu 40-50°C, setelahnya letakkan parutan jahe ke atas handuk hangat dan kompres pada daerah yang nyeri selama 15-20 menit atau sampai nyeri berkurang. Pengompresan dilakukan setiap klien merasakan nyeri saja, disarankan selama dilakukan pengompresan hangat jahe selama 3 hari ini klien tetap menjaga pola makannya. Nadia, (2019)

Klien Ny. S merasakan nyeri yang dirasakan sekitar 2 tahun klien tampak menahan nyeri dan memegangi lutut dan pinggang. Hal ini sesuai dengan teori faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang terkena nyeri sendi meliputi usia (lebih dari 40 tahun), jenis kelamin (wanita lebih sering setelah menopause), faktor genetik, obesitas, cedera sendi, serta pekerjaan atau olahraga. Tanda gejala dari nyeri sendi meliputi kekakuan, bengkak, nyeri yang membuat penderita sulit berjalan, duduk, dan bangkit. Hadi, (2018)

Dari permasalahan yang ada, penulis lebih memfokuskan pada manajemen nyeri dengan pemberian tindakan non farmakologis yaitu kompres hangat jahe sesuai dengan

penelitian yang telah ada. Nyeri sendiri termasuk suatu rangkaian proses neurofisiologis kompleks yang disebut sebagai nosiseptif yang merefleksikan empat proses komponen yang nyata yaitu transduksi, transmisi, modulasi dan persepsi, dimana terjadinya stimulasi yang kuat diperifer sampai dirasakannya nyeri di susunan saraf pusat, apabila nyeri tidak ditangani akan membuat penderita merasa tidak nyaman dan susah untuk beraktivitas. Pada dasarnya, kompres hangat memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu. Kompres hangat jahe dapat membantu meredakan rasa nyeri, kaku dan spasme otot. Hadi, (2018)

Pada tanggal 10 Februari adalah hari pertama klien dilakukan kompres hangat jahe sesuai anjuran penulis. Penerapan kompres hangat jahe dilakukan malam hari sebelum klien tidur, penulis menggunakan bahan jahe untuk meredakan nyeri dan air hangat untuk memberikan rasa nyaman pada klien. Setelah 3 hari penerapan kompres hangat jahe yaitu pada tanggal 11-12 Februari 2023 penulis mulai melakukan pengecekan terkait tingkat nyeri karena asam urat dengan hasil didapatkan nyeri berkurang menjadi skala 4 dari pengecekan sebelumnya skala 7 setelah dilakukan kompres hangat jahe untuk menurunkan nyeri pada sendi lutut kaki kanan akibat asam urat di Desa Lambur. Hadi, (2018)

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kompres hangat jahe merupakan salah satu tindakan teknik nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingkat nyeri asam urat, hal ini sesuai dengan yang dikatakan bahwa jahe memiliki kandungan komponen aktif yaitu gingerol, gingerdione, dan zingeron yang mempunyai efek anti inflamasi. Seiring dengan berkurangnya peradangan maka akan semakin turun pula rasa nyeri yang di rasakan. Sedangkan fungsi air hangat agar aliran darah dalam tubuh terus meningkat sehingga pasokan oksigen ke jaringan-jaringan di dalam tubuh juga akan tercukupi menurut Sriwiyati & Noviyanti (2018) dalam Nadia, (2019).

KESIMPULAN

Bedasarkan hasil penelitian ada pengaruh kompres hangat jahe untuk menurunkan tingkat nyeri penderita asam urat pada Ny.S dengan skala awal 7 menjadi skala 4.

SARAN

Diharapkan penulis selanjutnya dapat melakukan studi kasus yang lebih mendalam dengan jumlah responden yang lebih banyak dan melakukan implementasi keperawatan sesuai dengan standar operasional prosedur yang telah ditetapkan.

Referensi

- Afifah, S. (2020). *Stop Minum Air Hangat Setiap Hari Jika Tak ingin Alami Resiko Ini Pada Tubuh Begini Kata Peneliti*. 24 Januari. <https://sajiansedap.grid.id/amp/101998637/stop-minum-air-hangat-setiap-hari-jika-tak-ingin-alami-resiko-ini-pada-tubuh-begini-kata-peneliti>
- Anita, D., & Dwi, S. A. (2022). *Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Tingkat penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Asam Urat Di Desa Ketanjung*. 9(2), 98–109.
- Kontan. (2021). *Asam Urat Kumat Kompres Jahe Bisa Meredakan Nyeri Karena Asam Urat Tinggi*. 15 Mei. <https://amp.kontan.co.id/news/asam-urat-kumat-kompres-jahe-bisa-meredakan-nyeri-karena-asam-urat-tinggi-1>
- Modiska, F. F. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Klien Skizofrenia Simplek Dengan Gangguan Persepsi Sensori : Halusinasi Pendengaran Studi Di ruang Kenari Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya*. *Karya Tulis Ilmiah*, 4(1), 97. <https://doi.org/http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/id/eprint/2210>
- Nadia, U. N. (2019). *Aplikasi Kompres Hangat Menggunakan Jahe Dengan Nyeri Akut Pada*

- Penderita Gout.*
- Notoatmojo, S. (2018). Metode Pengambilan Sample. in : Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Prayitno Hadi, P. (2018). *Pemberian Kompres Hangat Dengan Jahe Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Asam Urat Di Puskesmas Rowosari Kota Semarang.* 2.
- Putri, D. Q. S., Rahmayanti, D., & Diani, N. (2017). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Artitis Pada Lansia. *Dunia Keperawatan*, 5(2), 90. <https://doi.org/10.20527/dk.v5i2.4112>
- Radharani, R. (2020). *Kompres Jahe Hangat dapat Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Gout Arthritis.* 11(1), 573–578. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.349>
- Senandri, ayu anugrah. (2021). *Cara Membersihkan Termometer Sesuai Jenisnya, Lakukan Secara Rutin.* 03 Februari. <https://images.app.goo.gl/uLgVfXuTdgfRxPtY7>
- Sulistiowati, T. (2021). *Kompres Jahe Bisa Meredakan Nyeri Karena Asam Urat Tinggi.* 15 Mei. <https://kesehatan.kontan.co.id/news/asam-urat-kumat-kompres-jahe-bisa-meredakan-nyeri-karena-asam-urat-tinggi-1#:~:text=Anda cukup sidiakan air hangat,di bagian yang terasa nyeri>
- Susanto, H. (2018). *Asuhan Keperawatan asien Gout Artgritis Pada Tn.M dan Ny.S Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Tahun 2018.*