

EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMPRES JAHE MERAH PADA LANSIA DENGAN GOUT ARTHRITIS DI DESA BATU MENYAN PESAWARANIndah Sari^{1*}, Aryanti Wardiyah², Usastiawaty Cik Ayu Saadiyah Isnainy³¹⁻³Universitas Malahayati

Email Korespondensi: indah.sari12@icloud.com

Disubmit: 24 Agustus 2022 Diterima: 04 Oktober 2022 Diterbitkan: 01 Oktober 2022
DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.7589>**ABSTRAK**

Berdasarkan data UPT Puskesmas Hanura tahun 2020, jumlah morbiditas penduduk yang sakit terbanyak adalah akibat Malaria, urutan kedua adalah diare, urutan ketiga adalah tifoid, yang keempat adalah Artritis Asam Urat dan yang kelima adalah hipertensi. Salah satu data desa high disease yang terdapat pada Dusun 3 Batu Menyan kasus terbanyak adalah orang yang terinfeksi malaria 11 (28%), diare 10 (26%), tifoid 7 (18%), artritis asam urat 6 (15%), hipertensi (13%) (Hanura 2020). Pengobatan farmakologis asam urat adalah dengan Obat Antinflamasi Non-Steroid (NSAID) seperti ibuprofen, naproxen dan allopurinol. Upaya penunjang lain untuk mengatasi nyeri asam urat adalah pengobatan non farmakologis, yaitu dengan memanfaatkan bahan-bahan herbal yang dikenal secara turun temurun oleh masyarakat agar berkhasiat dalam mengurangi rasa sakit, salah satunya: jahe (Ramadhan 2020). Kompres Jahe Hangat telah terbukti lebih efektif dalam mengurangi intensitas rasa sakit daripada kompres hanya menggunakan air hangat (Madoni and Padang 2018). Jahe mengandung Olerasin atau Zingerol yang dapat menghambat sintesis prostaglandin, sehingga rasa sakit mereda atau peradangan berkurang (Ramadhan 2020). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengurangan rasa sakit dengan memberikan terapi kompres jahe hangat di Desa Batu Menyan Pesawaran Perancangan penelitian ini menggunakan 3 analisis jurnal terkait kompres jahe, selama 7 hari dilakukan setiap sore pukul 17.00-17.15 WIB selama 15 menit di Desa Batu Menyan, Kabupaten Pesawaran dengan mengukur intensitas skala nyeri pra dan pasca intervensi. Pemberian kompres jahe merah kepada Bapak S, Ibu E dan Ibu S yang terdiagnosis artritis asam urat berpengaruh pada penurunan skala nyeri dalam waktu 7 hari yang diberikan sekali sehari pada sore hari dengan waktu 15 menit yang diaplikasikan dengan waslap. Terdapat penurunan skala nyeri pada lansia dengan gout arthritis setelah diberikan kompres jahe merah. Pada Tn. S awal mula skala nyeri dari 6 turun menjadi 2. Pada Ny. E awal mula skala nyeri 6 turun menjadi 2. Pada Ny. S awal mula skala nyeri 6 turun menjadi 2.

Kata Kunci: Jahe Merah, Artritis Asam Urat, Nyeri**ABSTRACT**

Based on data from the UPT Puskesmas Hanura in 2020, the highest number of morbidity of the sick population is due to Malaria, the second order is diarrhea, the third order is typhoid, the fourth is Gout Arthritis and the fifth is hypertension. One of the high disease village data found in Dusun 3 Batu Menyan the most cases are people infected with malaria 11 (28%), diarrhea 10 (26%), typhoid 7 (18%), gout arthritis 6 (15%), hypertension (13%) (Hanura 2020). Pharmacological treatment of uric acid is with Non- Steroidal Anti-Inflammatory Drugs (NSAIDs) such as ibuprofen, naproxen and allopurinol. Another supporting effort to overcome gout pain is non- pharmacological treatment, namely by utilizing herbal ingredients known for generations by the public to be efficacious in reducing pain, one of which is: ginger (Ramadhan 2020). Warm Ginger Compresses have been shown to be more effective in reducing pain intensity than compresses using only warm water (Madoni and Padang 2018). Ginger contains Olerasin or Zingerol which can inhibit the synthesis of prostaglandins, so that pain subsides or inflammation is reduced (Ramadhan 2020). The purpose of this study was to determine the reduction of pain by providing warm ginger compress therapy in Batu Menyan Pesawaran Village The design of this study used 3 journal analyses related to ginger compresses, for 7 days it was carried out every afternoon at 17.00-17.15 WIB for 15 minutes in Batu Menyan Village, Pesawaran Regency by measuring the intensity of the pre and post intervention pain scales. The administration of red ginger compresses to Mr. S, Mrs. E and Mrs. S who were diagnosed with gout arthritis had an effect on reducing the pain scale within 7 days given once a day in the afternoon with a time of 15 minutes which was applied with washcloth. There is a decrease in pain scale in the elderly with gout arthritis after being given a red ginger compress. On Mr. S the beginning of the pain scale from 6 down to 2. In Ny. E the beginning of the pain scale 6 dropped to 2. In Ny. The initial S pain scale of 6 dropped to 2.

Keywords: Red Ginger, Gout Arthritis, Pain

1. PENDAHULUAN

Arthritis gout adalah penyakit yang sering ditemukan dan tersebar di seluruh dunia. Arthritis gout merupakan kelompok penyakit heterogen sebagai akibat dari deposisi kristal monosodium urat pada jaringan atau akibat supersaturasi asam urat didalam cairan ekstraseluler. Manifestasi klinik deposisi urat meliputi arthritis gout akut, akumulasi kristal pada jaringan yang merusak tulang (tofii), batu asam urat dan yang jarang adalah kegagalan ginjal (gout nefro-pati). Gangguan metabolisme yang berdasarkan gout adalah hiperurisemia yang didefinisikan sebagai peningkatan kadar urat lebih dari 7,0 ml/dl dan 6,0 mg/dl (Wurangian, Bidjuni et al. 2014).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO,2017), prevalensi gout arthritis didunia sebanyak 34,2%. Gout arthritis sering terjadi di Negara maju seperti Amerika. Prevalensi gout arthritis di Negara Amerika sebesar 26,3% dari total penduduk. Peningkatan kejadian gout arthritis tidak hanya terjadi di negara maju saja. Namun peningkatan juga terjadi di Negara berkembang, salah satunya di Negara Indonesia (Anggraini and Yanti 2018). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018 diketahui prevalensi penyakit sendi di Indonesia berdasarkan diagnosis

tenaga kesehatan yaitu 13,3% dan berdasarkan diagnosis dan gejala yaitu 18.9%. Sedangkan berdasarkan daerah diagnosis tenaga kesehatan, tertinggi Aceh (13,3%), diikuti Bengkulu (13,0%) dan Bali (12,7%). Pada tahun 2018, prevalensi penyakit sendi di Lampung berada pada urutan ke-12 di Indonesia yaitu sebesar 7,2% (Risikesdas 2018).

Prevalensi gout arthritis berdasarkan Diagnosis Dokter pada Penduduk menurut Karakteristik di Provinsi Lampung, Risikesdas 2018 pada umur 55-64 tahun (17,72%), umur 65-74 tahun(20,04%), dan umur 75+ (17,20%),(Risikesdas 2018). Berdasarkan data UPT Puskesmas Hanura Tahun 2020 angka kesakitan (morbiditas) penduduk yang sakit tertinggi adalah karena Malaria, urutan kedua diare, urutan ketiga tifoid, keempat Gout Arthritis dan kelima hipertensi. Salah satu data desa penyakit yang tinggi terdapat pada Dusun 3 Batu Menyan kasus terbanyak adalah masyarakat terjangkit malaria 11 (28%), diare 10 (26%), tifoid 7 (18%), gout arthritis 6 (15%), hipertensi (13%) (Hanura 2020). Terapi yang digunakan untuk menurunkan kadar asam urat dan mengurangi rasa nyeri dibagi menjadi 2 yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis (Radharani 2020). Penanganan asam urat secara farmakologi adalah dengan Obat Anti Inflamasi Non Steroid (OAINS) seperti ibuprofen, naproxen dan allopurinol. Upaya penunjang lain untuk mengatasi nyeri asam urat adalah dengan pengobatan non farmakologis, yaitu dengan memanfaatkan bahan-bahan herbal yang dikenal turun temurun oleh masyarakat dapat berkhasiat menurunkan nyeri, salah satunya adalah: jahe (Ramadhan 2020).

Pemberian kompres air hangat berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah, menstimulasi sirkulasi darah, mengurangi kekakuan, dan menghilangkan sensasi rasa sakit. Untuk mendapatkan hasil yang terbaik, terapi kompres hangat dilakukan selama 20 menit dengan 1 kali pemberian dan pengukuran intensitas nyeri dilakukan dari menit ke 15-20 selama tindakan. Pemanfaatan jahe dengan teknik kompres menggunakan air hangat dapat dilakukan selama 15-20 menit dan hal tersebut cukup efektif dalam menghilangkan rasa nyeri(Hannan, Suprayitno et al. 2019). Kompres Jahe hangat terbukti lebih efektif dalam mengurangi intensitas nyeri dibandingkan kompres dengan hanya menggunakan air hangat saja (Madoni and Padang 2018). Jahe mengandung Olerasin atau Zingerol yang dapat menghambat sintesis prostaglandin, sehingga nyeri reda atau radang berkurang. Prostaglandin itu sendiri adalah suatu senyawa dalam tubuh yang merupakan mediator nyeri dari radang atau inflamasi (Ramadhan 2020).

Pada penelitian Ilham (2020) dijelaskan bahwa sebanyak 20 responden dengan skala nyeri 4-10 (rata-rata nyeri 6.55). Setelah dilakukan intervensi kompres jahe merah skala nyeri menjadi 2-7 (rata-rata nyeri 3.90). Penggunaan Kompres jahe merah untuk menurunkan rasa nyeri pada penderita gout arthritis ditemukan pada penelitian Anggraeni (2019), terdapat 2 responden dengan skala 3 (nyeri ringan) dan skala 4 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan intervensi kompres jahe merah tingkat skala nyeri dari kedua responden menjadi skala 0 (tidak nyeri). Kompres jahe juga terdapat dalam penelitian Yuniarti (2017), terdapat 24 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok, terdapat 12 responden dalam kelompok perlakuan, sebelum dilakukan intervensi didapatkan hasil 6 responden dengan skala 4-6 (nyeri sedang) dan 6 responden dengan nyeri skala 7- 9 (nyeri berat), setelah dilakukan kompres jahe merah sehari sekali selama 15-30 menit secara rutin, 2 responden mengalami penurunan skala nyeri

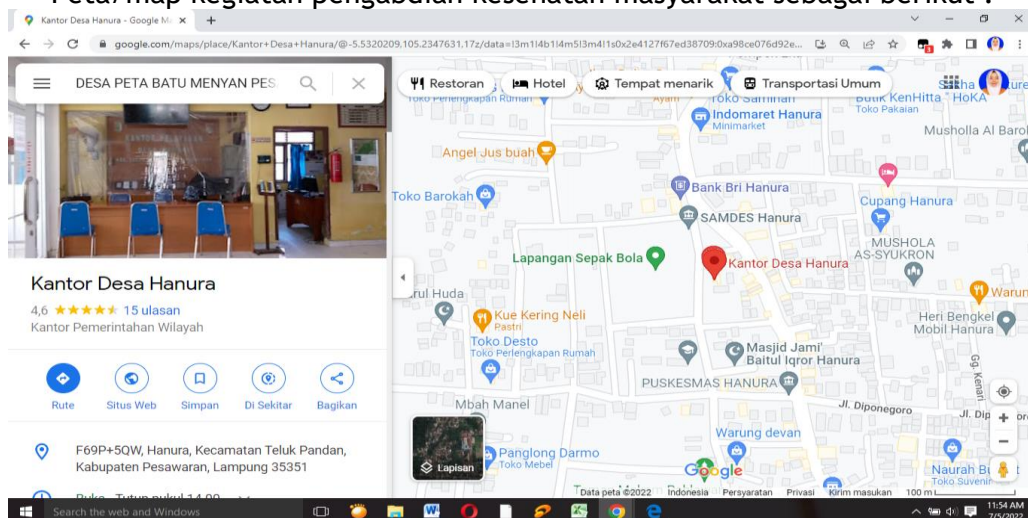
yakni skala 1-3 (nyeri ringan) dan sebanyak 10 responden mengalami nyeri skala 4-6 (nyeri sedang). Dari 3 penelitian diatas disimpulkan bahwa kompres jahe merah dapat menurunkan rasa nyeri pada penderita gout arthritis.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti ingin mengetahui pengaruh dari pemberian kompres jahe dalam mengurangi rasa nyeri pada penderita gout arthritis. Sehingga peneliti tertarik dalam melakukan penelitian tentang penerapan terapi kompres jahe merah pada pasien gout arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran 2022. Terdapat 2 tujuan yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum, yaitu : tujuan umum dilakukannya penulisan laporan komprehensif ini untuk membuat laporan komprehensif tentang terapi kompres jahe pada lansia gout arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran 2022. Tujuan khusus : 1. Melakukan analisa jurnal intervensi terapi kompres jahe pada lansia gout arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran 2022, 2. Penerapan kompres jahe pada lansia gout arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran 2022, 3. Melakukan pembahasan hasil dari penerapan kompres jahe pada lansia gout arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran 2022, 4. Melakukan publikasi hasil laporan komprehensif kompres jahe pada lansia gout arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran 2022.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Alasan pelaksanaan pengabdian masyarakat (PKM) memilih tempat tentang demonstrasi kompres jahe merah pada lansia di Desa Batu Menyan Pesawaran ialah karena berdasarkan data (Hanura 2020) angka kesakitan (morbiditas) penduduk yang sakit tertinggi adalah karena Malaria, urutan kedua diare, urutan ketiga tifoid, keempat Gout Arthritis dan kelima hipertensi. Berdasarkan latar belakang masalah di atas penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut : Bagaimanakah terapi kompres jahe merah pada lansia gout arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran 2022?

Peta/map kegiatan pengabdian kesehatan masyarakat sebagai berikut :



Gambar 1 Lokasi Demonstrasi

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Konsep Gout Arthritis

Gout Arthritis merupakan penyakit yang ditandai dengan serangan nyeri akut pada daerah persendian dan tingginya kadar asam urat di dalam darah (hiperurisemia) (Ramadhan 2020). Munculnya gout arthritis disebabkan karena adanya gangguan metabolisme purin yang ditandai dengan hiperurisemia dan serangan sinovitis akut berulang-ulang. Konsentrasi gout arthritis dalam darah dipengaruhi oleh biosintesis dalam tubuh, intake purin, dan kemampuan ginjal dalam mengekskresikan kadar gout arthritis. Hiperurisemia terjadi ketika terdapat kelebihan pembentukan seperti mengonsumsi makanan tinggi purin, alkohol dan obesitas sedangkan penurunan ekskresi seperti gangguan pada ginjal, intoksikasi dan asidosis metabolik ataupun terjadi keduanya, yang mengakibatkan kadar gout arthritis dalam darah meningkat (Lestari, Kurniawaty et al. 2018).

Dikatakan hiperurisemia jika kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,0 mg/dL pada laki-laki dan lebih dari 6,0 mg/dL pada perempuan (Dianati 2015). Gout arthritis mayoritas diderita oleh wanita (27,5%) untuk laki-laki (21,8%), dengan rata-rata usia 34 tahun ke atas (Sety 2018). Kadar normal asam urat pada laki-laki usia 40 tahun keatas yaitu 2-8,5 mg/dL, pada laki-laki dewasa yaitu 2-7,5 mg/dL, laki-laki usia 10-18 kadar normal 3,6-5,5 mg/dL, sementara pada perempuan dewasa 2-6,5 mg/dL dan pada anak perempuan 3,6-4 mg/Dl (Simamora and Saragih 2019).

Faktor resiko gout arthritis adalah usia banyak terjadi pada laki laki usia ≥ 30 tahun, sedangkan untuk perempuan kebanyakan terdapat pada usia ≥ 40 tahun dikarenakan perempuan memiliki gangguan hormone estrogen (menopause), mengonsumsi makanan tinggi purin (purin merupakan senyawa yang dirombak menjadi asam urat dalam tubuh. Makanan yang mengandung kadar purin tinggi (150-180 mg/100 gram) antara lain jeroan, jamur, kembang kol, bayam, kacang-kacangan, daging sapi, kambing, dan ikan), merokok, konsumsi alkohol mengonsumsi alkohol dapat meningkatkan produksi asam urat dikarenakan kadar laktat dalam darah meningkat dan akan menghambat pengeluaran asam urat oleh ginjal, konsumsi obat-obatan (diuretik), hipertensi, jantung, gangguan fungsi ginjal dan kurangnya aktivitas fisik. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan masyarakat dalam memperhatikan kesehatannya, seperti pola hidup yang buruk (Sety 2018).

Gout arthritis terjadi dalam 4 tahap, yaitu: (Lestari, Kurniawaty et al. 2018) : Fase tanpa gejala (asimptomatik) yaitu Pada fase ini terjadi penumpukan kadar asam urat dalam tubuh, akan tetapi belum menunjukkan gejala klinis yang menyertai. Pada tahap ini dianjurkan untuk mengubah gaya hidup dan mengontrol konsumsi makanan agar dapat menurunkan kadar asam urat dalam tubuh, fase akut yaitu pada fase ini ditandai dengan munculnya terasa nyeri seperti ditusuk jarum yang bersifat monoartikular, eritem, bengkak dan panas pada daerah persendian yang terjadi secara tiba-tiba, fase interkritikal yaitu adanya proses peradangan akan tetapi tidak ada keluhan. jika tidak ditangani penderita akan mengalami kekambuhan dengan interval waktu kurang dari 1 tahun, dan fase kronik yaitu Pada fase ini sudah terjadi deposit kristal monosodium urat (tofi), di beberapa jaringan poliartrikular (heliks telinga, bursa olecranon, permukaan ekstensor lengan bawah, bursa infrapatellar dan tendon achilles). Penumpukan tersebut terjadi akibat mengonsumsi

makanan tinggi purin, stress, mengkonsumsi obat-obatan pemakaian sepatu yang tidak sesuai ukuran kaki dan faktor lain sebagainya.

Penanganan nyeri pada gout arthritis meliputi terapi farmakologis yaitu dengan Obat Anti Inflamasi Nonsteroid (OAINS), yang dapat mengontrol nyeri pada penderita gout arthritis akan tetapi obat tersebut memiliki efek samping seperti iritasi pada sistem gastrointestinal dan iritasi ulserasi pada perut dan usus. Sedangkan untuk terapi non farmakologis memiliki keunggulan yakni tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya dan dapat dilakukan dalam jangka waktu yang Panjang (Lestari, Kurniawaty et al. 2018). Terapi non farmakologi bisa dengan terapi diet makanan yakni mengkonsumsi makanan dengan zat purin yang rendah. Selain itu juga dapat dengan terapi tradisional yang dapat menurunkan rasa nyeri sendi yaitu dengan kompres hangat. Kompres hangat mampu meredakan nyeri dan memberi rasa nyaman, karena dapat menstimulasi kulit yang ditransmisikan ke otak (Maimaznah 2020). Selain kompres hangat ada upaya untuk menurunkan rasa nyeri yaitu dengan metode kompres jahe merah pada bagian yang sakit. Jahe merah memiliki kandungan gingerol, zingeron, dan shogaol yang memiliki efek analgesik, antioksidan, antiinflamasi, antikarsinogenik dan kardiotonik (Yanti, Arman et al. 2019). Jahe dapat diberikan dengan cara kompres air hangat maupun kompres parutan jahe (Rahayu).

b. Konsep Nyeri

Nyeri merupakan gejala penyakit gout yang sangat mengganggu dan menyulitkan dan tak jarang menyebabkan seseorang mencari pertolongan medis (Sholikhah and Wahyuni 2021). Nyeri merupakan pengalaman sensorik maupun emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan aktual maupun potensial. Setiap individu merasakan nyeri dengan cara yang berbeda (Putri, Rahmayanti et al. 2017). Nyeri adalah kondisi perasaan tidak menyenangkan yang bersifat sangat subjektif, dikarenakan perasaan nyeri pada setiap orang berbeda dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebut yang dapat menjelaskan rasa nyeri yang sedang dialaminya (Sari, Rufaida et al. 2018)

Klasifikasi nyeri ada 2 yaitu, nyeri akut dan nyeri kronik. Nyeri akut : Nyeri akut merupakan nyeri yang muncul setelah cedera akut, nyeri akut muncul secara tiba-tiba dan tidak berlangsung yakni kurang dari 3 bulan, nyeri akut dapat meredah dengan sendirinya setelah pulih dari kerusakan. Nyeri kronik : Nyeri kronik adalah nyeri yang muncul secara intermitten (terus menerus) yang berlangsung lebih dari 6 bulan bahkan bisa lebih lama, intensitasnya bervariasi dan berdampak buruk terhadap kesehatan fisik dan mental bagi penderitanya.

Terdapat 4 metode penilaian skala nyeri dapat dilakukan sebagai berikut: (Astuti and Sukesu 2017) 1. Numerical Rating Scale : Skala penilaian intensitas nyeri numerik merupakan alat pengukur nyeri yang digunakan sebagai pendamping ataupun pengganti VDS, dengan penilaian skala nyeri 0-10. 2. Verbal Descriptor Scale : Skala pendeskripsi verbal merupakan alat ukur nyeri yang terdiri dari tiga sampai lima kata pendeskripsian, yang tersusun dengan jarak yang sama di sepanjang garis yang menunjukkan rangking mulai dari “tidak merasa nyeri” sampai “nyeri yang tak tertahankan”. 3. Visual Analog Scale : alat pengukur nyeri yang lebih sensitif, karena klien dapat menunjukkan rasa nyeri pada rangkaian angka sesuai tingkat nyeri yang dirasakan pada saat itu. Dimulai dari ujung kiri menunjukkan “tidak nyeri” sampai ujung kanan menunjukkan “nyeri

berat". 4. Faces Scale : Skala wajah merupakan alat ukur yang digunakan untuk menentukan skala nyeri yang dirasakan berdasarkan ekspresi wajah, yang terdiri dari enam wajah kartun, wajah dari sebelah kiri menggambarkan wajah tersenyum yang memiliki makna "tidak sakit", kemudian secara bertahap sesuai nyeri yang dirasakan meningkat menjadi wajah kurang bahagia dan paling kanan menunjukkan wajah yang sedih dan ketakutan yang memiliki makna "sangat merasakan sakit".

c. Konsep Jahe Merah

Jahe merah merupakan jenis rimpang yang banyak digunakan sebagai salah satu bahan obat tradisional di Indonesia. Khasiat jahe merah telah banyak dikaji diantaranya efektif sebagai anti bakteri, anti inflamasi dan anti emetik. Salah satu komponen utama jahe merah adalah golongan senyawa gingerol dan shogaol (Rahmadani, Sa'diah et al. 2018). Jahe merah (*Zingiber Officinale* Var. *Rubrum*) memiliki rimpang (batang tumbuhan yang menjalar) berwarna kuning kemerahan dan memiliki rasa dan aroma yang tajam, dengan panjang 123-126 mm, tinggi 52-104 mm dan ber diameter 42-43 mm.

Jahe memiliki kandungan vitamin C, karbohidrat, protein, kalori, sodium, fosfor, serat, besi, potassium, folat, magnesium, zeng, vitamin A, vitamin B6, niacin dan riboflavin. Beberapa senyawa aktif pada rimpang jahe yang berefek farmakologis terhadap kesehatan, antara lain: minyak atsiri. Minyak atsiri merupakan komponen yang memunculkan aroma khas pada jahe dengan kandungan zingiberol, zingiberin, zingeron, gingerol borneol, shogaol, sineol, fellandren, kamfena, lemonin dan yang berefek farmakologis terhadap kesehatan, antara lain: minyak atsiri dengan (Aryanta 2019). Gingerol dalam jahe memiliki efek sebagai antioksidan, anti kanker, antiangiogenesis, anti arterosklerotik, antiinflamasi, antipiretik, gastroprotektif, kardiotonik, hepatotoksik dan antipiretik (Pairul, Susianti et al. 2018).

Khasiat dari jahe yaitu untuk mencegah maupun meminimalisir penyakit, seperti: batuk, kepala pusing, pegal-pegal, rematik, osteoarthritis, sakit pinggang, masuk angin, nyeri otot, rasa sakit saat menstruasi, nyeri lambung, asma, mual saat hamil, gangguan sistem pencernaan, Alzheimer, penyakit infeksi, impoten, gairah seksual rendah, stamina tubuh rendah, produksi air susu ibu terganggu, bronchitis, vertigo, kadar kolesterol jahat, sakit jantung, kanker, gangguan fungsi otak dan trigliserida darah (Aryanta 2019).

Kompres jahe merah akan memberikan respon lokal akan mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus dirangsang, sistem efektor mengeluarkan signal yang mulai berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah diatur oleh pusat vasomotor pada medulla oblongata dari tangkai otak, dibawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah ke setiapjaringan bertambah, khususnya yang mengalami radang dan nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi pada jaringan yang meradang(Liana 2019).

4. METODE

- a. Metode yang digunakan adalah pendidikan kesehatan dan demonstrasi pemberian kompres jahe merah di Desa Batu Menyan Pesawaran. Kasus ini menggunakan studi kasus analisis jurnal penerapan kompres hangat jahe merah.
- b. Jumlah peserta pengabdian kesehatan masyarakat (PKM) sebanyak 3 pasien dengan rentang usia 59-64 tahun.
- c. Langkah-langkah pelaksanaan : 1. Tahap persiapan : perawat melakukan persiapan alat yang akan digunakan saat demonstrasi. 2. Tahap pengenalan : perawat memperkenalkan diri serta *informed consent*. 3. Tahap kerja : menjelaskan prosedur dan tujuan dilakukannya kompres jahe merah. Menganjurkan klien menggunakan pakaian yang longgar agar mudah proses dilakukan kompres jahe merah. Penerapan intervensi kompres jahe merah dilakukan sebanyak 1 kali dalam sehari selama 15 menit pada sore hari. Pasien kelolaan sebanyak 3 orang pasien lansia yaitu di Desa Batu Menyan Pesawaran yang memiliki masalah gout arthritis. Implementasi dilakukan sesuai dengan standar operasional jurnal terkait yaitu *informed consent*, persiapan alat, melakukan pemeriksaan tanda-tanda vital dan *head to toe*, mengatur pasien untuk memulai kompres jahe diawali dengan mempersiapkan parutan jahe merah sebanyak 3-4 rimpang jahe yang telah diberikan air hangat dengan suhu 40°C, posisi semi fowler kemudian dilanjutkan menempatkan waslap atau handuk kecil yang telah diberikan parutan air hangat jahe pada bagian yang terasa nyeri. Kompres jahe merah dilakukan selama 15 menit setiap hari pada sore hari. Implementasi ini dilakukan selama 7 hari, setiap hari 1 kali dan diterapkan pada sore hari. 4. Tahap terminasi : mencatat, mengevaluasi dan mendokumentasikan pencapaian tujuan.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Hasil pengkajian ini, ketiga pasien dalam kategori lansia dengan usia 59-64 tahun. Ketiga pasien memiliki gejala yang sama dan tanda yang sama seperti nyeri pada lutut, dengan skala nyeri 6, seperti ditusuk-tusuk, nyeri terasa hilang timbul dan sulit untuk menggerakkan kaki sehingga kesulitan dalam beraktivitas, saat ini dengan diagnosa gout arthritis. Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman nyeri yang kemudian diberikan intervensi kompres jahe merah. Dengan hasil dalam tabel berikut ini:

Tabel 1 Tn.S Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Jahe Merah

Hari/tanggal	Skala Nyeri (Pre)	Skala Nyeri (Post)	Keterangan
Selasa, 2/2/22	6	5	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.
Rabu, 3/2/22	5	4	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.

Kamis, 4/2/22	4	4	Tidak merubah skala nyeri namun. Tidak naik ataupun turun.
Jum'at, 5/2/22	4	4	Tidak merubah skala nyeri namun. Tidak naik ataupun turun.
Sabtu, 6/2/22	4	4	Tidak merubah skala nyeri namun. Tidak naik ataupun turun.
Minggu, 7/2/22	4	3	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.
Senin, 8/2/22	3	2	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.

Berdasarkan tabel 5.1 terjadi penurunan skala nyeri pada hari pertama dan kedua. Namun pada hari ketiga sampai hari kelima skala nyeri tetap, tidak naik ataupun turun. Terjadi penurunan kembali setelah hari keenam dan hari ketujuh.

Tabel 2 Ny. E Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Jahe Merah

Hari/tanggal	Skala Nyeri (Pre)	Skala Nyeri (Post)	Keterangan
Selasa, 2/2/22	6	5	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.
Rabu, 3/2/22	5	4	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.
Kamis, 4/2/22	4	4	Tidak merubah skala nyeri namun. Tidak naik ataupun turun.
Jum'at, 5/2/22	4	4	Tidak merubah skala nyeri namun. Tidak naik ataupun turun.
Sabtu, 6/2/22	4	4	Tidak merubah skala nyeri namun. Tidak naik ataupun turun.
Minggu, 7/2/22	4	3	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.
Senin, 8/2/22	3	2	Terdapat penurunan skala nyeri.

Berdasarkan tabel 5.2 terjadi penurunan skala nyeri pada hari pertama dan hari kedua sebanyak 1. Namun pada hari ketiga sampai hari

kelima skala nyeri tetap, tidak naik ataupun turun yaitu pada skala nyeri 4. Terjadi penurunan kembali setelah hari keenam dan hari ketujuh menjadi 2 skala nyerinya.

Tabel 3 Ny. S Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Jahe Merah

Hari/tanggal	Skala Nyeri (Pre)	Skala Nyeri (Post)	Keterangan
Selasa, 2/2/22	6	5	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.
Rabu, 3/2/22	5	5	Tidak merubah skala nyeri namun. Tidak naik ataupun turun.
Kamis, 4/2/22	5	4	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah Menggunakan kompres jahe.
Jum'at, 5/2/22	4	3	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.
Sabtu, 6/2/22	3	2	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.
Minggu, 7/2/22	2	1	Terjadi penurunan skala nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan kompres jahe.
Senin, 8/2/22	2	1	Terjadi penurunan skala nyeri.

Berdasarkan tabel 5.3 terdapat penurunan pada hari pertama, namun hari kedua tidak terjadi penurunan tetap diangka 5. Hari berikutnya yaitu ketiga sampai hari ketujuh penurunan terjadi dengan baik penurunan skala nyeri menurun 1 angka setiap harinya.



Gambar 2 Kompres jahe merah Tn. S



Gambar 3 Kompres Jahe Merah Ny. E



Gambar 4 Kompres Jahe Merah Ny. S

b. Pembahasan

Berdasarkan hasil intervensi Tn.S, Ny. E dan Ny. S nilai skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi kompres jahe merah dengan gangguan rasa nyaman nyeri pada Tn. S dan Ny. E awal mula skala nyeri 6 menurun menjadi 2 sedangkan pada Ny. S skala nyeri dari 6 turun menjadi 1.

Berdasarkan teori kompres dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu, kompres hangat dan kompres dingin. Kompres hangat mampu meredakan nyeri dan memberi rasa nyaman, karena dapat menstimulasi kulit yang ditransmisikan ke otak (Maimaznah 2020). Kompres dengan menggunakan jahe merah merupakan cara alternatif untuk mengurangi rasa nyeri pada penderita gout arthritis karena dapat dilakukan dan dibawa kemana saja dan memungkinkan penderita untuk melakukan aktivitas lain selama melakukan kompres jahe merah (Safita Arum 2022).

Kompres jahe merah akan memberikan respon lokal akan mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus dirangsang, sistem efektor mengeluarkan signal yang mulai berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah diatur oleh pusat vasomotor pada medulla oblongata dari tangkai otak, dibawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah ke setiap jaringan bertambah, khususnya yang mengalami radang dan nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi pada jaringan yang meradang (Liana 2019).

Pemberian kompres jahe dilakukan dengan waslap dengan suhu sekitar 40°C durasi 15 menit. Cara pembuatan kompres jahe adalah menyiapkan bahan herbal jahe sekitar 1-2 rimpang, kemudian cuci jahe merah hingga bersih kemudian di parut selanjutnya masukan jahe merah ke dalam air. Rebus air dengan temperature 40-43°C, selanjutnya air rebusan dapat digunakan sebagai kompres dengan media handuk kecil. Kompres jahe merah akan memberikan respon lokal akan mengirimkan

impuls dari perifer ke hipotalamus. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus dirangsang, sistem efektor mengeluarkan signal yang mulai berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah diatur oleh pusat vasomotor pada medulla oblongata dari tangkai otak, dibawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah ke setiap jaringan bertambah, khususnya yang mengalami radang dan nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi pada jaringan yang meradang (Liana 2019). Kompres Jahe hangat terbukti lebih efektif dalam mengurangi intensitas nyeri dibandingkan kompres dengan hanya menggunakan air hangat saja (Madoni and Padang 2018). Jahe mengandung Olerasin atau Zingerol yang dapat menghambat sintesis prostaglandin, sehingga nyeri reda atau radang berkurang. Prostaglandin itu sendiri adalah suatu senyawa dalam tubuh yang merupakan mediator nyeri dari radang atau inflamasi (Ramadhan 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian Wilda, Panorama, 2019 dengan judul "Kompres Hangat Jahe Terhadap Perubahan Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis" Waktu penelitian lebih cepat yaitu 7 hari dilaksanakan pada 28 Januari - 4 Februari 2019. Prosedur pelaksanaan dijelaskan seperti cara pembuatan kompres jahe dan waktu pelaksanaan kompres jahe. Didapatkan nilai p value 0,000 dimana $p < \alpha$ 0,05 maka H_0 ditolak dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian kompres hangat memakai parutan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis di Desa Taleti.

Pada Penelitian Ilham, 2019 dengan judul "Pengaruh Kompres Hangat Menggunakan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis" Waktu penelitian 3 bulan dilaksanakan pada Maret-Mei 2019. Pada penelitian Ilham dijelaskan apa saja instrument yang diperlukan pada kompres jahe seperti kompres hangat jahe merah, thermometer air. Hasil uji statistic menggunakan Uji Wilcoxon didapatkan nilai p-value = 0,000, dan nilai α = 0,005 yang artinya terdapat pengaruh kompres hangat menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis.

Pada penelitian Samsudin, Kundre, Onibala, 2016 dengan judul "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" prosedur pelaksanaan dijelaskan yaitu menggunakan kompres panas basah yaitu waslap atau handuk direndam dalam air panas yang bersuhu sekitar 40°C selama 15-20 menit. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 15 orang sebelum diberi kompres jahe yaitu memiliki nyeri 5 dan setelah diberikan kompres hanta jahe mengalami perubahan nyeri menjadi 2.

6. KESIMPULAN

Intervensi kompres jahe merah menggunakan kompres hangat dilakukan 15 menit selama 7 hari setiap sore hari pada lansia dengan diagnosa gout arthritis yaitu pada Tn. S, Ny. E dan Ny. S dengan pendekatan proses dimulai dari pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi dapat disimpulkan bahwa : Terdapat penurunan

skala nyeri pada lansia dengan gout arthritis setelah diberikan kompres jahe merah. Pada Tn. S awal mula skala nyeri dari 6 turun menjadi 2. Pada Ny. E awal mula skala nyeri 6 turun menjadi 2. Pada Ny. S awal mula skala nyeri 6 turun menjadi 2.

Diharapkan kepada masyarakat untuk dapat mengaplikasikan kompres menggunakan jahe merah setiap kali merasakan nyeri, yang dapat dijadikan alternatif sebagai pengganti obat-anti nyeri dan tetap menjaga pola makan sesuai yang disarankan untuk menurunkan kadar asam urat yang dapat menyebabkan nyeri sendi akibat gout arthritis.

7. DAFTAR PUSTAKA

- anggraini, S. N. And N. F. J. H. C. J. K. Yanti (2018). "Efektifitas Kompres Ekstrak Jahe Terhadap Nyeri Sendi Lansia Dengan Arthritis Gout Di Panti Sosial Tresna Werda Khusnul Khotimah Pekanbaru." 7(2): 69-76.
- Aryanta, I. W. R. J. W. K. (2019). "Manfaat Jahe Untuk Kesehatan." 1(2): 39-43.
- Astuti, M. T. And N. J. J. M. A. K. Sukesni (2017). "Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea." 1(2): 37-43.
- Dianati, N. A. J. J. M. (2015). "Gout And Hyperuricemia." 4(3).
- Hannan, M., Et Al. (2019). "Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Osteoarthritis Pada Lansia Di Posyandu Lansia Puskesmas Pandian Sumenep." 9(1): 1-10.
- Hanura, P. (2020). "Profil Puskesmas Hanura."
- Lestari, E., Et Al. (2018). "Seledri (*Apium Graveolens* L) Sebagai Antihiperurisemia Pada Penderita Gout Arthritis." 8(1): 12-19.
- Liana, Y. (2019). Efektifitas Terapi Rendam Kaki Dengan Air Jahe Hangat Terhadap Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia. Proceeding Seminar Nasional Keperawatan.
- Madoni, A. And S. I. J. M. I. Padang (2018). "Pengaruh Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Tahun 2017." 12.
- Maimaznah, M. J. J. A. K. (2020). "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dan Pemberian Daun Salam Pada Pasien Dengan Asam Urat Di Wilayah Rt 10 Kelurahan Murni." 2(1): 50-58.
- Pairul, P. P. B., Et Al. (2018). "Jahe (*Zingiber Officinale*) Sebagai Anti Ulserogenik." 7(5): 42-46.
- Putri, S. Q. D., Et Al. (2017). "Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Pstw Budi Sejahtera Kalimantan Selatan." 5(2): 90-95.
- Radharani, R. J. J. I. K. S. H. (2020). "Kompres Jahe Hangat Dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis." 9(1): 573-578.
- Rahayu, I. D. J. J. P. "Perbandingan Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Jahe Dengan Kompres Parutan Jahe Putih (*Zingiber Officinale* R.) Terhadap Skor Nyeri Penderita Gout Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Durian Kubu Raya." 3(1).
- Rahmadani, S., Et Al. (2018). "Optimasi Ekstraksi Jahe Merah (*Zingiber*

- Officinale Roscoe) Dengan Metode Maserasi." 1(1).
- Ramadhan, A. D. P. (2020). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Riskesdas (2018). "Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan Ri."
- Safita Arum, V. (2022). Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny. I Dengan Terapi Kompres Air Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi, Politeknik Yakpermas Banyumas.
- Sari, D. P., Et Al. (2018). "Nyeri Persalinan." 1-30.
- Sety, J. S. L. O. M. J. J. (2018). "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun Di Rsud Batheramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017." 3: 1-13.
- Sholikhah, I. I. And E. S. Wahyuni (2021). "Edukasi Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Sebagai Upaya Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis."
- Simamora, R. H. And E. J. J. Saragih (2019). "Penyuluhan Kesehatan Masyarakat: Penatalaksanaan Perawatan Penderita Asam Urat Menggunakan Media Audiovisual." 6(1): 24-31.
- Wurangian, M., Et Al. (2014). "Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado." 2(2).
- Yanti, E., Et Al. (2019). "Efektifitas Pemberian Kompres Jahe Merah (Zingiber Officinale Rosc) Dan Sereh (Cymbopogon Citratus) Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Rhematoid Effectiveness Of Giving Red Ginger Compresses (Zingiber Officinale Rosc) And Sereh (Cymbopogon Citratus) On Pain Intensity In Elderly With Rhematoid Arthritis." 1(2): 7-16.