



PENERAPAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH TERHADAP SKALA NYERI PADA PASIEN *GOUT ARTHRITIS* (ASAM URAT) DI NGORESAN SURAKARTA

Atika Oktaviani¹, Sri Hartutik²

^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

*Email: atikaoktaviani71@gmail.com

ABSTRAK

Asam urat atau gout arthritis adalah gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat. Asam urat dapat meningkat menjadi batu ginjal dan dapat menyebabkan gagal ginjal (RJ et al., 2023). Dampak asam urat jika tidak segera ditangani maka akan terjadinya penumpukan di persendian dan akan membentuk kristal seperti jarum yang akan mengalami sakit yang luar biasa, adanya peradangan sendi yang cukup parah (Manasikana, 2023). Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk hasil penurunan nyeri dari asam urat pada penderita gout arthritis setelah diberikan implementasi di Desa Petoran. Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode kuantitatif. Hasil: Setelah melakukan pengkajian kepada 2 responden, terdapat perubahan skala nyeri pada kedua responden sebelum dan setelah dilakukan kompres hangat jahe merah. Kesimpulan: Penelitian ini mengasumsikan adanya perubahan yang signifikan kepada penurunan skala nyeri kepada 2 responden, dibuktikan dari hasil penurunan skala nyeri. Hal ini disebabkan oleh adanya efek panas dan pedas dari jahe tersebut dapat menyebabkan terjadinya peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri.

Kata Kunci : Asam Urat, Nyeri, Jahe Merah

ABSTRACT

Background: Gout arthritis is a metabolic disorder characterized by increased uric acid levels. Gout can increase into kidney stones and can lead to kidney failure (RJ et al., 2023). The impact of gout, if not treated immediately, will cause a buildup in the joints and will form crystals like needles that will experience tremendous pain, there quite severe joint inflammation (Manasikana, 2023). Purpose: This study aims to obtain information results gout arthritis patients after being given implementation in Petoran. Research Methods: This type of research is descriptive research using quantitative methods. Result: After conducting assessment 2 respondents, there was a change in the pain scale in both respondents before and after the warm compress. Conclusion: This study assumes that there is significant change in the reduction of the pain scale to 2 respondents, as evidenced by the results the reduction in the pain scale. This is due to the hot and spicy effects of ginger can cause increased blood circulation and cause a decrease in pain.

Keywords: Gout, Pain, Red Ginger

PENDAHULUAN

Gout arthritis atau yang lebih dikenal dengan asam urat merupakan salah satu jenis radang sendi yang terjadi akibat adanya penumpukan kristal asam urat pada sendi. Kondisi ini dapat terjadi pada persendian seperti persendian pada jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan yang paling umum adalah pada jempol kaki. Asam urat dapat menimbulkan gejala seperti nyeri yang menyiksa, bengkak, dan rasa terbakar pada area persendian. Umumnya penyakit asam urat lebih banyak terjadi pada pria, terutama yang berusia di atas 30 tahun (KemenKes, 2023).

Asam urat yang meningkat disebut juga *hiperurisemia*, *hiperurisemia* adalah suatu kondisi dimana kadar asam urat dalam darah meningkat melebihi batas normal. *Hiperurisemia* terjadi ketika kadar asam urat dalam darah lebih dari 7 mg/dl pada pria dan lebih dari 6 mg/dl pada wanita. *Hiperurisemia* dapat terjadi akibat adanya peningkatan metabolisme asam urat (*overproduction*), penurunan ekskresi asam urat (*underekskresi*), atau kombinasi keduanya (Ismafiaty *et al.*, 2024).

Asam urat atau *gout arthritis* adalah gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat. Asam urat dapat meningkat menjadi batu ginjal dan dapat menyebabkan gagal ginjal jika tidak segera ditangani (RJ *et al.*, 2023).

Dampak asam urat jika tidak segera ditangani maka akan terjadinya penumpukan di persendian dan akan membentuk kristal seperti jarum yang akan mengalami sakit yang luar biasa, adanya peradangan sendi yang cukup parah serta timbulnya pembengkakan pada bagian bawah seperti pergelangan kaki maupun lutut (Manasikana, 2023).

Gout arthritis atau peradangan asam urat ini kebanyakan adalah laki-laki yang memasuki golongan usia lansia daripada wanita. Indonesia merupakan salah satu negara dengan penderita *gout arthritis* terbanyak. Tingginya kasus ini di Indonesia disebabkan oleh penggunaan obat-obatan dengan jangka waktu yang lama disertai dengan gejala nyeri dan pegal-pegal di persendian (Nurmajidah, 2023).

Nyeri akut adalah pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari tiga bulan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Berdasarkan data WHO (Organisasi Kesehatan Dunia), prevalensi penyakit asam urat di seluruh dunia sebesar 34,2%. Di Asia Tenggara, prevalensi *hiperurisemia* dan *gout* mencapai 13-25% dalam 10 tahun terakhir. Indonesia merupakan salah satu negara dengan populasi penderita asam urat tertinggi keempat di dunia. 35% kasus asam urat terjadi pada pria berusia di atas 45 tahun. Prevalensi asam urat antara usia 65 dan 74 tahun adalah 51,9% dan 54,8% pada usia 75 tahun (RJ *et al.*, 2023).

Angka kejadian penyakit asam urat di Indonesia sebesar 7,3% berdasarkan diagnosa medis dan 24,7% berdasarkan diagnosa atau gejala (Risikesdas, 2018). Berdasarkan data dari (Risikesdas, 2018) di Jawa Tengah penderita penyakit sendi terdapat 6,78%. Kota Surakarta ada 4,96% orang yang menderita penyakit persendian (Parashita, 2020). Kota Surakarta menduduki urutan ke 22 terhadap kejadian penyakit asam urat se Jawa Tengah. angka penderita asam urat di kota Surakarta mencapai sekitar 1.069 (4,96%) penderita dari 17 Puskesmas yang ada di Kota Surakarta (Manasikana, 2023). Di Puskesmas Ngoresan terdapat 68 orang yang menderita asam urat pada tahun 2023.

Terapi untuk rasa nyeri dan pegal-pegal pada pasien penderita *gout arthritis* terdapat 2 cara yaitu dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis menggunakan inflamasi *non steroid (OAINS)* seperti *ibuprofen*, *naproxen* dan *allopurinol*. Sedangkan untuk terapi nonfarmakologis adalah cara penunjang lain untuk mengatasi nyeri asam urat, yaitu dengan memanfaatkan bahan herbal yang sudah dikenal oleh masyarakat dengan khasiat untuk menurunkan nyeri, salah satunya adalah dengan jahe dan menggunakan relaksasi nafas dalam.

Dua cara atau upaya dalam mengatasi nyeri pada pasien asam urat saat range of motion

(ROM) yaitu relaksasi nafas dalam, terapi non farmakologis digunakan untuk menurunkan nyeri sendi tetapi tidak memberikan peningkatan pada kekuatan otot sendi karena peningkatan kekuatan otot sendi, teknik relaksasi napas dalam yang bertujuan agar sendi-sendi lebih rileks sehingga perasaan nyeri dapat berkurang (Rumouw *et al.*, 2023).

Jahe merupakan bahan yang mudah didapat di daerah manapun. Jahe merupakan tanaman obat yang dipercaya masyarakat dapat mengobati beberapa penyakit, namun warga masih belum mengetahui bahwa jahe dapat mengobati nyeri sendi dan tulang, termasuk asam urat (Hidayah, 2021).

Jahe merupakan jenis tanaman obat yang bisa membantu mengatasi peradangan dan mengurangi rasa sakit ketika kadar asam urat dalam tubuh sangat tinggi. Jahe juga mengandung zat gingerol yang membantu menenangkan rasa sakit. Ramuan jahe juga akan mengurangi asam urat yang tinggi dan menghilangkan rasa sakit secara alami (Juwariyah, 2023).

Jahe mengandung vitamin C, vitamin B6, mikronutrien seperti magnesium, potasium, tembaga, mangan, serat, dan air. Jahe juga tinggi *fitokimia* dan *polifenol*. *Gingerol*, *shogaol*, dan *paradol* adalah tiga komponen aktif utama dari terpen yang ditemukan dalam jahe. Kandungan jahe merah bermanfaat untuk mengurangi nyeri pada asam urat karena jahe memiliki sifat pedas, pahit dan aromatik dari oleoresin seperti zingeron, gingerol, dan shagaol (Nurmajidah, 2023).

Sederet kandungan dalam jahe dan metabolitnya saat dikonsumsi, diprediksi akan berkumpul di saluran pencernaan dan memberikan efeknya dengan menghilangkan rasa sakit melalui efek anti-inflamasi, menenangkan sistem pencernaan melalui efek karminatif, dan mengurangi rasa mual (Kemenkes, 2024).

Berdasarkan penelitian (Nurmajidah, 2023) bahwa terdapat penurunan skala nyeri dari skala 8 menjadi 4 setelah dilakukan kompres hangat air jahe merah. Sejalan dengan penelitian dari (Putri *et al.*, 2023) bahwa terdapat penurunan kadar asam urat pada responden dari 10.7 mg/dl menjadi 9.4 mg/dl dengan skala nyeri dari 6 menjadi 5.

Pengkajian yang dilakukan pada tanggal 29 Januari 2024 kepada 10 warga dengan jumlah penyakit asam urat di Desa Petoran RT03/RW09, Jebres, Surakarta, didapatkan hasil 5 dari 10 warga yang menderita asam urat membiarkan saja, tidak rajin kontrol, dan tidak mengkonsumsi obat. 3 warga menghindari makanan hijau dan kacang-kacangan, dan 2 warga rajin mengkonsumsi obat dan melaksanakan pengecekan di puskesmas serta rajin mengkonsumsi obat dari tenaga kesehatan. Dari 10 responden diatas belum pernah melakukan kompres jahe merah dan belum mengetahui manfaat jahe merah dapat menurunkan nyeri asam urat.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penerapan mengenai “Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Pada Pasien *Gout Arthritis* (Asam Urat) Di Dusun Petoran Rt 03/Rw09 Ngoresan Surakarta”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif. Rancangan penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi atau hasil asam urat pada penderita gout arthritis setelah diberikan implementasi rendam air jahe merah hangat. Subyek dalam penelitian ini sebanyak 2 responden yaitu warga yang mempunyai keluhan nyeri asam urat yang berdomisili di Desa Petoran Rt.03/Rw.09, Jebres, Surakarta. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 10 Maret - 16 Maret 2024

HASIL PENELITIAN

Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah

Tabel 4.1 Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah

| No | Nama | Tanggal Pelaksanaan | Skala Nyeri Sebelum | Keterangan Sebelum |
|----|------|---------------------|---------------------|--------------------|
| 1. | Tn.S | 10 Maret 2024 | 7 | Nyeri berat |
| 2. | Ny.A | 10 Maret 2024 | 6 | Nyeri sedang |

Sumber data primer 2024

Berdasarkan Tabel 4.1 diatas, sebelum dilakukan penerapan kompres hangat jahe merah didapatkan data bahwa skala nyeri Tn.S adalah 7 termasuk di skala nyeri berat dan Ny.A adalah 6 termasuk kedalam skala nyeri sedang.

Hasil Pengukuran Skala Nyeri Setelah Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah

Tabel 4.2 Hasil Pengukuran Skala Nyeri Setelah Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah

| No | Nama | Tanggal Pelaksanaan | Skala Nyeri Setelah | Keterangan Setelah |
|----|------|---------------------|---------------------|--------------------|
| 1. | Tn.S | 10 Maret 2024 | 5 | Nyeri sedang |
| 2. | Ny.A | 10 Maret 2024 | 5 | Nyeri sedang |

Sumber data primer 2024

Berdasarkan Tabel 4.2 diatas, setelah dilakukan penerapan kompres hangat jahe merah didapatkan data bahwa skala nyeri Tn.S berkurang menjadi 5 termasuk di skala nyeri sedang dan Ny.A adalah 5 dan masuk dalam nyeri sedang.

Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah

Tabel 4.3 Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah

| No | Tanggal | Skala Nyeri | | | | | |
|---------|---------------|-------------|---------|------------|------|---|------------|
| | | Tn.S | | Keterangan | Ny.A | | Keterangan |
| Sebelum | Setelah | Sebelum | Setelah | | | | |
| 2 | 11 Maret 2024 | 6 | 5 | 4 | 3 | Terdapat penurunan sebanyak 1 skala nyeri | |
| 3 | 12 Maret 2024 | 8 | 6 | 3 | 3 | Tidak terdapat penurunan tingkat nyeri | |

| | | | | | | | |
|---|---------------|---|---|---|---|---|---|
| 4 | 13 Maret 2024 | 5 | 3 | Terdapat penurunan sebanyak 2 skala nyeri | 4 | 3 | Terdapat penurunan sebanyak 1 skala nyeri |
| 5 | 15 Maret 2024 | 4 | 2 | Terdapat penurunan sebanyak 2 skala nyeri | 3 | 2 | Terdapat penurunan sebanyak 1 skala nyeri |
| 6 | 16 Maret 2024 | 6 | 4 | Terdapat penurunan sebanyak 2 skala nyeri | 4 | 2 | Terdapat penurunan sebanyak 1 skala nyeri |

sumber data primer 2024

Berdasarkan Tabel 4.3 diatas, perkembangan nyeri sebelum dan setelah dilakukan penerapan kompres hangat jahe merah didapatkan adanya penurunan skala nyeri pada kedua responden. Pada responden Tn. S adanya penurunan rata-rata sebanyak 1-2 skala, dan pada responden Ny.A adanya rata-rata penurunan sebanyak 1-2 skala.

Hasil Perbandingan Skala Nyeri Sebelum Dan Setelah Dilakukan Kompres Hnagat Jahe Merah Antara 2 Responden

Tabel 4 4 Hasil Perbandingan Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Antara 2 Responden

| NO | Nama | Sebelum | Sesudah | Keterangan |
|----|------|---------|---------|--|
| 1 | Tn.S | 7 | 4 | Terdapat penurunan 3 skala nyeri antara hari pertama dan hari terakhir |
| 2 | Ny.A | 6 | 2 | Terdapat penurunan 4 skala nyeri pada hari pertama dan hari terakhir |

sumber data primer 2024

Dari tabel 4.4 diatas, didapatkan hasil pada responden Tn.S pada hari pertama sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah dan setelah hari terakhir dilakukan kompres hangat jahe meraah didapatkan adanya penurunan 3 skala nyeri. Sedangkan Ny.A terdapat penurunan sebanyak 4 skala nyeri.

PEMBAHASAN

Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Kompres Hangat Jahe Merah Pada Pasien Asam Urat Di Desa Petoran

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa skala nyeri pada kedua responden yang menderita asam urat sebelum dilakukan kompres air hangat jahe merah masuk kedalam tingkat skala nyeri sedang dan berat.

Gout arthritis adalah kondisi dimana terdapat penumpukan asam urat pada sendi-sendi tubuh terutama pada sendi pada jempol jari kaki, penumpukan asam urat tersebut kemudian membentuk kristal-kristal yang menyebabkan nyeri. Berdasarkan hasil pengkajian kepada 2 responden didapatkan hasil responden pertama yaitu Tn.S 61 tahun, dan Ny. A 49 tahun. Berdasarkan penelitian dari (Amrullah et al., 2023) mengemukakan bahwa seiring bertambahnya usia seseorang, maka fungsi jaringan dan organ tubuh manusia akan semakin menurun, hal ini merupakan kondisi dimana lansia mengalami penyakit degeneratif. Terdapat banyak penyakit degeneratif, salah satunya adalah Gout atau asam urat.

Jenis kelamin juga menjadi salah satu penyebab terjadinya nyeri asam urat. Berdasarkan pengkajian kepada 2 responden didapatkan hasil Tn.S mengalami skala nyeri asam urat yang lebih tinggi dibandingkan dengan Ny.A hal ini telah diteliti oleh (Handayani, 2019),

hiperurisemia lebih banyak dialami oleh pria dibandingkan dengan wanita. Hal ini berkaitan dengan hormon estrogen. Peran hormon estrogen ini membantu mengeluarkan asam urat melalui urin. Pria tidak memiliki hormon estrogen yang tinggi, sehingga akibatnya asam urat sulit diekskresikan melalui urin dan hal inilah yang dapat menyebabkan risiko peningkatan kadar asam urat pada pria lebih tinggi. Sumber makanan berupa jeroan, makanan kaya protein dan lemak merupakan sumber purin. Seseorang dinyatakan obesitas jika indeks massa tubuh (IMT) lebih dari 30. Obesitas merupakan salah satu faktor gaya hidup yang berkontribusi terhadap kenaikan asam urat selain diet tinggi purin dan konsumsi alkohol.

Pola aktivitas dan istirahat dapat mempengaruhi skala nyeri seperti yang dikeluhkan kedua responden yang sama-sama mengeluhkan nyeri pada saat malam hari, dikarenakan pada malam hari tubuh kehilangan kelembapan melalui pernapasan dan keringat. Ketika ini terjadi, darah kehilangan sebagian kandungan airnya. Ketika kadar air menurun, konsentrasi asam urat dalam darah meningkat. Peningkatan ini menyebabkan atau memperburuk hiperurisemia, pendahulu asam urat.

Skala Nyeri Setelah Dilakukan Kompres Hangat Jahe Merah Pada Pasien Asam Urat Di Desa Petoran

Seiring bertambahnya usia seseorang, maka fungsi jaringan dan organ tubuh manusia akan semakin menurun, hal ini merupakan kondisi dimana lansia mengalami penyakit degeneratif. Terdapat banyak penyakit degeneratif, salah satunya adalah Gout atau asam urat (Amrullah et al., 2023).

Asam urat yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan beberapa komplikasi, berdasarkan penelitian dari (Megayanti, 2018) adalah sebagai berikut: Komplikasi pada ginjal Secara garis besar, gangguan-gangguan pada ginjal yang disebabkan oleh asam urat mencakup dua hal yaitu terjadinya batu ginjal dan risiko kerusakan ginjal. Batu ginjal terbentuk ketika urine mengandung substansi yang membentuk kristal, seperti kalsium oksalat dan asam urat. Pada saat yang sama, urine kekurangan substansi yang mencegah kristal menyatu sehingga menjadikan batu ginjal terbentuk. Komplikasi pada jantung : Kelebihan asam urat dalam tubuh membuat seseorang berpotensi terkena serangan jantung dan stroke. Hubungan antara asam urat dengan penyakit jantung adalah adanya kristal asam urat yang dapat merusak endotel/pembuluh darah coroner. Komplikasi pada hipertensi : Hipertensi terjadi karena asam urat menyebabkan renal vasokonstriksi melalui penurunan enzim nitrit oksidase di endotel kapiler, sehingga terjadi aktivasi sistem. Peningkatan asam urat pada manusia juga berhubungan dengan disfungsi endotel dan aktivasi rennin. Komplikasi pada diabetes mellitus : Meningkatnya kadar asam urat darah juga berisiko terkena penyakit diabetes mellitus. Dalam penelitian Eswar (2011) didapatkan hasil kadar asam urat yang tinggi dalam darah berkaitan dengan risiko peningkatan diabetes hampir 20%. Pada penderita diabetes ditemukan 19% lebih tinggi dengan kadar asam urat yang tidak terkontrol. Pengukuran skala nyeri kepada 2 responden setelah dilakukan tindakan kompres hangat jahe merah didapatkan hasil nyeri ringan sampai sedang. Salah satu cara untuk menurunkan skala nyeri adalah menggunakan kompres hangat jahe merah seperti yang dikemukakan oleh (Nurmajidah, 2023). Mekanisme Efek panas dan pedas dari jahe tersebut dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamine dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri. Panas akan merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak.

Hasil Perkembangan Skala Nyeri Sebelum Dan Setelah Dilakukan Kompres Hangat Jahe Merah Pada Pasien Asam Urat Di Desa Petoran

Setelah melakukan pengkajian kepada 2 responden, terdapat perubahan skala nyeri pada Tn. S dan Ny. A sebelum dan setelah dilakukan kompres hangat jahe merah. Penelitian ini mengasumsikan adanya perubahan yang signifikan kepada penurunan skala nyeri kepada 2 responden, hal ini dapat dibuktikan dari hasil penurunan skala nyeri Tn. S dari skala nyeri 7 menjadi 5. Dan Ny.A dari skala nyeri 4 menjadi 3 pada hari ke 7. Hal ini disebabkan oleh adanya efek panas dan pedas dari jahe tersebut dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri. Namun pada kasus Tn.S yang skala nyerinya sedang sampai tinggi disebabkan karena Tn.S menyebutkan bahwa dirinya setelah bertambahnya usia jarang berolahraga apalagi ketika bekerja sebagai supir ia sering makan jeroan ketika istirahat makan.

Perbandingan Hasil Akhir Antara Dua Responden Sebelum dan Setelah Dilakukan Kompres Hangat Jahe Merah

Berdasarkan penerapan kompres hangat jahe merah yang telah dilakukan selama 7 hari didapatkan perubahan skala nyeri pada kedua responden. Pada responden pertama atau Tn.S terdapat penurunan sebanyak 3 skala nyeri pada hari pertama dan hari ke-7 setelah dilakukan penerapan kompres hangat jahe merah, tetapi pada skala nyeri pasien Tn.S selalu pada skala nyeri sedang sampai berat. Sedangkan pasien kedua atau Ny.A terdapat penurunan sebanyak 4 skala nyeri pada hari pertama dan hari ke-7 setelah dilakukan kompres hangat jahe merah, tetapi pada hari ke-3 tidak terdapat penurunan skala nyeri.

Kedua pasien mengatakan nyeri asam urat yang mereka alami diakibatkan semakin bertambahnya usia dan juga pola makan yang kurang sehat, hal ini dihubungkan dengan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar asam urat hal ini karena seseorang yang mengalami atau memiliki kadar asam urat diatas normal dapat disebabkan oleh beberapa faktor dan salah satunya adalah makanan yang dikonsumsi mengandung purin terlalu tinggi, dan purin ini merupakan satu senyawa yang dimetabolisme didalam tubuh dan menghasilkan produk akhir yaitu asam urat.(Dungga, 2022).

Pada kasus skala nyeri Tn.S selalu pada skala sedang sampai berat diakibatkan oleh pola makan yang tidak sehat sering mengkonsumsi kacang-kacangan, jeroan, dan makanan-makanan yang mengandung tinggi purin dan tidak rutin mengecek kadar asam urat di Puskesmas.

Skala nyeri yang dialami oleh Ny.A lebih rendah di bandingkan dengan Tn.S dikarenakan Ny.A lebih menjaga pola makan dan juga jenis makanan yang tidak mengandung tinggi purin.

Berdasarkan penerapan kompres hangat jahe merah yang telah dilakukan selama satu minggu didapatkan perbedaan perubahan skala nyeri pada pasien pertama dan kedua. Pada pasien pertama terdapat penurunan 3 skala nyeri pada Tn.S, dan pada Ny.A juga terdapat penurunan 4 skala nyeri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang penerapan senam tera terhadap perubahan tekanan darah tinggi pada Tn.S dan Ny.A di Petoran selama 7 kali pertemuan terdapat kesimpulan sebagai berikut : Skala nyeri pada kedua responden sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah adalah nyeri sedang pada Ny. A dan nyeri berat pada Tn.A. Skala nyeri sesudah diberikan kompres hangat jahe merah pada hari terakhir adalah nyeri sedang pada Tn. S dan Nyeri ringan pada Ny.A. Perkembangan skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan kompres hangat jahe merah pada Tn.S skala nyeri 7 yang termasuk kedalam nyeri berat menjadi 5 atau skala nyeri

sedang. Sedangkan pada Ny. A skala nyeri 6 yang termasuk kedalam nyeri sedang menjadi skala nyeri 5. Terdapat perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kompres hangat jahe merah. Saran Bagi Responden : Diharapkan lansia mampu melanjutkan apa yang sudah dilaksanakan yaitu mengaplikasikan kompres hangat jahe merah ketika terasa nyeri. Institusi Pendidikan Diharapkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan sebagai acuan pembelajaran dalam penambahan materi kurikulum sebagai intervensi pada pasien dengan *gout arthritis*.

DAFTAR PUSTAKA

- 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 Ventilator: Jurnal riset ilmu kesehatan dan Keperawatan*, 1(2), 162–175.
- Andriani, D. (2022). *Nyeri kronis akibat*.
- Dungga, E. F. (2022). Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat. *Jambura Nursing Journal*, 4(1), 7–15. <https://doi.org/10.37311/jnj.v4i1.13462>
- Fidayanti, S. M. A. S. (2019). Perbedaan Jenis Kelamin Dan Usia Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Hiperurisemia. *Jurnal Medika Udayana*, 8(12), 2597–8012. <https://ojs.unud.ac.id>
- Handayani, L. T. (2019). Dominant Factor of Rising Uric Acid Levels in Arthritis At Working Area of Public Health in Jember. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 1(2), 95–101. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v1i2.61>
- Hidayah, L. (2021). Pengaruh kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri pada lansia penderita asam urat. *Jurnal Keperawatan*, 12.
- Ismafiaty, Nurani Alawiah, D., & Badrujamaludin, A. (2024). Pengaruh Air Rebusan Daun Salam Terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan Hiperurisemia : Systematic Literature Review. *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic*, 2(1), 20–33.
- Juwariyah, S. (2023). *Ramuan Jahe untuk Mengurangi Nyeri Asam Urat*. STIKES Telogorejo. <https://www.stikestelogorejo.ac.id/2020/05/06/ramuan-jahe-untuk-mengurangi-nyeri-asam-urat/#:~:text=Jahe merupakan jenis tanaman obat,yang membantu menenangkan rasa sakit.>
- Kemenkes. (2024). *Jahe, Si Mungil yang Menghangatkan*. Redaksi Mediakom. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240110/0544702/jahe-si-mungil-yang-menghangatkan/#:~:text=Jahe mengandung vitamin C%2C vitamin,terpen yang ditemukan dalam jahe.>
- KemenKes. (2022). *Manajemen Nyeri*.
- KemenKes. (2023). *Asam Urat*. <http://asamurat.agenobat.biz/>
- Lisnawati. (2023). *Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Dengan Arthritis Gout Diwilayah Kerja Puskesmas Mekar Sari Kota Balikpapan*.
- Manasikana, A. A. (2023). *Edukasi Senam Ergonomis Sebagai Upaya Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan Media Video*.
- Megayanti, N. L. S. (2018). *Gambaran Kadar Asam Urat Pada Sopir Bus Di Terminal Mengwi*.
- Nurapiani, T., & Mubin, M. F. (2021). *Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat pada Lansia dengan Hipertensi*.
- Nurmajidah, W. A. (2023). Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Pada Asuhan Keperawatan Geronrik Klien Gout Arthritis Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Puskesmas Wongsorejo. *Stikes Banyuwangi*, 5(2), 498–506.
- Oktavianti, D. S., & Anzani, S. (2021). Penurunan Nyeri Pada Arthritis Gout Melalui Kompres Hangat Air Rebusan Serai. *Madago Nursing Journal*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.33860/mnj.v2i1.439>
- Parashita, S. A. P. (2020). *Pengaruh Pemberian Sandaroma Therapy Terhadap Intensitas Nyeri Pada Penderita Nyeri Nosiseptif Muskuloskeletal*.
- Putri, A. P., Satria, A., Anggitasari, S., & Solaikah, C. P. (2023). Efektivitas Rendam Air Hangat Jahe Merah Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Bagi Penderita Asam Urat. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 02(01), 64–70.
- Ratnasari, L. E. (2020). *STUDI DOKUMENTASI GANGGUAN RASA AMAN NYAMAN : NYERI PADA*

PASIENT DENGAN POST SECTIO CAESAREA OLEH : LINDA EKA RATNASARI YAYASAN KEPERAWATAN YOGYAKARTA AKADEMI KEPERAWATAN “ YKY ” YOGYAKARTA.

- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Jawa Tengah Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- RJ, I., Pailan, E. T., & Baharuddin, B. (2023). Risk Factor Analysis of Gout Arthritis. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 157–162. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.919>
- Rumouw, B. C., Liesbeth Tinungki, Y., & Junaedi Umboh, M. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Gout Arthritis. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 7(1), 23–31.
- Suryani, S., Sutiyono, S., & Pistanty, M. A. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Larutan Jahe Terhadap Nyeri Asam Urat Di Posyandu Lansia Melati Desa Candisari. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 17. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i1.693>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik (III)*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Indonesia.