

# Penerapan Kompres Hangat Jahe Pada Keluarga Dengan Nyeri Arthritis Gout

Dwi Intan Rahmawati<sup>1</sup>✉, Herni Rejeki<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Department of Health, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

✉ [rahmaintan563@gmail.com](mailto:rahmaintan563@gmail.com)

## **Abstract**

*Gouty Arthritis is an inflammatory disease of the joints caused by disorder of purine metabolism. It causes hyperuricemia and deposition of monosodium urate crystals in the joints or soft tissue. The object of this study was to apply warm ginger compresses to two families with Gouty Arthritis pain. The method of this case study used the warm ginger warm compress technique for the two families with Gouty Arthritis pain clients. The results of this study showed that, after the applications of the warm ginger compresses every day for 13 days (20 minutes for each compress) to both families, there was a decrease in pain from 6 to 1. It can be concluded that the warm ginger compresses can reduce pain caused by the Gouty Arthritis. There is a suggestion for families with Gouty Arthritis to be able to apply warm ginger compress as an independent therapy to reduce pain.*

**Keywords:** Gouty Arthritis 1, warm ginger compress 2

# Penerapan Kompres Hangat Jahe Pada Keluarga Dengan Nyeri Arthritis Gout

## **Abstrak**

Arthritis Gout merupakan serangan radang persendian yang disebabkan oleh gangguan pada metabolisme purin yang menimbulkan hiperurisemia dan deposit penimbunan kristal asam urat didalam persendian. Tujuan dari studi kasus ini adalah menerapkan kompres hangat jahe pada dua keluarga dengan nyeri Arthritis Gout. Metode dalam studi kasus ini adalah pemberian asuhan keperawatan dengan menggunakan teknik kompres hangat jahe pada dua keluarga dengan klien nyeri Arthritis Gout. Hasil studi kasus menunjukkan setelah dilakukan kompres hangat menggunakan jahe, setiap hari selama 13 hari, masing – masing 20 menit, baik pada keluarga I maupun II terjadi penurunan nyeri dari 6 menjadi 1. Kesimpulannya kompres hangat jahe dapat menurunkan nyeri pada Arthritis Gout. Saran bagi keluarga dengan nyeri atritris gout yaitu dapat memlakukan terapi kompres hangat jahe secara mandiri dibantu oleh keluarga untuk menurunkan nyeri.

**Kata kunci:** Arthritis Gout 1, kompres hangat jahe 2

## **1. Pendahuluan**

Penyakit asam urat biasa dikenal sebagai gout arthritis merupakan suatu penyakit yang diakibatkan karena penimbunan kristal monosodium urat didalam tubuh. Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Penyebab penumpukan kristal di daerah persendian diakibatkan kandungan purinnya dapat meningkatkan kadar asam urat dalam darah, lebih dari 7 mg/dl pada laki-laki dan pada perempuan diatas 6 mg/dl [1].

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan gejala 24,7%. Berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan yang paling tertinggi di Bali



(21,3%), sedangkan yang paling tertinggi berdasarkan diagnosis dokter yaitu di Aceh (13,5%). Prevalensi penyakit asam urat di Jawa tengah (2018), berdasarkan diagnosis dokter terdapat 67,977 orang yang tersebar di kabupaten Jawa Tengah, dengan data khusus di kota Pekalongan sebanyak 581 jiwa, kabupaten 1.696 jiwa [2].

Serangan gout timbul secara mendadak (kebanyakan menyerang pada malam hari). Jika gout menyerang, sendi-sendi yang terserang tampak merah, mengilap, bengkak, kulit di atasnya terasa panas disertai rasa nyeri yang hebat dan persendian sulit digerakkan. Gejala lain adalah suhu badan meningkat, kepala terasa sakit, nafsu makan berkurang, dan jantung berdebar. Serangan pertama gout pada umumnya berupa serangan akut yang terjadi pada pangkal ibu jari kaki. Seringkali hanya satu sendi yang diserang. Namun, gejala-gejala tersebut dapat juga terjadi pada sendi lain, seperti pada tumit, lutut, dan siku [3].

Hasil penelitian [4] menyebutkan bahwa kompres hangat jahe bisa menurunkan sekala nyeri pada penderita gout arthritis. Nyeri gout arthritis dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Kompres hangat jahe merupakan salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri gout arthritis. Jahe bisa mengurangi nyeri karena terdapat senyawa gingerol dan shogaolb yaitu senyawa panas dan pedas pada jahe yang memiliki sifat anti inflamasi non steroid, Dimana kompres hangat jahe akan menimbulkan rasa panas, maka respon tubuh secara fisiologis antara lain dapat menstabilkan darah yang kental, otot menjadi rileks, keseimbangan metabolisme jaringan, meningkatkan permeabilitas jaringan, menumbuhkan rasa kenyamanan dan mengurangi kecemasan [5].

Berdasarkan wawancara dan pengambilan data yang dilakukan oleh penulis di desa Kulu didapatkan 2 keluarga penderita gout arthritis dan tidak mengonsumsi obat asam urat. Kedua keluarga tersebut tidak tahu penyebab dari penyakit asam urat dan tidak tahu bagaimana cara penanganannya, serta menyatakan bahwa penderita merasakan sakit dibagian sendi, merasa tidak nyaman disekitarnya dan tidak dapat melakukan kegiatan aktivitas seperti biasanya. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik mengambil penelitian ini.

## 2. Metode

### 2.1 Rancangan Karya Tulis Ilmiah

Karya Tulis Ilmiah ini dengan menggunakan rancangan studi kasus metode deskriptif. Rancangan studi kasus ini mendeskripsikan tentang gambaran tentang penerapan terapi kompres hangat jahe untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita Arthritis Gout.

### 2.2 Subjek Studi Kasus

Subjek Subyek studi kasus ini adalah penerapan terapi kompres hangat jahe pada dua keluarga yang mengalami masalah nyeri sendi.

Kriteria Inklusif, terapi kompres hangat jahe ini di berikan pada klien dengan kriteria inklusi sebagai berikut: klien yang berusia kurang dari 59 tahun; klien yang mengalami penyakit arthritis gout, pada laki-laki diatas 7 mg/dl dan pada wanita diatas 6 mg/dl; klien yang mengalami nyeri sendi dengan skala 4-6; klien yang mampu berkomunikasi dengan baik dan kooperatif; bersedia menjadi keluarga kelolaan.

Kriteria Eksklusif, terapi kompres hangat jahe ini tidak diberikan pada klien sebagai berikut: klien yang mengonsumsi obat analgetik atau penurun nyeri lain.

### 2.3 Fokus Studi

Pada penulisan Karya Tulis Ilmiah ini berfokus pada cara mengatasi masalah nyeri pada keluarga dengan Arthritis Gout. Penanganan masalah yang akan dijadikan titik acuan adalah penerapan prosedur terapi kompres hangat jahe untuk penyakit Arthritis Gout.

### 2.4 Tempat Dan Waktu Pengambilan Studi Kasus

Tempat yang digunakan untuk pengambilan studi kasus adalah di Desa Kulu Kecamatan Karanganyar Kabupaten Pekalongan, waktu pelaksanaan studi kasus ini dari bulan Maret – April 2022.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Pengkajian pada keluarga I didapatkan data keluarga yaitu seorang perempuan berusia 53 th, agama Islam, bersuku Jawa, status perkawinan menikah, pendidikan terakhir SMA, pekerjaan pedagang, tipe keluarga inti (nuclear family), fungsi kesehatan keluarga belum mengetahui akibat masalah kesehatan yang dialami anggota keluarganya, keluarga sudah mampu memanfaatkan fasilitas kesehatan seperti Puskesmas untuk memeriksakan anggota keluarga yang sakit.

Keluhan utama mengeluh nyeri pada kedua lutut. Riwayat sakit sekarang yaitu pasien mengatakan tangan dan kakinya sering merasa kesemutan, nyeri dirasakan di persendian kedua lutut muncul setelah bangun tidur pagi dan nyeri kakinya bertambah ketika untuk berjalan, bangun dari duduk. Hasil pengkajian nyeri: P: Nyeri bertambah jika melakukan aktivitas, bangun tidur dan setelah duduk, Q: Seperti disayat-sayat kakinya, R: Kedua kaki kanan dan kiri pada persendian lutut, S: Skala 6, T: Hilang timbul, gejala nyeri timbul secara mendadak dalam frekuensi lamanya nyeri 30 – 60 menit. Keluarga ada yang menderita penyakit asam urat yaitu adek kandung perempuannya. Tanda-tanda vital klien TD: 120/60 mmHg, N: 86 kali/menit, RR: 22 kali/menit, S: 36,80C, kadar nilai asam urat klien adalah 7,6 mg/dl.

Pengkajian pada keluarga II didapatkan data keluarga yaitu seorang perempuan berusia 51 th, jenis kelamin perempuan, Islam, status perkawinan menikah, pendidikan terakhirnya SMP, pekerjaan pedagang, Tipe keluarga inti (nuclear family), fungsi kesehatan keluarga belum mengetahui akibat masalah kesehatan yang dialami anggota keluarganya, keluarga sudah mampu memanfaatkan fasilitas kesehatan seperti Puskesmas untuk memeriksakan anggota keluarga yang sakit.

Keluhan utama nyeri pada kedua pergelangan kakinya. Riwayat kesehatan sekarang adalah klien sering terasa kram dan kesemutan tiba-tiba pada kedua tangan dan kakinya, Nyeri biasanya muncul pada malam hari, jika malam hari pasien sulit tidur nyenyak, tidurnya sering terbangun karena tiba-tiba kaki terasa seperti di tusuk-tusuk, hasil pengkajian nyeri diperoleh: P: Nyeri bertambah saat malam hari ketika menjelang tidur, Q: Terasa seperti ditusuk-tusuk, R: Pada kedua pergelangan kakinya, S: Skala nyerinya 6, T: Hilang timbul dengan frekuensi 1-2 jam. Tanda-tanda vital klien TD: 130/70 mmHg, N: 73 x/menit, RR: 20 x/menit, S: 36,30C, dengan kadar nilai asam uratnya 7,4 mg/dl. Keluarganya tidak ada yang menderita penyakit asam urat.

Pengkajian yang telah dilakukan terhadap 2 keluarga dengan masalah nyeri gout arthritis dirumuskan diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut dan defisit pengetahuan. Dengan rencana keperawatan yang disusun adalah 1) identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas skala nyeri; 2) Batas aktifitas; 3) Kontrol lingkungan yang memberatkan nyeri; 4) Berikan trapi non farmakologis seperti terapi kompres hangat jahe.

Implementasi pada keluarga difokuskan pada tindakan terapi kompres hangat jahe untuk menurunkan nyeri gout arthritis. Pada keluarga I dan keluarga II dilakukan tindakan selama 2 minggu dilakukan satu kali setiap hari pada pagi hari. Setelah dilakukan kompres hangat jahe pada kedua keluarga didapatkan pada keluarga I dan keluarga II sama sama terjadi perubahan, hasil setelah diberikan terapi kompres hangat jahe diperoleh adanya penurunan skala nyeri yang dapat dilihat pada table 3.1.

**Tabel 3.1.** Penilaian skala nyeri dengan NRS

Penerapan Terapi Kompres Hangat Jahe		
	Sebelum	Sesudah
Keluarga 1	6	1
Keluarga 2	6	1

## Pembahasan

Penulis melakukan pembahasan dari hasil yang diuraikan diatas yaitu tentang terapi kompres hangat jahe untuk menurunkan nyeri gout arthritis pada 2 keluarga di Desa Kulu Kecamatan Karanganyar Kabupaten Pekalongan. Hasil asuhan yang sudah penulis lakukan selama 2 minggu.

Implementasi yang penulis lakukan terhadap kedua keluarga sesuai dengan rencana keperawatan penulis yaitu terapi kompres hangat jahe. Penulis melakukan tindakan keperawatan selama 2 minggu yaitu dengan 7 hari pertemuan dan setelahnya dilakukan secara mandiri dengan keluarga dan dipantau setiap harinya dan seperti itu seterusnya selama 2 minggu, penulis mengakhiri pertemuan pada hari ke 14 dengan melakukan evaluasi akhir dari tindakan yang sudah diajarkan. Implementasi yang sudah penulis lakukan sesuai dengan rencana keperawatan, mengkaji skala nyeri kemudian penulis melakukan pendidikan kesehatan tentang gout arthritis dan prosedur terapi kompres hangat jahe.

Hasil setelah dilakukan terapi kompres hangat jahe selama 2 minggu adanya penurunan nyeri pada kedua keluarga, namun pada pertemuan pertama klien 1 tidak mengalami penurunan dikarenakan baru mengenal teknik terapi kompres hangat jahe dan belum begitu serius saat melakukannya. Tetapi pada klien 2 langsung mengalami penurunan nyeri dari 6 ke 5 pada pertemuan pertama, pada pertemuan kedua, kedua klien mengalami penurunan dan pada pertemuan ketiga klien 1 mengalami penurunan sedangkan klien 2 tidak karena klien tergesah gesah saat melakukan terapi karena akan mengikuti pengajian pada pagi hari di desanya, pertemuan ke 4 sampai ke 7 kedua klien mengalami penurunan secara terus menerus karena kedua klien sudah sungguh2 melakukan terapi kompres hangat jahe. Pada pertemuan delapan sampai tiga belas terapi dilakukan keluarga secara mandiri.

Pertemuan ke 14 penulis mengevaluasi tindakan kompres hangat jahe yang sudah diajarkan. Kedua keluarga melakukan terapi kompres air hangat selama 2minggu mengalami penurunan nyeri dari skala nyeri sedang 6 menjadi skala nyeri ringan 1. Dibuktikan pada [4] bawa terapi kompres hangat jahe dapat menurunkan nyeri pada gout arthritis karena pemberian kompres hangat jahe yang mempunyai kandungan pati, minyak atsiri dan ekstrak yang larut dalam alkohol. Beberapa komponen kimia jahe, sepertigingonol, shogaolx dan zinggerone memberikan efek farmakologi dan fisiologi seperti antioksidasi, anti inflamasi, analgesik, antikarsinogenik, non toksik dan non mutagenik [6].

Setelah diberikan inetervensi melakukan pemberian kompres jahe kepada responden mengalami penurunan skala nyeri. Memberikan kompres jahe sebagai terapi komplementer sangatlah baik kepada keluarga karena bahan yang digunakan adalah bahann yang sangat alami dan tidak memiliki efek samping, serta pengolahannya sangat mudah dilakukan.

#### 4. Kesimpulan

Kesimpulanya terapi kompres hangat jahe telah terbukti dapat membantu menurunkan nyeri pada keluarga I dan keluarga II. Setelah 2 keluarga melakukan kompres hangat selama 2 minggu didapatkan hasil terdapat penurunan dari skala nyeri 6 menjadi skala ringan 1. Kedua keluarga terjadi penurunan nyeri pada sendi, keluarga sudah lebih mandiri dalam melakukan terapi kompres hangat jahe, Saran bagi keluarga dengan nyeri atritris gout yaitu dapat memlakukan terapi kompres hangat jahe secara mandiri dibantu oleh keluarga untuk menurunkan nyeri.

#### Referensi

- [1] Jaliana, Suhadi, La Ode Muh, Sety . *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Asam Urat pada Usia 20-44 Tahun Di RSUD Bahteramas Povinsi Sulawesi Tenggara 2017*. Sulawesi : Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat. 2017.
- [2] RISKESDAS. *Laporan Provinsi Jawa Tengah*. Diambil dari <https://drive.google.com/file/d/17Ty8OhovafFTYr6GfENkVatLsGwyoDV/view?usp=drivesdk>, 2018.
- [3] Purwani. *Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyebab Terjadinya Peningkatan Asam Urat Dalam Darah*, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 76–84. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004. 2019.
- [4] Rusnoto. Noor, C. Indah, R. *Pemberian Kompres Hangat Memakai Jahe Untuk Meringankan Skala Nyeri Pada Pasien Asam Urat di Desa Kedung Wungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan*. JIKK. Vol 6 No. 1. 29-39. 2018.
- [5] Syamsu, A. D. *Perbandingan Kompres Jahe Merah dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia*, jurnal keperawatan, 7 (2), pp.34–42. 2017.
- [6] Hernani dan Winarti,C.,. *Kandungan Bahan Aktif Jahe dan Pemanfaatannya Dalam Bidang Keehatan*, Diakses dari <https://balittro.litbang.pertanian.go.id>. 2014.