

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**PENGARUH KOMPRES JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN SKALA  
NYERI SENDI DENGAN *GOUT ARTHRITIS* PADA LANSIA DI SENTRA  
GAU MABAJI KAB. GOWA PROVINSI SULAWESI SELATAN**



**ANASARI, S.Kep**

**B03247272**

**PRODI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT  
MAJENE JULI 2025**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

**Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya sendiri,  
Dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk  
Telah saya nyatakan dengan benar**

**Nama** : Anasari  
**Nim** : B0324727  
**Tanggal** :  
**Tanda Tangan** :



**HALAMAN PENGESAHAN**  
Karya Ilmiah Akhir dengan judul :

**PENGARUH KOMPRES JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN NYERI  
SENDI DENGAN *GOUT ARTHRITIS* PADA LANSIA DI SENTRA GAU  
MABAJI KAB. GOWA, PROVINSI SULAWESI SELATAN**

Disusun dan diajukan oleh :

**Anasari, S.Kep**  
**B0324727**

Telah disajikan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat.

Ditetapkan di Majene tanggal

**Dewan Penguji**

**Nurwahita, S.Kep., NS., M.Kes**

**Maryati, S.Kep., NS., M.Kep**

**Hermin Husaeni, S.Kep., NS., M.Kep**

**Dewan Pembimbing**

**Hermin Husaeni, S.Kep., NS., M.Kep**

**Weni Anggraini, S.Kep., NS., M.Kep**

**Mengetahui**

**Dekan**

**Fakultas Ilmu Kesehatan**



**Ketua**

**Program Studi Keperawatan**

  
**Aco Mursid, S.Kep., NS., M.Kep**

## ABSTRAK

Nama :Anasari, S.Kep  
Program Studi :Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan  
Judul :”Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Dengan *Gout Arthritis* Pada Lansia Di Sentra Gau Mabaji Kab. Gowa, Provinsi Sulawesi Selatan”

*World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 angka penyakit asam urat mencapai 355 juta artinya sakit sendi bisa dialami oleh 1 dari 6 jiwa, terindikasi sampai 25%. Indonesia termasuk negara dengan jumlah penyakit Atritis Gout terbanyak, dan penyakit ini banyak diderita oleh lanjut usia. Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas **Tujuan** untuk mengetahui pengaruh kompres jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada lansia dengan asam urat. **Metode** penelitian yang di gunakan adalah metode deskriptif dengan populasi sampel 2 responden yang di berikan terapi kompres jahe merah. **Hasil** pemberian terapi kompres jahe merah efektif dalam penurunan skala nyeri pada lansia dengan asam urat di mana skor yang di dapatkan pada Tn.D setelah pemberia adalah 4 dan pada Ny.M setelah pemberian di dapatkan hasil skor 3. **Kesimpulan** kompres jahe merah efektif dalam penurunan skala nyeri pada lansia dengan asam urat.

**Kata Kunci** :kompres jahe merah, asam urat, nyeri sendi

## ABSTRACT

Nama :Anasari, S.Kep

Program Studi :Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan

Judul :” The Effect of Red Ginger Compress on Reducing Joint Pain with Gout Arthritis in the Elderly at the Gau Mabaji Center, Gowa, South Sulawesi”

World Health Organization (WHO) in 2020 the number of gout patients reached 355 million, meaning that 1 in 6 people can experience joint pain, it is indicated that up to 25% of gout cases will continue to increase until 2025. Indonesia is one of the countries with the highest number of Gout Arthritis patients, and this disease is widely suffered by the elderly. The elderly are those who have reached the age of 60 years and over. The aim is to determine the effect of red ginger compresses on reducing the pain scale in the elderly with gout. The research method used is a descriptive method with a sample population of 2 respondents who were given red ginger compress therapy. The results of giving red ginger compress therapy are effective in reducing the pain scale in the elderly with gout where the score obtained by Mr. D after giving it was 4 and in Mrs. M after giving it a score of 3. The conclusion is that red ginger compresses are effective in reducing the pain scale in the elderly with gout.

**Keywords:** Red Ginger Compress, Gout, Joint Pain

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

*Arthritis Gout* atau yang sering dikenal dengan istilah asam urat merupakan penyakit yang sering dialami oleh banyak masyarakat, termasuk lansia di Indonesia. Peningkatan kadar purin dalam tubuh *arthritis gout* adalah suatu kondisi yang ditandai dengan penumpukan kristal di persendian akibat tingginya kadar asam urat di dalam tubuh. Penyakit asam urat atau disebut juga *arthritis gout* adalah suatu kondisi dimana metabolisme purin tubuh terganggu sehingga terjadi penumpukan asam urat dan kristal asam urat di jaringan sendi (Kerja and Moramo 2023). Purin adalah protein yang seharusnya metabolisme oleh tubuh, biasanya purin keluar melalui urin. Peningkatan kadar purin pada tubuh menyebabkan *Artritis gout* (Lutfiani and Baidhowy 2022).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, angka penyakit asam urat mencapai 355 juta artinya sakit sendi bisa dialami oleh 1 dari 6 jiwa, terindikasi sampai 25% angka penyakit asam urat terus meningkat hingga tahun 2025. 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 (Lutfiani and Baidhowy 2022). Prevalensi *Gout Arthritis* yang terjadi di Sentra Gau Mabaji adalah sebanyak 15 lansia dari 23 keseluruhan jumlah lansia yang ada di Sentra Gau Mabaji. Menurut *World Health Organisation* (WHO) lansia digolongkan menjadi 4 (empat), yaitu : usia pertengahan 45-59 tahun, lanjut usia 60-74 tahun, lanjut usia tua 75-90 tahun, dan lansia sangat tua (very old) diatas 90 tahun. Semakin bertambahnya usia, fungsi fisiologis mengalami penurunan sehingga penyakit tidak menular banyak terjadi pada lansia. Dimasa tua lansia akan mengalami hilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan struktur serta mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak

dapat bertahan terhadap jejas (infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang diderita (Darmawansyah, Rochmani, and Tangerang 2022)

Asam urat sering terjadi pada lansia, hal ini ditandai dengan hiperurisemia atau peningkatan asam urat di dalam badan seseorang. Dari data prevalensi diatas dapat dilihat bahwa asam urat atau *gout artritis* lebih banyak dialami oleh kelompok lanjut usia , kondisi ini dapat muncul akibat gaya hidup orang tua di masa muda. Asam urat jenis penyakit yang sangat menyakitkan, hasil dari metabolisme didalam tubuh yang disebabkan oleh penumpukan kristal pada persendian sehingga kadar dalam tubuh tinggi (Andriani and Asnindari 2019). Jika kadar asam urat dalam darah melewati ambang normal maka asam urat akan masuk ke dalam tubuh khususnya ke dalam sendi. Sendi – sendi yang diserang pada umumnya, yaitu sendi pada jempol jari kaki, sendi lutut, tangan, siku, bahu. Penyebab asam urat yaitu faktor yang tidak bisa dikontrol (umur, jenis kelamin dan genetik) dan faktor yang bisa dikontrol (konsumsi alkohol berlebih, IMT, asupan purin berlebih dan obat – obatan). Penyebab lainnya seperti obesitas (kegemukan), penyakit kulit, kadar trigliserida yang tinggi (Bahtiar et al. 2023)

Salah satu tanda yang dialami oleh penderita asam urat adalah nyeri. Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual dan potensial. Nyeri sangat mengganggu menyulitkan banyak orang dibanding suatu penyakit manapun. Dampak nyeri sendi adalah penurunan kualitas harapan hidup seperti kelelahan yang begitu hebatnya, menurunkan batasan gerak tubuh dan nyeri saat bergerak (Nurhasanah 2021). Secara garis besar pengobatan nyeri sendi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologis merupakan pengobatan yang dilakukan dengan mengonsumsi obat-obatan yang dapat membantu menurunkan nyeri. Terapi nonfarmakologis merupakan pengobatan yang dilakukan untuk menurunkan nyeri tanpa ketergantungan obat dan efek samping dan menjadi pilihan alternatif yang dapat mencegah dan mengatasi nyeri sendi, terapi non farmakologis memiliki keuntungan salah satunya harga yang murah dan kandungan yang terdapat dalam jahe

merah memiliki kandungan yang lebih tinggi dibandingkan pada jahe biasa lainnya daripada dengan pemberian obat-obatan kimia yang dapat membahayakan pasien (Novri Andini 2022)

Nyeri sendi dapat diturunkan dengan berbagai jenis terapi diantaranya bimbingan antisipasi, kompres hangat, prosedur stimulasi kulit, relaksasi dan imajinasi dipandu, hiburan, stimulasi saraf transcutaneous elektrik, terapi herbal dan kompres jahe merah. Bahan alami yang cocok untuk menimbulkan sensasi hangat salah satunya adalah jahe merah. Dimana mengandung beberapa komponen seperti, pati (52,0%), minyak astiri (3,9%), serta saripati yang tercampur di dalam alcohol (9,93%) lebih banyak dari jahe gajah serta jahe emprit. Jahe merah bersifat pahit, pedas serta aromatik yang berasal dari olerasin yaitu gingerol, zingeron dan shogaol. Dimana terdapat anti radang dari olerasin, antioksidan yang kuat serta anti nyeri. Sehingga olerasin atau zingeron ini berguna untuk menghambat sintesis prostaglandin hingga mampu mengurangi nyeri sendi ataupun ketegangan otot. Terapi tersebut sudah banyak diteliti dan dikembangkannya termasuk diantaranya adalah kompres hangat, terapi ini dianggap efektif dalam menurunkan nyeri sendi karena dapat meningkatkan suhu jaringan dan sirkulasi darah yang dapat menghambat produk metabolisme inflamasi seperti prostaglandin bradikinin dan histamine. Akan tetapi kompres jahe merah lebih dianggap efektif dan disarankan untuk mengurangi nyeri sendi karena kompres jahe merah sudah dikombinasi antara terapi hangat dan terapi relaksasi dengan adanya penggunaan jahe merah sehingga penurunan nyeri sendi lebih cepat dibanding hanya menggunakan kompres hangat. Kandungan kimia jahe senyawa phenol yang memiliki efek anti radang dan diketahui mampu menurunkan angka penyakit sendi akibat ketegangan yang dialami otot sehingga dapat memperbaiki sistem musculoskeletal (Muchlis & Ernawati, 2021).

Efek farmakologis yang dimiliki jahe merah yaitu rasa panas dan pedas yang dapat meredakan nyeri, kaku dan spasme otot serta terjadinya vasodilatasi pembuluh darah. Keuntungan lain dalam penggunaan kompres jahe merah karena muda dan aman untuk digunakan, bahan-bahan yang diperlukan pun sederhana dan



mudah didapatkan di kalangan masyarakat, sehingga pemanfaatan jahe juga tidak hanya sebagai bahan rempah makanan, pemberi aroma tetapi juga bisa digunakan sebagai obat, salah satunya adalah penurunan nyeri sendi dan masih banyak penyakit lain yang bisa diobati akibat adanya kandungan kimia jahe. Terapi kompres jahe merah merupakan metode yang bisa memberikan berbagai efek fisiologis diantaranya permeabilitas kapiler dalam tubuh, peningkatan metabolisme sel relaksasi otot dan peningkatan aliran darah. Kompres jahe merah dapat meningkatkan suhu pada jaringan dan aliran darah yang bisa menghambat metabolisme inflamasi seperti prostaglandin dan bradikinin sehingga mengurangi rasa nyeri (Muchlis & Ernawati, 2021) .

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh (Listyarini et al. 2022) mengenai “ Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Tingkat Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Asam Urat Di Desa Ketanjung” didapatkan ada pengaruh kompres jahe merah terhadap tingkat penurunan nyeri sendi pada lansia dimana orang lanjut usia banyak yang mengalami penyakit terutama nyeri sendi. Responden yang mengalami nyeri mengeluh saat melakukan kegiatan sehari-hari tidak bisa penuh karena nyeri tersebut mengganggu. Penelitian yang dilakukan oleh (Putri Laksmi, 2024) juga didapatkan hasil ada pengaruh implementasi terapi kompres jahe merah dengan penurunan nyeri pada lansia dikarenakan bahan alami jahe bisa menimbulkan sensasi hangat. Hasil penelitian ini didapatkan nyeri responden sebelum diberikan kompres jahe merah sebagian besar mengalami nyeri sedang 87,2% sedangkan nyeri ringan 12,8% dan intensitas nyeri responden sesudah dilakukan kompres jahe merah tidak nyeri sebanyak 5,1%, sebagian nyeri ringan 89,7%, dan nyeri sedang 5,1%.

Dari hasil wawancara awal yang dilakukan kepada lansia kebanyakan dari responden mengeluh nyeri pada persendian dibagian lututnya, dan untuk penanganan pertama responden memilih penggunaan obat-obatan yang diambil dari petugas kesehatan terdekat, sedangkan diketahui bahwa ketergantungan pada penggunaan obat-obatan memiliki efek samping yang bisa membahayakan. Alasan

responden selama ini memilih pengobatan farmakologi dibanding pengobatan tradisional seperti kompres jahe merah dikarenakan kurangnya pengetahuan, sikap dan perlakuan terhadap penanganan tersebut. Sehingga penerapan kompres jahe merah ini dianggap sangat perlu untuk diterapkan kepada masyarakat tersebut. Terapi kompres jahe merah ini memiliki manfaat yang sangat banyak selain untuk mengurangi nyeri sendi juga kandungan zat yang ada di dalam jahe bisa memberikan efek bagi tubuh seperti melemaskan otot dari kekakuan, dan membuka pembuluh darah dan memperlancar sirkulasi darah sehingga suplai makanan dan oksigen lebih baik dan darah bisa mengalir lancar ke seluruh tubuh (Noviyanti & Azwar, 2021).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dan juga banyaknya angka kejadian nyeri sendi pada lansia, kemudian di dukung dari berbagai jurnal penelitian terkait manfaat pemberian kompres jahe merah pada nyeri sendi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penerapan tentang pengaruh kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri sendi dengan asam urat pada lansia.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

“Apakah Ada Pengaruh Antara Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Di Sentra Gau Mabaji Gowa, Sulawesi Selatan”

## **C. Tujuan**

### **a. Tujuan umum**

Diketahui pengaruh kompres hangat jahe terhadap perubahan nyeri sendi pada lansia

### **b. Tujuan khusus**

- a. Penurunan skala nyeri sendi sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres jahe merah pada Tn. D dan Ny. M

- b. Perbandingan skala nyeri sendi pada Tn. D dan Ny. M sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres jahe merah

## **BAB II**

### **TINJAUAN LITERATURE**

#### **A. Konsep Dasar Penyakit**

1. Konsep Dasar lansia
  - a. Defenisi Lansia

Lanjut usia atau biasa disebut dengan istilah “lansia” merupakan seseorang yang telah mencapai tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia, yang ditandai dengan usia 60 tahun ke atas. Lansia mengalami suatu proses alami yang tidak dapat dihindari dan pasti akan dialami. Secara kronologis, lansia dikategorikan berdasarkan usia, tetapi konsep lansia lebih dari sekadar penambahan usia (Astuti, 2024).

Lansia sering kali menghadapi perubahan dalam interaksi sosial, peran keluarga, dan status ekonomi secara sosial. Dukungan keluarga dan lingkungan sosial sangat penting untuk kesejahteraan lansia. Untuk membuat pendekatan keperawatan yang holistik dan berpusat pada kebutuhan orang tua, yang bertujuan untuk mempertahankan atau meningkatkan kualitas hidup mereka seiring dengan bertambahnya usia, sangat penting untuk memahami konsep dasar ini (Faizah et al., 2024).

Di Indonesia, lansia diatur dalam undang-undang No. 13 Tahun 1998 tentang kesehatan dikatakan bahwa usia lanjut adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun. menurut Pasal 1 ayat (2), (3), (4) UU Pada hakekatnya menua bukan suatu penyakit, namun merupakan proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam maupun dari luar (Kemenkes RI, 2015). Dan pada tahun 2021, dikuatkan oleh Peraturan Presiden (Perpres) No. 88 Tahun 2021 tentang Strategi Nasional Kelanjutusiaan. Perpres tersebut diharapkan dapat mewujudkan

lansia yang mandiri, sejahtera, dan bermartabat (Peraturan Presiden RI, 2021).

b. Batasan – batasan lansia

Menurut Astuti, 2024 batasan usia lansia meliputi:

1. Usia 45-59 tahun = Usia pertengahan (middle age)
2. Usia 60-74 tahun = Lanjut usia (elderly)
3. Usia 75-90 tahun = Lanjut usia tua (old)
4. Usia diatas 90 tahun = Usia sangat tua (very old)

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), batasan usia lansia diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Usia 50-64 tahun = Pralansia
2. Usia 65-80 tahun = Lansia muda
3. Usia >80 tahun = Lansia lanjut Klasifikasi ini membantu dalam merancang program kesehatan dan layanan yang sesuai untuk setiap kelompok usia (Yalasviva, 2022).

c. Karakteristik Lansia

Dari penjelasan mengenai lanjut usia, beberapa hal yang berkaitan dengan lansia, menurut (Yunita, 2019), di usia sangat tua seseorang akan mengalami perubahan fisik maupun psikis. Adapun sifat-sifat lansia atau ciri-ciri lansia adalah sebagai berikut:

1. Kondisi fisik lansia sangat merosot, misalnya kulit yang sangat rentan, kulit keriput, kulit yang sudah tidak elastis dan menunjukkan perubahan psikologis seperti ketakutan akan kematian sehingga mempersiapkan dirinya untuk menghadapi kematian
2. Mobilitas semua lansia akan berkurang dan jam kerja, dibandingkan dengan orang dewasa yang berumur di bawah 40 tahun
3. Gangguan akan keterampilan psikologis, seperti gangguan pendengaran sehingga lanjut usia tidak mengerti apa yang dikatakan

orang lain.

4. Perubahan psikologis yang dialami adalah adanya rasa rendah diri dan kurang percaya diri juga pada kekuatan yang dimiliki. Keterampilan dan kecepatan yang dimiliki akan mulai berkurang.
5. Adapun perkembangan dari dalam diri lansia adalah memahami dan menerima perubahan fisik dan psikis yang dialaminya serta menggunakan pengalaman hidupnya untuk beradaptasi dengan perubahan fisik dan psikisnya tersebut.

Berbeda dengan (Maghfiroh Yuni, 2020) dalam penelitiannya membedakan karakteristik lansia yang bersifat positif adalah sebagai berikut:

1. Keinginan untuk meninggalkan segala yang dimiliki
2. Bertindak seperti orang yang lebih tua
3. Ketertarikan pada objek yang sudah dikenal
4. Perasaan tentang proses kehidupan yang dialami
5. Memiliki kemampuan untuk menciptakan sesuatu
6. Perasaan pencapaian atau realistis kehidupannya
7. Konsep diri dan dapat menerima diri sendiri
8. Dapat mengendalikan tentang apa yang sudah terjadi pada diri lansia
9. Orientasi internal lansia
10. Kekakuan

Jadi jika seseorang menjadi tua, maka akan sangat rentan terhadap gangguan- gangguan kesehatan dan psikologisnya. Oleh karena itu, dengan keberadaan beberapa lansia yang mengalami kesulitan melakukan perubahan, dan perubahan itulah terjadi pada diri lansia dan mampu melakukan.

Dalam buku yang ditulis oleh Evelina (2021), menjelaskan mengenai ciri-ciri lanjut usia sebagai berikut:

1. Lanjut usia adalah periode kemunduran, dalam hal berdasarkan pada

bagian fisik dan psikologisnya. Contohnya yaitu lanjut usia memiliki dorongan yang kecil dalam melakukan segala pekerjaan, jadi dapat meningkatkan kecepatan dalam proses kemunduran tersebut, tetapi juga terdapat lansia yang mempunyai dorongan yang kuat maka periode kemundurannya akan lebih lama lagi.

2. Lanjut usia mempunyai kelompok minoritas yang dimana akan berdampak pada perilaku sosial lansia. Contoh lansia lebih bahagia memperlakukan pendapatnya sebagai hal negatif, namun ada sebagian lansia yang mempunyai perasaan pada orang lain yang berakibat positif pada lingkungan sosial.
3. Menua memerlukan adanya perubahan dalam tanggung jawab yang dimiliki, ini dilakukan atas pemikiran sendiri bukan pada tekanan atau desakan dari lingkungan karena usianya maka seenaknya warga memberhentikan karena alasan usia seseorang.
4. Adanya penyesuaian yang tidak baik dalam diri lansia. Dimana lansia cenderung menciptakan berbagai hal seperti penyesuaian diri lansia. Dalam hal misalnya lanjut usia satu rumah dengan anak-anaknya dan lansia jarang melibatkan keluarga yang lain dalam mengambil keputusan, karena alasan pola pikirnya tidak sampai. Oleh sebab itu lansia biasa menarik diri dari perilaku tersebut dan bahkan memiliki harga diri rendah.

d. Masalah Pada Lansia

Menurut Sejahtera, (2024) dalam upaya peningkatan kualitas hidup, lansia sering menghadapi berbagai masalah yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Masalah-masalah ini dapat berupa masalah fisik, psikologis, sosial, maupun ekonomi. Akibatnya, diperlukan dukungan dari berbagai pihak baik keluarga maupun lainnya, termasuk intervensi medis, sosial, dan lingkungan. Berikut adalah beberapa masalah umum yang sering dialami oleh lansia:

## 1. Masalah Kesehatan Fisik

- a. Penyakit Kronis: Banyak lansia menderita penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, penyakit jantung, arthritis, dan osteoporosis. Penyakit-penyakit ini sering kali memerlukan perawatan jangka panjang dan dapat mempengaruhi mobilitas serta kualitas hidup.
- b. Kehilangan Mobilitas: Penurunan kekuatan otot, keseimbangan, dan kepadatan tulang dapat menyebabkan kesulitan dalam bergerak, meningkatkan risiko jatuh, dan membuat lansia lebih tergantung pada orang lain.
- c. Gangguan Indera: Penurunan pendengaran, penglihatan, dan fungsi indera lainnya dapat membuat lansia kesulitan dalam berkomunikasi, membaca, dan menjalani aktivitas sehari-hari.
- d. Malnutrisi: Lansia berisiko mengalami malnutrisi akibat penurunan nafsu makan, gangguan pencernaan, atau masalah gigi yang membuat mereka sulit makan.
- e. Gangguan Tidur Insomnia dan gangguan tidur lainnya sering terjadi pada lansia, yang dapat menyebabkan kelelahan, penurunan kognitif, dan gangguan mood.

## 2. Masalah Kesehatan Mental

- a. Depresi: Depresi adalah masalah kesehatan mental yang umum pada lansia, sering kali disebabkan oleh isolasi sosial, kehilangan orang yang dicintai, pensiun, atau penyakit kronis.
- b. Demensia: Penyakit seperti Alzheimer dapat menyebabkan penurunan kognitif yang signifikan, mempengaruhi memori, pemikiran, dan kemampuan berfungsi sehari-hari.
- c. Kecemasan: Lansia juga mungkin mengalami kecemasan yang disebabkan oleh ketidakpastian tentang kesehatan, keuangan, atau perubahan hidup lainnya.



### 3. Masalah Sosial

- a. Isolasi Sosial: Lansia sering kali mengalami isolasi sosial akibat kehilangan pasangan, teman, atau anggota keluarga, serta penurunan mobilitas yang membatasi partisipasi dalam kegiatan sosial.
- b. Kehilangan Peran Sosial: Pensiun dan perubahan dalam peran sosial dapat menyebabkan perasaan kehilangan identitas dan harga diri, serta meningkatkan risiko depresi.
- c. Kekerasan dan Penelantaran: Beberapa lansia mungkin menjadi korban kekerasan fisik, emosional, atau finansial, atau mengalami penelantaran oleh pengasuh atau keluarga.

### 4. Masalah Ekonomi

- a. Kesulitan Keuangan: Banyak lansia menghadapi masalah keuangan akibat pensiun, biaya perawatan kesehatan yang tinggi, atau kurangnya dukungan finansial dari keluarga. Hal ini dapat menyebabkan stres dan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasar.
- b. Ketergantungan Finansial: Lansia yang tidak memiliki sumber pendapatan yang memadai mungkin bergantung pada keluarga atau bantuan pemerintah, yang dapat menyebabkan rasa tidak nyaman atau penurunan harga diri.

### 5. Masalah Lingkungan

- a. Perumahan yang Tidak Sesuai: Banyak lansia tinggal di rumah atau lingkungan yang tidak dirancang untuk kebutuhan mereka, seperti rumah dengan tangga yang curam atau akses yang sulit ke fasilitas umum.
- b. Kurangnya Akses ke Layanan Kesehatan: Lansia yang tinggal di daerah terpencil atau tidak memiliki transportasi yang memadai mungkin kesulitan mengakses layanan kesehatan yang mereka butuhkan.

e. Teori Lansia Dalam Proses Menua

Ada beberapa teori yang berkaitan dengan proses menua pada lansia adalah sebagai berikut:

1. Teori Evolusioner

Pada teori ini menggunakan bahwa keadaan alami yang tidak mengeliminasi banyak kondisi yang tidak baik dan karakteristik non adaptif pada orang yang usianya sudah dewasa atau yang lanjut usia, maka keuntungan yang dapat diberikan dari adanya teori evolusioner ini yaitu menurun dengan usia karena seleksi alam berkaitan dengan kebugaran produktif (Festi Pipit, 2018).

2. Teori rantai silang (*cross link theory*)

Pada teori ini menjelaskan bahwa pada lansia yang sedang mengalami proses penuaan disebabkan oleh adanya lemak, protein, karbohidrat dan asam nukleat yang bisa bereaksi dengan adanya zat kimia yang mampu mengubah fungsi jaringan yang bisa menyebabkan adanya perubahan pada membran plasma yang mengakibatkan adanya rasa kaku, kurang elastis dan berkurangnya fungsi pada penuaan (Nugroho Wahjudi., 2019)

3. Teori Psikologi

Dalam teori psikologi ini, mendukung bahwa adanya kehidupan pada orang dewasa yang telah lanjut usia, akan mencapai perkembangan pada psikologis mereka. Teori yang fokusnya pada dimensi psikologi, yang dimana pada teori ini menjelaskan bahwa individu pada tahap perkembangannya dimulai dari kebutuhan untuk mendapatkan kenyamanan dan juga kebutuhan biologis seperti makanan dan air (Sagalingging, 2021).

f. Perubahan-perubahan Pada Lansia

Proses menua ditandai dengan adanya perubahan-perubahan yang

terjadi pada lansia, menurut (Yunita, 2019), lansia mengalami perubahan permanen seperti perubahan fisik, kognitif, mental dan psikososial.

### 1. Perubahan fisik

Perubahan fisik pada lansia merupakan perubahan yang umum terjadi pada tubuh lansia yang kekurangan akibat gangguan fisik. Karena pada massa otot lebih banyak mengalami perubahan ketika seseorang menginjak usia 60 tahun, adapun perubahan yang dapat terjadi yaitu pada sistem sensorik, sistem muskuloskeletal, sistem saraf, sistem kardiovaskuler dan sistem pernafasan dan masih banyak lagi sistem yang ada pada diri lansia yang mengalami perubahan. Secara umum, penuaan dilihat pada kemunduran biologis pada lansia yang dipandang sebagai bentuk kemunduran fisik lansia yaitu: kulit mengendur, serta adanya kerutan dan sudah mulai terbentuk di wajah, warna kulit sudah berubah, gigi sudah mulai rontok, penglihatan memburuk, gerakan menjadi lemah dan juga pola tidur berubah (Sagalingging, 2021).

### 2. Perubahan Kognitif

Perubahan fungsi kognitif pada lanjut usia disebabkan oleh mekanisme penuaan neurobiologis. Perubahan kognitif pada lansia dianggap sebagai proses penuaan normal yang berhubungan dengan kemampuan kognitif tertentu, seperti kecepatan dalam proses memori dan ingatan. Studi sebelumnya tentang perubahan penurunan neurotransmitter yang berkontribusi pada perubahan kognitif seiring bertambahnya usia pada lansia.

### 3. Perubahan Mental

Penuaan membuat seseorang mengalami perubahan seperti perasaan pesimis, perasaan tidak aman bahkan takut ditolak, kebingungan, perasaan tidak berguna dan tidak mampu hidup mandiri. Adapun faktor

yang berpengaruh pada perubahan mental meliputi pada perubahan fisik yaitu terutama pada ekspresi perasaan seseorang tulus. Kematian kekakuan disebabkan oleh faktor yang lain seperti adanya penyakit yang diderita (Sagalingging, 2021).

#### 4. Perubahan Psikososial

Seiring bertambahnya usia lansia, masalah yang dihadapi oleh seseorang terutama lansia itu bervariasi tergantung pada kepribadian mereka. Saat ini, lansia yang pernah bekerja sepanjang hidupnya diharapkan mampu beradaptasi dengan masa pensiunnya. Dan juga membuat kebanyakan lansia merasa terasingkan dari lingkungan masyarakat sekitarnya. Menurut Nugroho (2019), pada perubahan ini akan mengalami beberapa kehilangan finansial, kehilangan status, kehilangan kekuatan, kehilangan pekerjaan, dan juga lansia memiliki penyakit kronis dan ketidakmampuan.

#### g. Komponen sistem muskuloskeletal

Sistem muskuloskeletal merupakan sistem yang bertanggung jawab untuk mendukung, melindungi dan juga menggerakkan tubuh. Dalam tubuh menyediakan kerangka struktural yang akan melindungi organ dalam dari adanya kerusakan yang mungkin terjadi. Otot, dengan adanya bantuan persendian, ligament dan juga tendon. Memungkinkan adanya pergerakan pada tulang kerangka. Dalam sistem ini terdiri dari 206 tulang yang mendukung pergerakan tubuh dan juga melindungi organ dalam sendi yang memungkinkan pergerakan tubuh dalam dua atau tiga dimensi. Otot pada pergerakan fisik dan internal, tendon dan ligamen sebagai penghubung tulang dan otot. Pada muskuloskeletal manusia, otot yang akan bertanggung jawab atas berbagai gerakan yang akan melindungi organ vital dan memungkinkan anggota gerak lain untuk bergerak dengan jangkauan gerak pada sendi tertentu (Insani Uswanton & Risnanto, 2019). Adapun beberapa

komponen muskuloskeletal yaitu sebagai berikut:

### 1. Tulang

Tulang berkembang dari tulang rawan hialin embrio dan mengalami proses yaitu osteogenesis untuk menjadi tulang. Pada proses ini dilakukan oleh sel yang disebut osteoblas. Proses pengerasan tulang ini, diakibatkan adanya penimbunan garam kalsium, yang pada sistem kerangka ini dipertahankan dengan sistem haversian (Insani Uswanton & Risnanto, 2020). Pada struktur tulang dan juga jaringan ikat membentuk sekitar 25% dari berat badan dan pada otot sekitar 50%. Dalam struktur tulang akan melindungi organ vital seperti otak, jantung dan juga paru-paru. Kerangka tulang adalah kerangka yang kuat yang menopang seluruh struktur tubuh, dan otot yang melekat pada tulang yang memungkinkan kita bisa bergerak

### 2. Otot

Semua sel otot memiliki kekhasan berkontraksi. Tubuh manusia memiliki lebih dari 600 otot, yang dimana sebagian melekat pada tulang rangka dengan tendon dan beberapa melekat di bawah permukaan pada kulit. Adapun fungsi dari otot yaitu pertama: otot menciptakan adanya gerakan pada tulang tempat mereka menempel dan menggerakkan organ dalam tubuh. Kedua mendukung dan menjaga postur tubuh, otot dapat menopang kerangka dan menahan tubuh melawan gravitasi saat berdiri atau duduk. Kemudian ketiga yaitu pada otot akan berkontraksi secara metabolik dan menghasilkan panas untuk mempertahankan suhu tubuh normal (Suriya Melti & Zuriadi, 2019)

### 3. Tendon

Tendon merupakan fibrosa yang membungkus setiap otot yang menggunakan jaringan penyambung mengelilingi tendon. Khususnya dalam pergelangan tangan dan juga tumit. Tendon ini berfungsi untuk melekatkan tulang menggunakan otot, atau otot menggunakan otot

#### 4. Ligamen

Ligament merupakan selubung yang sangat kuat, yang adalah jaringan penghubung terdiri dari terdiri dari kolagen, yang dimana ligament membungkus tulang yang diikat oleh sendi (Suriya Melti & Zuriadi, 2019).

#### 5. Persendian

Dalam buku yang ditulis oleh (Insani Uswanton & Risnanto, 2019) menunjukkan bahwa musculoskeletal tentang persendian, dimana sendi itu adalah semua sendi pada tulang. Terlepas dari apakah tulang dapat bergerak relatif satu sama lainnya, yang berdasarkan jenis gerakanya persendian dapat diklasifikasikan menjadi:

- a. *Arthrosis* yaitu sendi tetap atau tidak memungkinkan gerak
- b. *Biarthritis* yaitu sendi kaku atau memungkinkan sedikit gerakan
- c. *Loiarthrosis* yaitu sendi gerak atau memungkinkan kebebasan bergerak Selanjutnya beberapa gerakan sendi yang biasa dilakukan yaitu mampu melakukan fleksi, ekstensi, abduksi, aduksi, rotasi, supinasi, pronasi, varus, dan eversi dan masih banyak lagi.

#### 2. Konsep Dasar Asam Urat

##### a. Defenisi Asam Urat

Asam urat adalah suatu jenis penyakit peradangan sendi yang terjadi karena adanya penumpukan kristal asam urat. Biasanya terjadi di beberapa sendi, seperti jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan ibu jari kaki. Penyakit asam urat juga biasanya disebut gout. Asam urat merupakan zat hasil metabolisme atau purin dari dalam tubuh. Metabolisme sendiri sebenarnya sudah terbentuk di dalam tubuh secara alami. Dalam keadaan yang normal asam urat dapat larut dalam darah, tetapi jika sudah melebihi maka plasma darah akan menjadi sangat jenuh dan keadan seperti ini disebut dengan hiperurisemia atau penyakit asam urat (Palu et al. 2020).

Masalah asam urat atau biasa disebut dengan gout merupakan salah satu penyakit tertua yang dikenal manusia. Asam urat dianggap sebagai penyakit para raja atau penyakit kalangan sosial elite yang disebabkan karena terlalu banyak makan dan minum minuman keras, seperti daging dan anggur, atau dapat dikatakan bahwa asupan makanan dan minuman yang tidak teratur sangat berhubungan erat dengan kejadian asam urat. Asam urat adalah hasil akhir dari katabolisme (pemecahan) suatu zat yang bernama purin. Asam urat merupakan hasil buangan dari zat purin zat purin adalah zat alami yang merupakan satu kelompok struktur kimia pembentuk DNA dan RNA.

b. Penyebab asam urat

Ada beberapa faktor yang bisa memicu naiknya kadar asam urat di dalam darah, salah satunya adalah makanan berzat Purin tinggi yang kita konsumsi. Contoh-contoh makanan Tersebut adalah jeroan hewan (ginjal, hati, jantung), hidangan laut (kerang-kerangan, kepiting, ikan teri, ikan makerel), dan daging merah (sapi, kambing, kerbau). Selain makanan, kita juga bisa berisiko mengalami penumpukan asam urat di dalam darah jika mengonsumsi minuman manis (baik gula buatan maupun alami) dan minuman beralkohol secara berlebihan (Nasir 2021) .

Penyakit asam urat berisiko tinggi dialami oleh orang-orang yang sedang menderita penyakit ginjal kronik, penyakit diabetes, hipertensi, obesitas, kolesterol tinggi, osteoarthritis, psoriasis, dan sindrom metabolisme. Penyakit asam urat diduga masuk ke kelompok penyakit turunan alias penyakit genetik. Ini artinya mereka yang memiliki anggota keluarga berpenyakit asam urat berisiko mengalami kondisi yang sama (Palu et al. 2020).

c. Patofisiologi asam urat

Dalam keadaan normal, kadar asam urat di dalam darah pada pria dewasa kurang dari 7 mg/dl, dan pada wanita kurang dari 6 mg/dl. Apabila konsentrasi asam urat dalam serum lebih besar dari 7 mg/dl dapat

menyebabkan penumpukan kristal monosodium urat. Serangan gout tampaknya berhubungan dengan peningkatan atau penurunan secara mendadak kadar asam urat dalam serum. Jika kristal asam urat mengendap dalam sendi, akan terjadi respon inflamasi dan diteruskan dengan terjadinya serangan gout. Dengan adanya serangan yang berulang – ulang, penumpukan kristal monosodium urat yang dinamakan tophi akan mengendap dibagian perifer tubuh seperti ibu jari kaki, tangan dan telinga. Akibat penumpukan Nefrolitiasis urat (batu ginjal) dengan disertai penyakit ginjal kronis.

Penurunan urat serum dapat mencetuskan pelepasan kristal monosodium urat dari depositnya dalam tophi (crystals shedding). Pada beberapa pasien gout atau dengan hiperurisemia asimtomatik kristal urat ditemukan pada sendi metatarsofalangeal dan patella yang sebelumnya tidak pernah mendapat serangan akut.

d. Gejala asam urat

Beberapa gejala yang dapat dijumpai pada penyakit ini secara umum adalah sebagai berikut: sendi yang tiba-tiba terasa sangat sakit (terutama sendi ibu jari kaki) merupakan gejala penyakit ini kesulitan untuk berjalan akibat rasa sakit yang sangat mengganggu. Walaupun dapat muncul kapan saja, namun umumnya gejala biasanya lebih terasa pada malam hari. Tidak hanya sendi ibu jari kaki saja, sendi-sendi lain yang terletak diujung anggota badan juga rentan terkena serangan penyakit asam urat. Contohnya: sendi pergelangan kaki, telapak kaki tengah, lutut, pergelangan tangan, jari-jari tangan, serta siku. Biasanya nyeri berkembang dengan cepat dalam tempo beberapa jam saja. Nyeri hebat ini akan disertai dengan pembengkakan sensasi panas, serta kemunculan warna kemerahan pada kulit yang melapisi sendi. Serangan penyakit asam urat umumnya berlangsung dalam Jam kurun 3 - 10 hari

Saat gejala mereda dan bengkak mengempis, kulit di sekitar sendi yang terkena akan tampak bersisik terkelupas dan terasa gatal. Meskipun



serangan dapat reda dengan sendirinya, namun kondisi ini tidak boleh diabaikan. Pengobatan harus tetap dilakukan untuk mencegah risiko kambuh dengan tingkat keparahan gejala yang meningkat, risiko penyebaran sendisendi yang lain, dan risiko kerusakan permanen pada sendi.

e. Komplikasi asam urat

Meskipun penyakit asam urat jarang menimbulkan komplikasi, namun tetap patut untuk diwaspadai. Beberapa komplikasi yang mungkin terjadi, di antaranya adalah sebagai berikut :

- 1) Munculnya benjolan keras (tof) di sekitar area yang mengalami radang.
- 2) Kerusakan sendi permanen akibat radang yang terus berlangsung serta tofi di dalam sendi yang merusak tulang rawan dan tulang sendi itu sendiri. Kerusakan permanen ini biasanya terjadi pada kasus penyakit asam urat yang diabaikan selama bertahun-tahun.
- 3) Batu ginjal dapat terjadi, disebabkan oleh pengendapan asam urat yang bercampur dengan kalsium di dalam ginjal.

3. Kompres Jahe Merah

a. Defenisi Kompres Jahe Merah

Salah satu cara untuk menurunkan nyeri sendi adalah menggunakan terapi non farmakologis adalah memberikan terapi yaitu kompres jahe .Kompres jahe merupakan pengobatan yang menggabungkan terapi panas, yang dapat memberikan manfaat bagi penderita nyeri sendi. Jahe yang digunakan dalam pengobatan kompres ini jauh lebih aman dari pada menggunakan jahe sebagai obat oral karena memiliki dosis yang tinggi bila diminum secara langsung, karena menyebabkan gangguan pencernaan seperti diare. Karena jahe mengandung efek fisiologis seperti panas, peradangan dan anti oksidan (Fatomi & Amalia, 2019). Komponen primer

dari jahe merupakan senyawa dari homolog fenolik keton yang dikenal menjadi kandungan gingerol yang dapat berubah sehingga inflamasi, yang menciptakan pembuluh darah dapat terbuka sehingga akibatnya nyeri sendi akan berkurang. Dan shogaol mempunyai dampak panas dan pedas, yang bisa meredakan nyeri, kaku, spasma otot dalam radang sendi rheumatoid sehingga jahe ini bisa dipakai untuk mengobati penyakit yang salah satunya nyeri sendi. Selain itu jahe juga memiliki khasiat misalnya antihelmintik dan antirematik (Nofia Tika et al, 2019).

b. Kandungan Jahe Merah

Jenis jahe merah dengan nama latin *zingiber officinale roscoe* sering disebut juga oleh masyarakat jahe matahari. Jenis jahe ini memiliki rasa dan aroma yang sangat pedas, oleh karena itu dapat digunakan untuk membuat minyak jahe dan juga digunakan sebagai obat-obatan. Jahe merah ini memiliki bentuk yang sama kecilnya dengan jahe empit namun tidak terlalu besar, dan juga memiliki serat yang sama dan sedikit kasar. Jahe merah ini memiliki kandungan minyak atsiri 2,58% - 3,90%. Dan kandungan air terdapat di dalamnya yaitu 81% dan juga terdapat olerasin sebanyak 5-10%. Jahe merah lebih banyak digunakan sebagai bahan obat salah satunya sebagai terapi kompres jahe karena jahe merah memiliki kandungan olerasin atau rasa pedas atau minyak atsiri yang lebih banyak dibandingkan dengan jahe putih besar dan jahe putih kecil. Olerasin dan minyak atsiri pada jahe akan memberikan rasa pedas dan panas yang akan dapat langsung dirasakan setelah dikompres selama 20 menit. (Noviyanti & Azwar, 2021).

c. Efek Biologis Jahe Merah

Menurut (Dhukha Syamsu A, 2019) jahe terutama varietas jahe merah memiliki banyak manfaat seperti mencegah mual penyakit-penyakit lainnya. Banyak juga yang menyebutkan karena jahe mengandung gingerol, sehingga jahe dapat digunakan untuk radang sehingga aliran darah bisa lancar. Jahe dapat digunakan untuk radang usus sekaligus meredakan atau

menyembuhkan nyeri sendi. Dengan demikian kandungan oksigen dalam tubuh semakin meningkat, sehingga sakit yang ditimbulkan bisa segera hilang.

Karena beberapa kandungan dalam jahe memiliki efek farmakologi yang juga memiliki rasa yang tajam dan pedas. Rasa pedas dari jahe ini dapat meredakan nyeri, melemaskan otot dari kekakuan dan membuka pembuluh darah sehingga darah mengalir keseluruh bagian-bagian di dalam tubuh. Berdasarkan penelitian tentang efek farmakologi jahe merah dan gajah , ternyata keduanya sama. Hanya bedanya efek pada jahe gajah lebih besar karena kandungan minyak dan oleoresinya lebih tinggi. Adapun bahan aktif jahe merah antara lain asam aspartat untuk stimulasi kemudian untuk ejakulasi premature (Putri, Rahmayanti, and Diani 2021).

Selain itu terapi kompres jahe juga memberikan efek fisiologis dengan meredakan nyeri sendi pada fase transduksi, dimana energi dan rangsangan berbahaya ( suhu mekanik atau kimiawi) diubah menjadi energi listrik atau imfuls saraf oleh nociceptors. Jahe mengandung gingerol yang didalamnya terdapat siklooksigenase, yang dapat digunakan sebagai pengobatan yaitu terapi kompres hangat untuk meredakan nyeri sendi (Fatomi & Amalia, 2019)

d. Penatalaksanaan Terapi Kompres Jahe Merah

Menurut (Ariani Eka Putu Ni, 2019) menuliskan bahwa jahe dapat diolah dengan berbagai cara untuk dapat dijadikan kompres, Namun ada beberapa yang lebih mudah untuk dilakukan yaitu sebagai berikut:

<b>Pengertian</b>	Tindakan pembuatan kompres jahe merah bagi penderita asam urat untuk menurunkan nyeri asam urat
<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menurunkan nyeri asam urat</li> <li>2. Menjadi alternatif pengobatan dan pencegahan</li> </ol>
<b>Alat dan bahan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jahe merah</li> <li>2. Parutan</li> <li>3. Waskom</li> </ol>

**Prosedur pelaksanaan**

- A. Tahap Prainteraksi
  - 1. Mencuci tangan
  - 2. Menyiapkan alat
- B. Tahap Orientasi
  - 1. Memberi salam
  - 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur kompres jahe merah
  - 3. Menanyakan persetujuan klien (*informed consent*)
- C. Tahap Kerja
  - 1. Siapkan jahe merah
  - 2. Cuci dan parut jahe merah terlebih dahulu
  - 3. Letakkan parutan jahe pada bagian lutut
  - 4. Tunggu sampai 15 – 20 menit
- D. Tahap Terminasi
  - 1. Berpamitan dengan responden
  - 2. Membersihkan alat
  - 3. Merapikan alat
  - 4. Mencuci peralatan
  - 5. Mencuci tangan

e. Mekanisme Kompres jahe Merah Pada Nyeri Sendi

Kompres jahe dapat meredakan nyeri dengan membangkitkan energi panas melalui proses konduksi. Adapun prinsip kerja kompres jahe dengan menggunakan alat seperti kain dan sebagainya, secara konduksi dimana panas dipindahkan dari handuk atau kain ke dalam tubuh yang dapat menyebabkan pembuluh darah akan menjadi rileks dan ketegangan otot berkurang. Oleh karena itu sakit yang dirasakan atau nyeri dapat berkurang atau menghilang (Kinanti, 2020).

Kompres jahe untuk penderita nyeri dapat menyebabkan pembuluh darah melebar, kontraksi otot dan memperlancar pembuluh darah, meredakan nyeri dan mengurangi ketegangan dan meningkatkan aliran darah pada area persendian dan sinovial serta mengurangi cairan viskositas dan meningkatkan peregangan jaringan. Secara fisiologis

respon tubuh terhadap panas adalah menyebabkan pelebaran darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan permeabilitas kapiler (Dian, 2019).

Pemberian kompres jahe merupakan mekanisme penghambat yang mengantarkan rangsangan nyeri pada reseptor pada serabut saraf besar. Stimulus yang diberikan perubahan mekanisme dimana dapat merubah sensasi rasa sakit dan membentuk rasa nyeri itu sebelum mencapai lapisan otot yang dapat menimbulkan nyeri dari reseptor otak, sehingga rasa nyeri dapat berkurang. Jahe mengandung gingerol, limonene, linolenic acid, aspartic acid, sitosterol, caprylic acid, capsaicin, chlorogenic yang dimiliki jahe diantaranya merangsang ereksi penghambat keluarnya enzim lipooksigenase serta meningkatkan aktivitas kelenjar endokrin. Pada tahapan fisiologis nyeri, kompres jahe menurunkan nyeri sendi pada tahap transduksi, dimana pada tahapan ini jahe memiliki kandungan siklooksigenase yang bisa menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi (Noviyanti & Azwar, 2021).

f. Pemenuhan kebutuhan dasar

Kenyamanan merupakan suatu keadaan seseorang merasa sejahtera atau nyaman baik secara mental, fisik maupun sosial.

Kenyamanan menurut (Keliat dkk., 2015) dapat dibagi menjadi tiga yaitu:

- a) Kenyamanan fisik; merupakan rasa sejahtera atau nyaman secara fisik.
- b) Kenyamanan lingkungan; merupakan rasa sejahtera atau rasa nyaman yang dirasakan didalam atau dengan lingkungannya
- c) Kenyamanan sosial; merupakan keadaan rasa sejahtera atau rasa nyaman dengan situasi sosialnya.

Kebutuhan rasa nyaman adalah suatu keadaan yang membuat seseorang merasa nyaman terlindung dari ancaman psikologis, bebas dari rasa sakit terutama nyeri. Nyeri sebagai salah satu gejala yang timbul, merupakan pengalaman sensoris dan emosional yang tidak

menyenangkan yang berhubungan dengan kerusakan jaringan baik yang aktual maupun potensial atau dilukiskan dengan istilah kerusakan (Darmadi et al., 2020).

Nyeri merupakan alarm potensi kerusakan, tidak adanya sistem ini akan menimbulkan kerusakan yang lebih luas. Gejala dan tanda timbul pada jaringan normal terpapar stimuli yang kuat biasanya merefleksikan intensitas, lokasi dan durasi dari stimuli tersebut. Tiga jenis stimuli yang dapat merangsang reseptor nyeri yaitu mekanis, suhu, dan kimiawi. Rasa nyaman merupakan keadaan terpenuhinya kebutuhan dasar manusia yaitu kebutuhan ketentraman (kepuasan yang dapat meningkatkan penampilan sehari-hari), kelegaan (kebutuhan yang telah terpenuhi), dan transenden.

## **B. Konsep Dasar Keperawatan**

### **a. Pengkajian**

Pengkajian adalah langkah awal dari proses keperawatan, kemudian dalam mengkaji harus memperhatikan data dasar dari klien, untuk informasi yang diharapkan dari klien (Iqbal dkk, 2011).

Fokus pengkajian pada Lansia dengan Gout Arthritis.

#### **1. Identitas**

Meliputi nama, usia, jenis kelamin, alamat, pendidikan dan pekerjaan.

#### **2. Keluhan Utama**

Keluhan utama yang menonjol pada klien Gout Arthritis adalah nyeri, pola tidur, tampak tidak rileks, sendi yang terkena akan tampak kemerahan dan bengkak serta terjadi peradangan sehingga dapat mengganggu aktivitas klien.

#### **3. Riwayat Penyakit Sekarang**

Didapatkan adanya keluhan nyeri yang terjadi di otot sendi. Sifat dari nyerinya umumnya seperti pegal/di tusuk-tusuk/panas/di

tarik-tarik dan nyeri yang dirasakan terus menerus atau pada saat bergerak, terdapat kekakuan sendi, keluhan biasanya dirasakan sejak lama dan sampai mengganggu pergerakan dan pada Gout Arthritis Kronis didapatkan benjolan atau Tofi pada sendi atau jaringan sekitar.

#### 4. Riwayat Penyakit Dahulu

Penyakit apa saja yang pernah diderita oleh klien, apakah keluhan penyakit Gout Arthritis sudah diderita sejak lama dan apakah mendapat pertolongan sebelumnya dan umumnya klien Gout Arthritis disertai dengan Hipertensi.

#### 5. Riwayat Penyakit Keluarga

Kaji adakah riwayat Gout Arthritis dalam keluarga.

#### 6. Riwayat Psikososial

Kaji respon emosi klien terhadap penyakit yang diderita dan penyakit klien dalam lingkungannya. Respon yang didapat meliputi adanya kecemasan individu dengan rentan variasi tingkat kecemasan yang berbeda dan berhubungan erat dengan adanya sensasi nyeri, hambatan mobilitas fisik akibat respon nyeri dan kurang pengetahuan akan program pengobatan dan perjalanan penyakit. Adanya perubahan aktivitas fisik akibat adanya nyeri dan hambatan mobilitas fisik memberikan respon terhadap konsep diri yang maladaptif.

#### 7. Riwayat Nutrisi

Kaji riwayat nutrisi klien apakah klien sering mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi Purin.

#### 8. Pemeriksaan Fisik

Pemeriksaan fisik meliputi inspeksi, palpasi, perkusi dan auskultasi dari ujung rambut hingga ujung kaki (head to toe). Pemeriksaan fisik pada daerah sendi dilakukan dengan inspeksi dan palpasi. Inspeksi yaitu melihat dan mengamati daerah keluhan klien seperti kulit, daerah sendi, bentuknya dan posisi saat bergerak dan

saat diam. Palpasi yaitu meraba daerah nyeri pada kulit apakah terdapat kelainan seperti benjolan dan merasakan suhu di daerah sendi dan anjurkan klien melakukan pergerakan yaitu klien melakukan beberapa gerakan bandingkan antara kiri dan kanan serta lihat apakah gerakan tersebut aktif, pasif atau abnormal.

9. Pemeriksaan Diagnosis

- a. Asam Urat meningkat dalam darah dan urin.
- b. Sel darah putih dan laju endap darah meningkat (selama fase akut).
- c. Pada aspirasi cairan sendi ditemukan kristal urat.
- d. Pemeriksaan Radiologi.

b. Diagnosa

Diagnosa keperawatan adalah suatu pernyataan yang jelas, padat dan pasti tentang status dan masalah kesehatan klien yang dapat diatasi dengan tindakan keperawatan. Dengan demikian, diagnosis keperawatan ditetapkan berdasarkan masalah yang ditemukan. Diagnosis keperawatan akan memberikan gambaran tentang masalah dan status kesehatan, baik yang nyata (aktual) maupun yang mungkin terjadi (potensial) (Iqbal dkk, 2021). Diagnosa yang dapat muncul pada klien Gout Arthritis yang telah disesuaikan dengan SDKI (2022) adalah:

1. Nyeri Akut
2. Gangguan mobilitas fisik
3. Gangguan pola tidur

c. Intervensi

Perencanaan keperawatan adalah penyusunan rencana tindakan keperawatan yang akan dilaksanakan untuk mengatasi masalah sesuai dengan diagnosis keperawatan yang telah ditentukan dengan tujuan terpenuhinya kebutuhan klien.



No	Diagnosa	Standar luaran	Intervensi
1.	<p>Nyeri akut : pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat dan konstan,yang berlangsung kurang dari 3 bulan.</p> <p>Penyebab :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kondisi muskuloskeletal kronis.</li> <li>2. Kerusakan system saraf.</li> <li>3. Penekanan saraf.</li> </ol> <p>Gejala dan tanda mayor :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Subjektif : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengeluh nyeri</li> </ul> </li> <li>2. Objektif <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tampak meringis</li> <li>• Gelisah</li> <li>• Bersikap protektif menghindari nyeri</li> <li>• Sulit tidur</li> </ul> </li> </ol>	<p>Tingkat Nyeri :ekspektasi menurun dengan kriteria hasil</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keluhan nyeri menurun</li> <li>• Meringis menurun</li> <li>• Sikap protektif menurun</li> <li>• Kesulitan tidur menurun</li> </ul>	<p>Manajemen Nyeri</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observasi <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri</li> <li>- Identifikasi skala nyeri</li> <li>- Identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri</li> <li>- Monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan</li> </ul> </li> <li>• Terapeutik <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri</li> <li>- Fasilitasi istirahat dan tidur</li> <li>- Kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri 9 mis. Suhu rungan, pencahayaan, kebisingan)</li> </ul> </li> <li>• Edukasi <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jelaskan penyebab, periode, dan pemicu nyeri</li> <li>- Jelaskan strategi meredakan nyeri</li> <li>- Ajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri</li> </ul> </li> </ul>
2.	<p>Gangguan mobilitas fisik : keterbatasan dalam gerakan dari satu atau lebih ekstremitas secara mandiri.</p> <p>Penyebab :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kerusakan integritas struktur tulang.</li> <li>2. Perubahan metabolisme</li> <li>3. Ketidakbugaran fisik</li> <li>4. Penurunan masa</li> </ol>	<p>Mobilitas fisik : ekspektasi meningkat dengan kriteria hasil :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pergerakan ekstremitas meningkat</li> <li>• Kekuatan otot meningkat</li> <li>• Rentang gerak ROM meningkat</li> </ul>	<p>Dukungan mobilisasi Tindakan</p> <p>Observasi :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifikasi adanya nyeri atau keluhan fisik lainnya.</li> <li>2. Identifikasi toleransi fisik melakukan pergerakan.</li> </ol> <p>Terapeutik</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fasilitasi melakukan pergerakan jika perlu</li> <li>2. Libatkan keluarga utuk membantu</li> </ol>

<p>otot</p> <p>5. Kekakuan sendi</p> <p>Gejala dan tanda mayor :</p> <p>Subjektif</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengeluh sulit mengerjakan ekstremitas</li> </ol> <p>Objektif</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kekuatan otot menurun</li> <li>2. Rentang gerak (ROM) menurun</li> </ol>	<p>pasien dalam meningkatkan pergerakan.</p> <p>Edukasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jelaskan tujuan dan prosedur mobilisasi</li> <li>2. Anjurkan melakukan mobilisasi dini.</li> <li>3. Ajarkan mobilisasi sederhana yang harus dilakukan (mis duduk ditempat tidur, duduk di sisi tempat tidur, pindah dari tempat tidur ke kursi).</li> </ol>
<p><b>3.</b> Gangguan pola tidur : gangguan kualitas waktu tidur akibat factor eksternal.</p> <p>Penyebab :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hambatan lingkungan</li> <li>2. Kurang kontrol tidur</li> <li>3. Kurang privasi</li> </ol> <p>Gejala mayor dan tanda gejala</p> <p>Subjektif :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengeluh sulit tidur</li> <li>2. Mengeluh sering terjaga.</li> <li>3. Mengeluh tidak puas tidur.</li> <li>4. Mengeluh pola tidur berubah.</li> <li>5. Mengeluh istirahat tidak cukup.</li> </ol>	<p>Pola tidur:</p> <p>Ekspektasi membaik dengan kriteria hasil :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keluhan sulit tidur menurun</li> <li>• Keluhan sering terjaga menurun</li> <li>• Keluhan tidak puas tidur menurun</li> <li>• Keluhan pola tidur berubah menurun</li> <li>• Keluhan istirahat tidak cukup menurun</li> <li>•</li> </ul>
	<p>Dukungan tidur</p> <p>Tindakan</p> <p>Observasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifikasi pola aktivitas dan tidur</li> <li>2. Identifikasi factor pengganggu tidur (fisik dan atau psikologis)</li> <li>3. Identifikasi makanan dan minum yang mengganggu tidur ( mis kopi, the, alkhohol, makan mendekati waktu tidur, minum banyak air sebelum tidur)</li> </ol> <p>Terapeutik</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Modifikasi lingkungan ( mis pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur) batasi waktu tidur siang jika perlu.</li> <li>2. Fasilitasi menghilangkan stress sebelum tidur</li> <li>3. Lakukan prosedur untuk meningkatkan kenyamanan (mis pijat)</li> </ol>

#### d. Implementasi

Implementasi keperawatan adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan oleh perawat untuk membantu klien dari masalah status

kesehatan yang dihadapi ke status kesehatan yang lebih baik yang menggambarkan kriteria hasil yang diharapkan.

e. Evaluasi

Evaluasi adalah tahap akhir dari proses keperawatan yang merupakan perbandingan yang sistematis dan terencana antara hasil akhir yang teramati dan tujuan atau kriteria hasil yang dibuat pada tahap perencanaan.

### C. Penelitian Terkait

No	Peneliti Tahun	Judul	Tujuan	Metode	Subjek	Hasil	Kesimpulan
1	Anita Dyah Listyarini 2022	Pengaruh komres jahe merah terhadap tingkat penurunan nyeri sendi pada lansia dengan asam urat di desa ketanjung	Untuk mengetahui apakah terapi kompres jahe merah berpengaruh terhadap penurunan nyeri asam urat di desa ketanjung	Jenis penelitian kuantitatif dengan metode Quasy Eksperimental dengan rancangan penelitian one grup with control pre-test post-test	Lansia	Hasil penelitian menunjukkan hasil uji statik didapatkan hasil p-value 0,000 <0,05	Ada pengaruh kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri asam urat di desa ketanjung kec. Karanganyar kab. Demak
2	Ayu Ningtyas Indriani 2019	Pengaruh pemberian kompres jahe merah terhadap tingkat nyeri sendi lansia arthritis gout di posyandu bhakti ananda lendah kulonpongo	Diketahuinya pengaruh pemberian kompres serutan jahe merah terhadap tingkat nyeri lansia dengan gout arthritis di posyandu lansia	Jenis penelitian Quasy eksperimental with time series design dengan menggunakan pre-test dan post-test design dengan jumlah sampel 10 responden	Lansia	Hasil penelitian dengan uji friedman test didapatkan nilai p 0,000, sedangkan dengan uji wilcoxon didapatkan hasil p 0,002	Ada pengaruh pemberian kompres serutan jahe merah terhadap tingkat nyeri lansia dengan arthritis gout dimposyandu lansia Bhakti Ananda kulon progo
3	Bahtiar, Dwi Noprianto, Nanda Sukma Diati	Penerapan kompres jahe merah terhadap tingkat nyeri pada lansia dengan gout arthritis di	Untuk mengetahui apakah terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah	Desain penelitian menggunakan penelitian studi kasus dengan pendekatan riset deskriptif yang dilaksanakan selama	Lansia	Skala nyeri sebelum dilakukan kompres jahe merah yaitu nyeri sedang dan setelah diberikan kompres jahe merah	Terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi

	2023	kota Samarinda, Kalimantan timur	dilakukan intervensi kompres jahe merah	2 minggu dengan 6 kali pertemuan		skala nyeri nya 0 (tidak nyeri)	kompres jahe merah
4	Indah Sari, Aryanti Wardiah 2022	Efektivitas pemberian kompres jahe merah pada lansia dengan gout arthritis di desa batu menyan pesawaran	Untuk mengetahui pengurangan rasa sakit dengan memberikan terapi kompres jahe merah di Desa Batu Menyan Pesawaran	Metode yang digunakan adalah studi kasus analisis jurnal penerapan kompres jahe merah diberikan sebanyak 7 kali setiap jam 17.00-17.15 dengan jumlah sampel 3 responden	Lansia	Terdapat penurunan skala nyeri pada lansia dengan gout arthritis setelah diberikan kompres jahe merah dengan skala nyeri awal 6 turun menjadi skala nyeri 2	Terdapat pengurangan rasa sakit dengan memberikan terapi kompres jahe merah di Desa Batu Menyan Pesawaran
5	Nurfitriani, Dwi Yunita, Dwi Kartika 2023	Efektivitas kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout pada lanjut usia	Untuk mengetahui efektivitas kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi	Metode penelitian Pre-Eksperimen dengan desain One Group Pre-Post Test. Teknik pengambilan data melalui wawancara dan pengukuran skala nyeri. Jumlah Populasi 405 orang, dengan sampel 15 responden. Analisis penelitian ini univariat dan bivariat dengan uji paired t test	Lansia	Adanya pengaruh efektivitas kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi dengan p-value 0,001.	Terdapat Pengaruh Efektivitas Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi dengan hasil uji

				Jumlah Populasi 405 orang, dengan sampel 15 responden			statistik Paired T-test p-value $=0,001 < 0,05$ .
--	--	--	--	--	--	--	---

Tabel 2. 1 Penelitian Terkait

- 3.5.1 Tahun 2022, Anita Dyah Listyarini , menulis artikel yang berjudul Pengaruh kompres jahe merah terhadap tingkat penurunan nyeri sendi pada lansia dengan asam urat di desa ketanjung. Artikel penelitian ini membahas tentang pengaruh terapi kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri sendi. Artikel ini sangat membantu dalam pengumpulan data dan bahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA) dibandingkan dengan jurnal yang lain dikarenakan sesuai dengan judul yang diteliti oleh peneliti, waktu pelaksanaan yang sesuai dengan waktu peneliti yaitu 5 hari dengan 1x sehari serta SOP yang sesuai dengan judul studi kasus ini. Desain penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif dengan metode Quasy Eksperimental dengan rancangan penelitian one grup with control pre-test post-test Instrumen yang digunakan untuk pengukuran skala nyeri yaitu menggunakan pengukuran dengan skala Numeric Rating (NRM), SOP pelaksanaan terapi kompres jahe serta lembar observasi. Hasil analisis data dijelaskan dengan jelas serta kesimpulan dijabarkan sesuai dengan judul dan tujuan penelitian.
- 3.5.2 Tahun 2019, Ayu Ningtyas Indriani, menulis artikel yang berjudul Pengaruh pemberian kompres jahe merah terhadap tingkat nyeri sendi lansia arthritis gout di posyandu bhakti ananda lendah kulonpongo. Artikel penelitian ini membahas tentang pengaruh terapi kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri sendi. Artikel ini sangat membantu dalam pengumpulan data dan bahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA). Desain penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian Quasy eksperimental with time series design dengan menggunakan pre-test dan post-test design dengan jumlah sampel 10 responden. Instrumen yang digunakan untuk pengukuran skala nyeri yaitu menggunakan pengukuran dengan skala Numeric Rating (NRM), SOP pelaksanaan terapi kompres jahe serta lembar observasi. Hasil analisis data dijelaskan dengan jelas serta kesimpulan dijabarkan sesuai dengan judul dan tujuan penelitian.

- 3.5.3 Tahun 2023, Bahtiar, Dwi Noprianto, Nanda Sukma Diati , menulis artikel yang berjudul Penerapan kompres jahe merah terhadap tingkat nyeri pada lansia dengan gout arthritis di kota Samarinda, Kalimantan timur. Artikel penelitian ini membahas tentang pengaruh terapi kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri sendi. Artikel ini sangat membantu dalam pengumpulan data dan bahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA). Desain penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian yang menggunakan penelitian studi kasus dengan pendekatan riset deskriptif yang dilaksanakan selama 2 minggu dengan 6 kali pertemuan. Instrumen yang digunakan untuk pengukuran skala nyeri yaitu menggunakan pengukuran dengan skala Numeric Rating (NRM), SOP pelaksanaan terapi kompres jahe serta lembar observasi. Hasil analisis data dijelaskan dengan jelas serta kesimpulan dijabarkan sesuai dengan judul dan tujuan penelitian.
- 3.5.4 Tahun 2022, Indah Sari, Aryanti Wardiah, menulis artikel yang berjudul Efektivitas pemberian kompres jahe merah pada lansia dengan gout arthritis di desa batu menyan pesawaran. Artikel penelitian ini membahas tentang pengaruh terapi kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri sendi. Artikel ini sangat membantu dalam pengumpulan data dan bahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA). Desain penelitian yang digunakan yaitu studi kasus analisis jurnal penerapan kompres jahe merah yang diberikan sebanyak 7 kali setiap jam 17.00-17.15 dengan jumlah sampel 3 responden. Instrumen yang digunakan untuk pengukuran skala nyeri yaitu menggunakan pengukuran dengan skala Numeric Rating (NRM), SOP pelaksanaan terapi kompres jahe serta lembar observasi. Hasil analisis data dijelaskan dengan jelas serta kesimpulan dijabarkan sesuai dengan judul dan tujuan penelitian.
- 3.5.5 Tahun 2023, Nurfitriani, Dwi Yunita, Dwi Kartika, menulis artikel yang berjudul Efektivitas kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout pada lanjut usia. Artikel penelitian ini membahas tentang



pengaruh terapi kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri sendi. Artikel ini sangat membantu dalam pengumpulan data dan bahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA). Desain penelitian yang digunakan yaitu *Pre-Eksperimen* dengan desain *One Group Pre-Post Test*. Teknik pengambilan data melalui wawancara dan pengukuran skala nyeri. Jumlah Populasi 405 orang, dengan sampel 15 responden. Instrumen yang digunakan untuk pengukuran skala nyeri yaitu menggunakan pengukuran dengan skala Numeric Rating (NRM), SOP pelaksanaan terapi kompres jahe serta lembar observasi. Hasil analisis data dijelaskan dengan jelas serta kesimpulan dijabarkan sesuai dengan judul dan tujuan penelitian.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan dari penerapan Evidence Based Nursing (EBN) ini adalah sebagai berikut :

1. Pemberian Terapi Kompres jahe merah Mampu menurunkan skala nyeri sendi pada responden yang mengalami penyakit asam urat.
2. Terdapat penurunan skala nyeri pada Tn. D dan Ny. M setelah dilakukan terapi kompres jahe
3. Terdapat perbedaan skala nyeri pada Tn. D dan Ny. M sebelum dan sesudah dilakukan terapi kompres jahe merah

#### **B. Saran**

1. Bagi Peneliti  
Diharapkan penelitian ini bisa memberikan informasi tentang pentingnya melakukan pengobatan non farmakologi untuk melakukan penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis.
2. Bagi Masyarakat  
Bagi masyarakat dapat lebih aktif dan termotivasi untuk melakukan pengobatan nyeri gout arthritis dengan memanfaatkan tumbuhan yang ada di alam salah satunya jahe merah
3. Bagi Tempat Penelitian  
Bagi tempat peneliti dapat menerapkan dan melakukan kompres jahe merah sebagai bahan alternatif yang tepat dan praktis mengobati dan menurunkan skala nyeri di Sentra Gau Mabaji.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan lebih lanjut mengenai kompres jahe merah sebagai pengobatan non farmakologi untuk mempercepat penurunan skala nyeri gout arthritis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afif Amir Amrullah, Kareena Sari Fatimah, Nikita Puteri Nandy, Wulan Septiana, Siti Nurul Azizah, Nursalsabila Nursalsabila, Adzkia Hayyanal Alya, Dayini Batrisyia, and Nabiilah Salsa Zain. 2023. "Gambaran Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Melati Kecamatan Cipayung Jakarta Timur." *Jurnal Ventilator* 1(2):162–75. doi: 10.59680/ventilator.v1i2.317.
- Andriani, N. .., and N. .. Asnindari. 2019. "Pengaruh Pemberian Kompres Serutan Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Sendi Lansia Arthritis Gout Di Posyandu Bhakti Ananda Lendah Kulonprogo." *Naskah Publikasi* 1(1):1–77.
- Anita, Anita, Jenican Astanta, Boi Olifu Lafau, and Tiarnida Nababan. 2020. "Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah (Zinger Officinale Roscoe Var Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2020." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda* 6(2):99–104. doi: 10.52943/jikeperawatan.v6i2.392.
- Azaria, D. P. (2014). 2014. "penerapan kompres jahe merah terhadap skala nyeri pada lansia " *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* 7(2):107–15.
- Bahtiar, Bahtiar, Nanda Sukma Diati, Dwi Nopriyanto, Muhammad Aminuddin, Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman, and Bahtiar Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran. 2023. "Penerapan Kompres Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Kota Samarinda, Kalimantan Timur." *Journal of Nursing Innovation (JNI)* 2(1):20–27.
- Boufakar. 2023. "Konsep Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri." 6–37.
- Collins, Sean P., Alan Storrow, Dandan Liu, Cathy A. Jenkins, Karen F. Miller, Christy Kampe, and Javed Butler. 2021c. "analisa terapi kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri pada lansia" 71–73.
- Darmawansyah, Saputra, Siti Rochmani, and Stikes Yatsi Tangerang. 2022. "Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Nyeri Asam Urat Pada Lansia Di Rw 004 Kampung Rawa Bokor Kota Tangerang Tahun 2021." *Nusantara Hasana Journal* 2(1):Page.
- Firna Dewi Safitri. 2023. "Analisa Penerapan Terapi Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Pada Anggota Keluarga Dengan Gout Arthritis Di Rw 02 Puskesmas Pengasinan Kota Bekasi li Karya Ilmiah Akhir Ners." 1–72.
- Handayani, Ifah. 2020. "Pengaruh Kompres Parutan Jahe Merah Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis Kecamatan Sendana." *Healthy Papua* 3(1):114–20.

- Harto, Toto, Wahyu Riyandika, Eichl Septiani, Program Studi, D. Iii Keperawatan, and Stikes Al-Ma'arif Baturaja. 2023. "Hubungan Konsumsi Makanan Tinggi Purin Dengan Penyakit Asam Urat." *Lentera Perawat* 4(1):66–70.
- Haryadi, H. 2021. "Pendidikan Kewarganegaraan Dalam Pembelajaran Pemahaman Konsep Sistem Pemerintahan Indonesia." *Ta'lim: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1):84–94.
- Istianah, Istianah, Windi Kurnia Lestari, Hapipah Hapipah, Supriyadi Supriyadi, Nurul Hidayati, and Harlina Putri Rusiana. 2022. "Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Skala Nyeri Lansia Osteoarthritis Di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika Mataram." *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram* 10(2):23–28. doi: 10.57267/jisym.v10i2.66.
- keliat,windarwati, pawiroyono dan subu 2015. 2019. "Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman." *Repository.Poltekkes-Denpasar.Ac.Id* 53(9):1689–99.
- Kerja, Wilayah, and Puskesmas Moramo. 2023. "Jurnal Gizi Ilmiah." 10:15–20.
- Laksmi, Desak Ngakan Putri. 2024. "Implementasi Terapi Kompres Jahe Merah Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Akut Pada Lansia Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Denpasar Selatan 1." *Journal GEEJ* 7(2):3–7.
- Listyarini, Anita Dyah, Dewi Riyana, Dwi Budi Prastiani, and Sang Ayu Made Adyani. 2022. "Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Tingkat Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Asam Urat Di Desa Ketanjung." *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)* 9(2):98–109.
- Lutfiani, Alvina, and Arief Shofyan Baidhowy. 2022. "Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Manajemen Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis." *Holistic Nursing Care Approach* 2(2):76. doi: 10.26714/hnca.v2i2.9855.
- Muchlis, Ernawati. 2021. "Efektivitas Kompres Jahe Merah Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dan Kualitas Hidup Penderita Gout Arthritis." *Klabat Journal of Nursing* 6(2):45. doi: 10.37771/kjn.v6i2.1183.
- Nasir, Muhammad. 2021. "Gambaran Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kampung Selayar Kota Makassar Muhammad." 8(2):78–82.
- Novri Andini, Dwi Cahya Rahmadiyah. 2022. "Penerapan Kompres Hangat Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Pada Sendi: Studi Kasus." *JHCN Journal of Health and Cardiovascular Nursing* 2(2):92–107. doi: 10.36082/jhcn.v2i1.855.
- Nurhamidah, and Selpi Nofiani. 2015. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi Tahun 2015." *Jurnal Kesehatan Perintis* 2(2):2–11.
- Nurhasanah. 2021. "Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis (RA) Pada Lansia." *Universitas Aufa Royhan* 62.

- Nurwening, and Herry. 2020. "Kebutuhan Dasar Manusia." *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* 1–201.
- Onibah, Eva irawanti. 2021. "Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Asam Uratpada Ny. K Didesa Karasgede Lasem Rembang." 61.
- Palu, Nusantara, Abstrak Penyakit, Desa Limran, Kelurahan Pantoloan, Boya Kecamatan, Desa Limran, Kelurahan Pantoloan, and Boya Kecamtan. 2020. "Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Penyakit Gout ( Asam Urat ) Di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Pendahuluan Penyakit Asam Urat Adalah Artritis Yang Sangat Menyakitkan Yang Disebabkan Oleh Penumpukan Kristal Pada Dengkul , Tumit , Pergelangan Tan." 7(6).
- Putri, Dwi Qobita Senna, Devi Rahmayanti, and Noor Diani. 2021. "Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Artitis Pada Lansia." *Dunia Keperawatan* 5(2):90.
- Rachmasari. 2021. "Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny.s Dengan Penyakit Gout Artritis Di Desa Kabongan Lor Kabupaten Rembang." *Sultan Agung Semarang* 2(1):01–87.
- Sihotang, Sifra Dosmaria, Nurfitriani Nurfitriani, Dwi Yunita Ramadhani, and Dwi Kartika Pebrianti. 2024. "Efektivitas Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Gout Pada Lanjut Usia." *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* 13(1):115–20. doi: 10.36565/jab.v13i1.780.
- Sumaiyah, NST. 2022. "Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Desa Hutapuli Kecamatan Siabu." *Skripsi, Tidak Dipubllikasikan*.
- Usastiawaty, Cik Ayu. 2021. "Usastiawaty Cik Ayu Saadiah Isnainy \* Universitas Malahayati Bandar Lampung." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat* 4:1209–15.
- Villela, lucia maria aversa. 2013. "Bab III." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9):1689–99.
- Yayat Rahmat Hidayat, Perguruan Perguruan, and Tinggi Tinggi. 1967. "Jahe Merah." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 4(March):763–73.
- Yusuf Saifudin Ansori. 2018. "Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Carpal Tunnel Syndrome Bilateral Di Rumkital Dr. Ramelan Surabaya." *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* 3(April):49–58.