



KONFERENSI NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES TELOGOREJO SEMARANG *Peran Tenaga Kesehatan Menuju Lansia SMART (Sehat, Mandiri, Aktif, pRodukTif)*

PENERAPAN KOMPRES HANGAT JAHE TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PENDERITA ASAM URAT

Destivo Fitri Nisrina Mahaswari, Maya Cobalt Angio

**)STIKES Telogorejo Semarang*

Email: maya@stikestelogorejo.ac.id

ABSTRAK

Asam urat merupakan penyakit yang diakibatkan tingginya kadar purin di dalam darah akibat dari gangguan metabolisme purin dalam tubuh sehingga membuat kadar asam urat dalam darah meningkat. Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia semakin mengalami peningkatan. Gejala utama pada penderita asam urat yaitu peradangan pada sendi, persendian membengkak, kemerahan, panas dan kaku, mengeluh nyeri dan mengganggu aktivitas. Oleh sebab itu dibutuhkan penanganan dengan salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri penderita asam urat yaitu dengan kompres hangat jahe. Tujuan penulisan studi kasus ini bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan keluarga secara komprehensif pada penderita asam urat. Subjek dalam penulisan studi kasus ini 1 pasien penderita asam urat di Lingkungan Kelurahan Krobokan Semarang. Dengan metode yang digunakan adalah kompres hangat jahe dilakukan dengan cara sebanyak 100gram jahe yang diparut dilarutkan dalam 300 cc air hangat dengan suhu 40°C, lakukan kompres pada daerah yang nyeri dengan durasi 15 menit dan lakukan selama 3 hari. Setelah diberikan intervensi tersebut terdapat penurunan skala nyeri yang awalnya 5 (nyeri sedang menjadi 3 (nyeri ringan).

Kata Kunci : asam urat; kompres hangat; jahe

ABSTRACT

Gout is a disease caused by high levels of purines in the blood as a result of disorders of purine metabolism in the body, causing uric acid levels in the blood to increase. The prevalence of gout in Indonesia is increasing. The main symptoms in gout sufferers are inflammation of the joints, swollen joints, redness, heat and stiffness, complaints of pain and interference with activities. Therefore, treatment is needed with one of the complementary therapies that can be used to reduce the pain of gout sufferers, namely with warm ginger compresses. The aim of writing this case study aims to provide comprehensive family nursing care for gout sufferers. The subject in writing this case study was 1 patient suffering from gout in the Krobokan Village Environment, Semarang. The method used is a warm ginger compress, done by dissolving 100 grams of grated ginger in 300 cc of warm water at a temperature of 40°C, applying a compress to the painful area for 15 minutes and doing it for 3 days. After being given this intervention, there was a decrease in the pain scale from initially 5 (moderate pain) to 3 (mild pain).

Keywords : Gout; warm compress; ginger

PENDAHULUAN

Asam urat merupakan penyakit yang diakibatkan tingginya kadar purin di dalam darah akibat dari gangguan metabolisme purin dalam tubuh sehingga membuat kadar asam urat dalam darah meningkat (Muchi&Ernawati, 2021). Jika kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal maka akan mengendap menjadi kristal urat, pengkristalan asam urat mudah terjadi jika kadar asam urat sudah mencapai 9-10 mg/dl. Penumpukan kristal kedalam sendi mengakibatkan nyeri pada persendian, sendi sendi yang diserang antara lain, jari jari, lutut, tumit, jari tangan, siku, dan pergelangan kaki (Putri, 2019).

Prevelensi asam urat didunia berdasarkan data WHO (World Health Organization) sebanyak 34,2%. Penyakit asam urat sering terjadi di salah satu negara maju seperti Amerika Serikat yang mencapai 26,3% dari total penduduk. Indonesia adalah salah satu negara terbesar keempat di dunia dengan populasi asam urat sebanyak 35%. Prevelensi penyakit asam urat di Indonesia semakin mengalami peningkatan. Menurut riskesmas tahun 2018, penyakit asam urat berdasarkan karakteristik umur prevelensi tinggi pada umur 65-74 tahun (51,9%), umur 75 tahun (54,8%). Prevelensi awal asam urat di Jawa Tengah adalah 16,03% pada kelompok usia 75 keatas, diikuti oleh 13,90% pada kelompok usia 65 tahun keatas dan kelompok umur 55 – 64 tahun 13,69%. Lebih spesifik lagi 8,64% penduduk di Kabupaten Semarang Jawa Tengah menderita asam urat (Wilda&Panorama, 2019).

Gejala utama pada penderita asam urat yaitu peradangan pada sendi, persendian membengkak, kemerahan, panas dan

kaku, mengeluh nyeri dan mengganggu aktivitas. Nyeri adalah sensasi yang tidak menyenangkan dari sensori maupun emosional seseorang yang disebabkan adanya stimulus. Upaya untuk mengurangi nyeri dengan melakukan tindakan farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis dengan diberikan obat obatan, sedangkan non farmakologis dengan melakukan kompres hangat dengan bahan tambahan jahe.

Jahe dipilih sebagai bahan untuk kompres hangat karena jahe memberikan sensasi hangat dan kandungan jahe bermanfaat untuk mengurangi nyeri pada asam urat. Jahe memiliki oleransi atau zingerol dapat menghambat sintesis prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri atau radang, menurut penelitian (Suryani., et al 2021).

Tujuan dari studi ini untuk mengetahui efektifitas penerapan terapi kompres hangat jahe untuk menurunkan tingkat skala nyeri pada penderita asam urat dengan tujuan khusus; mengkaji, menerapkan diagnose, menyusun intervensi, melakukan intervensi dan melakukan evaluasi pada penderita asam urat.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu menggunakan metode deskriptif dan pendekatan asuhan keperawatan. Subyek yang digunakan dalam studi kasus menggunakan responden dari salah satu anggota keluarga yang mengalami asam urat di Lingkungan Kelurahan Krobokan, Semarang. Adapun kriteria kelolaan sebagai berikut; laki laki berusia diatas 60 tahun dengan skala nyeri 5, dan bersedia menjadi responden studi kasus ini.

Studi kasus ini dilakukan dalam waktu 3 hari dengan melakukan kunjungan ke rumah klien. Fokus studi kasus pada kasus ini memberikan asuhan keperawatan keluarga dengan memberikan gambaran penerapan pemberian kompres hangat jahe untuk menurunkan tingkat skala nyeri pada penderita asam urat. Pemberian penerapan dimulai dari tanggal 14-16 Maret 2024.

Pengambilan data yang dilakukan penulis secara lisan dengan seorang responden. Studi kasus yang diobservasi oleh penulis adalah nyeri pada penderita asam urat dengan menggunakan alat ukur skala nyeri *Numerical Rating Scale* (NRS) untuk mengetahui perbandingan nyeri yang dirasakan sebelum diberikan kompres hangat jahe dan sesudah diberikan kompres hangat jahe dan mengukur kadar asam urat dengan GCU set. Setelah mendapatkan data, selanjutnya menegakan diagnosa keperawatan untuk kemudian menyusun intervensi yang tepat. Penulis memberikan intervensi memberikan tehnik non farmakologi kompres hangat jahe yang dilakukan selama 3 hari.

Kompres hangat jahe dilakukan dengan cara sebanyak 100 gram jahe yang diparut dilarutkan kedalam 300 cc air hangat dengan suhu 40°C. Basahi washlap dengan air hangat jahe yang terdapat dalam baskom, lalu diperas washlap agar tidak terlalu basah. Letakkan washlap pada daerah yang nyeri selama 15 menit. Lakukan kompres hangat jahe selama 3 hari.

Setelah dilakukan implementasi penulis mengukur kembali skor nyeri menggunakan NRS dan mengukur kadar asam urat dengan GCU set, kemudian dilanjutkan untuk menentukan apakah dengan kompres hangat jahe dapat menurunkan tingkat skala nyeri.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pengkajian hasil data didapatkan klien merupakan seorang laki laki berusia diatas 60 tahun dengan hasil pemeriksaan asam urat yaitu 11,8 mg/dl. Kadar asam urat di dalam tubuh dikatakan normal apabila laki laki memiliki kadar asam urat 3,4 – 7,0 mg/dl dan perempuan memiliki kadar asam urat 2,4 – 6,0 mg/dl (Lemone, 2015). Usia yang rawan terjadi asam urat adalah kelompok usia 60 tahun atau lanjut usia. Penyebab penyakit pada lansia berasal dari dalam tubuh (Endogen). Hal ini disebabkan karena pada lansia telah terjadi penurunan fungsi dari berbagai organ organ tubuh akibat kerusakan sel sel karena proses bertambahnya usia. Sehingga produksi hormone, enzim, dan zat-zat yang diperlukan untuk kekebalan tubuh menjadi kurang (Efendi dan Natalya, 2022)

Klien mengeluh nyeri di lutut dan pergelangan kaki kanan dan kiri, nyeri yang dirasakan seperti tertusuk tusuk dan cunat cunat saat digunakan berjalan dengan skala 5 hilang timbul. Pergelangan kaki terlihat ada kemerahan dan bengkak. Nyeri yang sudah dirasakan sudah hampir 1 tahun, klien juga tidak melakukan kontrol secara rutin dan datang ke dokter keluarga saat ada keluhan saja. Keluhan yang dialami oleh klien merupakan gejala utama pada asam urat. Penumpukan kristal kedalam sendi mengakibatkan nyeri pada persendian, sendi-sendi yang diserang antara lain, jari-jari kaiki, lutut, tumit, jari tangan, siku, dan pergelangan kaki (Putri, 2019). Apabila kadar asam urat dalam darah terus meningkat menyebabkan penderita penyakit ini tidak bisa berjalan dan mengalami kerusakan pada sendi dan mengganggu aktifitas (Susanto, 2013).

Berdasarkan pengkajian yang sudah dilakukan penulis menganalisa dari data subyektif dan obyektif. Diagnosa keluarga dirumuskan berdasarkan masalah keperawatan yang didapat dari data data pada pengkajian yang berhubungan dengan etiologi yang berasal dari data-data pengkajian fungsi perawatan keluarga. Sehingga dapat ditegakan diagnosa keperawatan adalah nyeri kronis berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga memanfaatkan fasilitas kesehatan ditandai dengan mengeluh nyeri, tampak meringis (D.0078).

Nyeri kronis adalah nyeri yang berlangsung lebih dari 6 bulan biasanya diklasifikasikan sebagai nyeri kronis baik sumber nyeri itu diketahui atau tidak, atau nyeri itu tidak bisa disembuhkan, penginderaan nyeri menjadi lebih dalam sehingga sukar bagi penderita untuk menunjukan lokasinya. Diagnosa nyeri kronis muncul karena keluhan nyeri yang dirasakan oleh klien yang diketahui setelah menanyakan keluhan nyeri klien dengan menggunakan skala *Numeric Rating Scale* (NRS).

Numeric Rating Scale (NRS) merupakan suatu alat pendeskripsian kata. Klien menilai nyeri dengan skala 0-10. Angka 0 berarti klien tidak merasakan nyeri, angka 1-3 nyeri ringan, angka 4-6 nyeri sedang, angka 7-10 nyeri berat. (Potter&Perry, 2006)

Intervensi utama yang dipilih oleh penulis berdasarkan diagnosa keperawatan diatas adalah manajemen nyeri untuk mengurangi skala nyeri karena asam urat yaitu identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan skala nyeri. Berikan tehnik non farmakologi untuk mengurangi nyeri (kompres hangat jahe). Kontrol

lingkungan yang memperberat nyeri, jelaskan strategi meredakan nyeri, ajarkan tehnik non farmakologi (kompres hangat jahe) dengan menggunakan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (2018). Alasan penulis mengambil intervensi tersebut karena kompres hangat jahe efektif dapat menurunkan nyeri, sesuai dengan penelitian dari (Suryani.,et al 2021).

Jahe dipilih sebagai bahan untuk kompres karena jahe memberikan sensasi hangat dan kandungan jahe bermanfaat untuk mengurangi nyeri pada asam urat, jahe memiliki sifat pedas, pahit dan aromatic dari oleransi seperti zingeron, gingerol, dan shagol. Oleransi memiliki pontensi anti inflamasi, analgetik dan antioksidasi yang kuat. Oleransi atau zingerol dapat menghambat sintesis prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri atau radang, menurut penelitian (Suryani.,et al, 2021)

Implementasi keperawatan dapat dilakukan setelah melakukan kontrak dengan klien. Kontrak pelaksanaannya meliputi kapan dilaksanakan, berapa lama waktu yang dibutuhkan, materi/topik yang didiskusikan, siapa yang melaksanakan, anggota keluarga yang perlu mendapat informasi. Langkah-langkah yang diterapkan oleh penulis kepada klien yaitu pada hari pertama dilakukan pengkajian, membina hubungan saling percaya, menjelaskan maksud dan tujuan, serta meminta persetujuan menjadi responden untuk melakukan intervensi penerapan kompres hangat jahe.

Evaluasi yang didapatkan setelah melakukan intervensi penerapan kompres hangat jahe selama 3 hari didapatkan data subyektif yaitu klien mengatakan nyeri pada kaki kanan dan kiri bagian lutut dan

pergelangan kaki sudah berkurang, skala nyeri klien yang awalnya 5 (nyeri sedang) menjadi 3 (nyeri ringan). Data obyektif klien sudah tidak lagi memegang area lutut karena nyeri, tidak meringis, dan tidak gelisah. Asam urat menurun yang awalnya 11,8 mg/dl menjadi 10,6 mg/dl. Tekanan darah menurun dari 166/94 mmHg menjadi 158/104 mmHg.

Tabel 1. Distribusi frekuensi tingkat skala nyeri responden setelah dan sebelum terapi kompres hangat jahe

	Sebelum	Sesudah
Skala nyeri	5	3

PENUTUP

Kesimpulan

Kesimpulan berdasarkan hasil data studi kasus penerapan kompres hangat jahe untuk menurunkan skala tingkat nyeri yang dirasakan oleh klien dapat diturunkan dengan pemberian kompres hangat jahe yang dilakukan selama 3 hari dengan durasi 15 menit. Hasil pemberian kompres hangat jahe juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh suryani., et al (2021). Hasil studi kasus menunjukkan pemberian kompres hangat jahe selama 3 hari dengan durasi 15 menit dapat menurunkan nyeri pada klien penderita asam urat yang awalnya nyeri dengan skala 5 menjadi skala 3. Dan asam urat yang awalnya 11,8 mg/dl menjadi 10,6 mg/dl

Saran

Berdasarkan hasil studi kasus, maka saran yang dapat diberikan penulis adalah sebagai berikut; bagi masyarakat diharapkan mampu

meningkatkan pengetahuan dan memberikan informasi kepada masyarakat tentang upaya menurunkan nyeri asam urat dengan menerapkan kompres hangat jahe. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan diharapkan dapat menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan keperawatan dalam penurunan nyeri pada penderita asam urat melalui kompres hangat jahe. Bagi penulis diharapkan dapat memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan hasil riset keperawatan, khususnya studi kasus kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri pada penderita asam urat.

DAFTAR PUSTAKA

- PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik (1st ed.). DPP PPNI.
- PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan (1st ed.). DPP PPNI.
- Putri, A. A. (2019). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung 1. MENARA Ilmu, Vol. XIII (ISSN 1693-2617 E-ISSN 2528-7613).
- Riskesdas Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI 2018. Riset kesehatan daerah. Jakarta: Riskesdas: 2018



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

KONFERENSI NASIONAL DAN CALL PAPER
STIKES TELOGOREJO SEMARANG
*Peran Tenaga Kesehatan Menuju Lansia SMART (Sehat,
Mandiri, Aktif, pRodukTif)*

Suryani., Sutiyono., Mingle A Pistanty.
(2021). Pengaruh Pemberian
Kompres Larutan Jahe Terhadap
Nyeri Asam Urat Di Posyandu
Lansia Melati Desa Candisari.
[https://jurnal.stikescendekiautamak
udus.ac.id](https://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id)

Wilda, L. O., & Panorama, B. (2019).
Kompres Hangat Jahe Terhadap
Perubahan Nyeri Pada Lansia
Dengan Arthritis Gout. STIKES
Satria Bhakti Nganjuk. Journals of
Ners Community, 11(1), 28–34.
[http://journal.unigres.ac.id/index.ph
p/JNC/article/view/1043](http://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/1043)