

PENERAPAN KOMPRES JAHE DALAM MENURUNKAN SKALA NYERI PADA PENDERITA ASAM URAT

The Application of Ginger Compresses in Reducing Pain Levels in Gout Patients

¹Rizaldi Nanda Wiguna, ²Melafelani. S, ³Aulia Akmal, ⁴Syarkawi, ⁵Syukriyah, ⁶Rina Karmila

Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh
Email: nandawiguna19@gmail.com

ABSTRAK

Asam urat merupakan senyawa kimia yang terbentuk dalam tubuh sebagai hasil akhir dari metabolisme purin, yaitu senyawa yang ditemukan dalam banyak makanan dan sel-sel tubuh. Salah satu intervensi dalam menurunkan nyeri pada penderita asam urat adalah penerapan kompres jahe yang dipercayai memiliki berbagai kelebihan yang dapat mengurangi nyeri karena jahe memiliki kandungan *gingerol* dan *shogaol* yaitu senyawa panas dan pedas. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan kompres jahe pada penderita asam urat. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Teknik penelitian ini menggunakan lembar *informed consent*, lembar pengkajian, lembar observasi, SOP kompres jahe dan bahan yang digunakan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 Februari sampai 01 Maret 2025 kepada 2 subjek di gampong Cot Mesjid. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri sebelum dilakukan intervensi pada subjek I yaitu 5 dan menurun menjadi 2. Skala nyeri pada subjek II sebelum dilakukan intervensi yaitu 6 dan menurun menjadi 3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan kompres jahe efektif dalam menurunkan skala nyeri pada penderita asam urat. Penerapan ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi dalam menurunkan skala nyeri pada penderita asam urat.

Kata Kunci : Asam urat, skala nyeri, kompres jahe

ABSTRACT

Uric acid is a chemical compound formed in the body as the end product of purine metabolism, which is a substance found in many foods and body cells. One intervention to reduce pain in gout sufferers is the application of ginger compresses, which are believed to have several benefits in alleviating pain due to the presence of gingerol and shogaol, compounds known for their heat and pungency. This study aims to describe the application of ginger compresses in patients with gout. This research is descriptive in nature, using a case study approach. The data collection techniques included the use of informed consent forms, assessment sheets, observation sheets, ginger compress standard operating procedures (SOPs), and the required materials. The study was conducted from February 25 to March 1, 2025, on two subjects in Cot Mesjid Village. The results showed that the pain scale of Subject I decreased from 5 to 2 after the intervention. For Subject II, the pain scale decreased from 6 to 3. These findings indicate that the application of ginger compresses is effective in reducing pain levels in patients with gout. It is expected that this intervention can be considered as one of the complementary methods to alleviate pain in individuals suffering from gout.

Keywords: *Uric acid, pain scale, ginger compress*

PENDAHULUAN

Asam urat merupakan senyawa kimia yang terbentuk dalam tubuh sebagai hasil akhir dari metabolisme purin, yaitu senyawa yang ditemukan dalam banyak makanan dan sel-sel tubuh. Normalnya, asam urat larut dalam darah dan dikeluarkan melalui ginjal melalui urin (Muchlis, 2021).

Asam urat merupakan sisa metabolisme tubuh yang harus dikeluarkan oleh ginjal melalui feses atau urin. Laki-laki biasanya memiliki kandungan hiperurisemia dengan jumlah 3,5-7,0 mg/dL dan pada perempuan 2,8-6,8 mg/dL (Karimah, 2021).

Tanda dan gejala yang biasa dirasakan oleh penderita asam urat yaitu nyeri sendi, pembengkakan dan kemerahan pada sendi, keterbatasan gerak sendi, dan serangan *gout* (Gunawan, 2017). Asam urat dapat disebabkan oleh keturunan, konsumsi makanan tinggi purin, obesitas, dan penuaan (Jaliana, 2018).

Berdasarkan data dari *World Health Organisation* (WHO), pada tahun 2018 jumlah kasus asam urat di Amerika Serikat mencapai sekitar 13,6 kasus per 1000 laki-laki dan 6,4 kasus per 1000 perempuan (Jaliana, 2018).

Data provinsi Aceh menunjukkan penderita Asam Urat diperkirakan

mencapai 18,3% berdasarkan data tahun 2021, tingginya penderita asam urat menjadikan Aceh salah satu provinsi dengan angka Asam Urat tertinggi di Indonesia (Aulia, 2023).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian kompres jahe pada penderita asam urat di Gampong Cot Mesjid, Kecamatan Lueng Bata, Kota Banda Aceh.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus (case study) merupakan suatu strategi penelitian untuk mengembangkan analisis mendalam dengan pokok masalah “apa/apakah”, “bagaimana” atau “mengapa” tentang suatu kasus atau kasus majemuk dari fenomena kontemporer dengan pendekatan/metode penelitian (Yusuf, 2015).

Cara anamnesa (pengkajian dengan wawancara langsung dengan pasien atau keluarga), observasi dan pemeriksaan fisik. Studi kasus ini bertujuan dalam menurunkan skala nyeri pada penderita asam urat melalui penerapan kompres jahe.

Penelitian ini menggunakan beberapa instrument penelitian seperti lembar pengkajian, SOP, *informed*

consent, lembar observasi, kain bersih, rebusan jahe hangat.

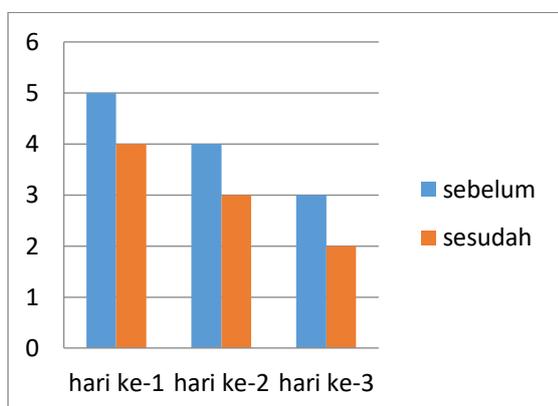


Diagram I: Hasil penerapan kompres jahe sebelum dan sesudah penerapan pada subjek I

Berdasarkan diagram I diketahui bahwa setelah dilakukan intervensi keperawatan, pada subjek I hari pertama skala nyeri subjek 5 dan setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3 hari mengalami penurunan skala nyeri menjadi 2.

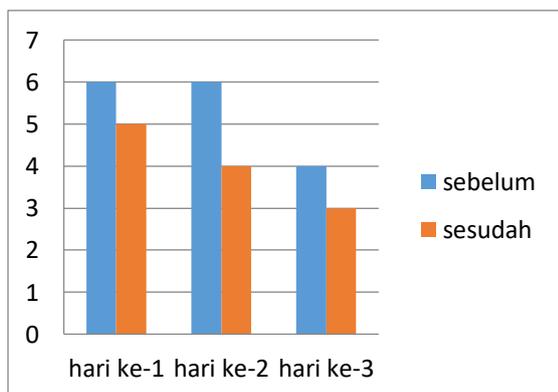


Diagram II: Hasil penerapan kompres jahe sebelum dan sesudah penerapan pada subjek II

Berdasarkan diagram diatas diketahui bahwa setelah dilakukan intervensi keperawatan, pada subjek II hari pertama skala nyeri subjek 6 dan setelah

dilakukan intervensi keperawatan selama 3 hari mengalami penurunan skala nyeri menjadi 3.

PEMBAHASAN

Hasil penerapan kompres jahe untuk menurunkan skala nyeri pada subjek yang mengalami nyeri asam urat diperoleh hasil adanya perubahan atau penurunan dalam skala nyeri.

Pengkajian skala nyeri pada subjek I sebelum dilakukan tindakan penerapan kompres jahe di dapatkan skala nyeri 5, setelah di lakukan penerapan kompres jahe 3 hari berturut turut, pada hasil evaluasi didapatkan terjadinya penurunan skala nyeri selama 3 hari penerapan menurun menjadi 2.

Pengkajian skala nyeri pada subjek II sebelum dilakukan tindakan penerapan kompres jahe di dapatkan skala nyeri 6, setelah di lakukan penerapan kompres jahe 3 hari berturut turut, pada hasil evaluasi didapatkan terjadinya penurunan skala nyeri selama 3 hari penerapan menurun menjadi 3.

Berdasarkan dukungan keluarga juga mempengaruhi faktor keberhasilan terapi. Hal ini didapatkan pada saat penelitian subjek I mengatakan keluarganya sangat mendukung dirinya pada saat penerapan kompres jahe ini. Bentuk dukungan seperti menjaga pola makan subjek, selalu

mengingatkan untuk menghindari makanan diet purin seperti jeroan, dan kacang-kacangan. Subjek II mengatakan juga mendapatkan dukungan keluarga selama penerapan ini juga dengan membatasi makanan yang berlemak.

Hal ini didukung oleh pendapat Lestari (2019), menyatakan bahwa dukungan keluarga dalam proses pengobatan dalam menurunkan skala nyeri pada penderita asam urat sangat dipentingkan. Keluarga berperan besar dalam menunjang kesembuhan serta motivasi pasien untuk menjalani penerapan serta memberikan dukungan psikologis dan moril.

Hal ini didukung oleh pendapat Lestari (2019), menyatakan bahwa dukungan keluarga dalam proses pengobatan dalam menurunkan skala nyeri pada penderita asam urat sangat dipentingkan. Keluarga berperan besar dalam menunjang kesembuhan serta motivasi pasien untuk menjalani penerapan serta memberikan dukungan psikologis dan moril.

Intensitas pemberian terapi juga mempengaruhi faktor keberhasilan terapi, intensitas pemberian terapi kompres jahe yang dilakukan pada penderita asam urat dengan pelaksanaa yang lebih lama akan dapat mempengaruhi besar terhdapat penurunan skala nyeri, hal ini dapat dilihat

pada kedua subjek terhadap nilai skala nyeri yang dialami pada subjek I dan subjek II didapatkan bahwa intervensi diberikan 3 hari dengan hasil pada subjek I dari skala nyeri 5 menurun menjadi 2, sedangkan pada subjek II dari skala nyeri 6 menurun menjadi 3 dalam pemberian kompres jahe. Semakin sering penerapan kompres jahe diberikan maka tingkat keefektifannya semakin tinggi dalam menurunkan skala nyeri.

Hal ini juga dapat dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marhaham & Setyawati (2022), intensitas pemberian kompres jahe merupakan kegiatan yang berulang-ulang dengan frekuensi yang semakin lama dilakukan akan semakin menurun. Sebuah Tindakan atau proses yang dilakukan secara rutin dalam pemberian terapi kompres jahe ini.

Menurut asumsi peneliti, intensitas pemberian terapi kompres jahe yang dilakukan pada penderita asam urat dengan pelaksanaan lebih lama akan dapat berpengaruh besar terhadap penurunan skala nyeri, hal ini dapat dilihat pada kedua subjek terhadap skala nyeri yang menurun setelah diberikan oleh peneliti bahwa subjek melakukan terapi dengan intensitas selama 3 hari berturut-turut.

Berdasarkan patuh atau benar dalam memberikan terapi kompres jahe dalam menurunkan skala nyeri pada penderita

asam urat, didapatkan hasil yang signifikan yaitu pada kedua subjek. Kedua subjek selalu menerapkan terapi yang diberikan oleh si peneliti dalam melakukan intervensi selama 3 hari pada pagi hari. Dari hasil yang didapatkan pada kedua subjek mengalami penurunan skala nyeri dengan hasil yang memuaskan.

Hal ini dibuktikan dengan penelitian Ananda & Zainaro (2023), pemberian terapi kompres jahe dengan benar dan sesuai petunjuk yang diberikan dapat menurunkan skala nyeri setelah pemberian terapi dilakukan.

Menurut asumsi peneliti, patuh atau benar dalam pemberian kompres jahe sangat berpengaruh khususnya pada penderita asam urat. Pada hasil yang didapatkan kedua subjek mengalami perubahan penurunan skala nyeri karena subjek dapat mematuhi aturan pemberian terapi yang diberikan oleh peneliti.

Faktor yang mempengaruhi terjadinya kadar asam urat naik pada lansia dengan asam urat, antara lain: Jenis kelamin dan pola makan. Berdasarkan dari segi jenis kelamin, kedua subjek dengan jenis kelamin laki-laki yang sering mengalami nyeri asam urat, karena perbedaan hormon yang berperan penting, di mana hormon estrogen pada wanita membantu mengatur kadar asam urat dan ekskresinya melalui ginjal, dan

memberikan perlindungan terhadap perkembangan gout. Sebaliknya, laki-laki memiliki kadar asam urat yang lebih tinggi dan tidak dilindungi oleh hormon estrogen.

Hal ini juga dapat dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gunawan (2019), mengatakan bahwa Laki-laki cenderung menghasilkan lebih banyak asam urat karena purin dalam makanan yang mereka konsumsi, seperti daging merah dan makanan laut, serta pada peran hormon dimana wanita memiliki perlindungan hormon estrogen yang dapat membantu mengatur kadar asam urat dan mengurangi risiko gout.

Menurut asumsi peneliti, laki-laki lebih sering mengalami nyeri asam urat atau gout dibandingkan wanita karena beberapa faktor biologis dan perilaku, bahwa pria memiliki kadar asam urat yang lebih tinggi dibandingkan wanita, yang disebabkan oleh perbedaan metabolisme purin.

Berdasarkan segi pola makan kedua subjek tersebut yaitu subjek dengan seringnya mengkonsumsi tinggi purin dapat meningkatkan kadar asam urat. Dari hasil pengkajian pada subjek II didapatkan kenaikan skala nyeri pada hari kedua karena subjek mengkonsumsi daging dan jeroan, yang dapat memicu nyeri dan asam urat naik.

Hal ini juga dapat dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gunawan (2019), konsumsi makanan dapat mempengaruhi kadar asam urat sehingga membuat rasa nyeri yaitu seperti yang terdapat dalam daging, seafood, jeroan, dan kacang-kacangan jika mengkonsumsi makanan itu terlalu berlebihan dapat membuat resiko peningkatan kadar asam urat.

Menurut asumsi peneliti, pola makan salah satu pencetus terjadinya nyeri pada penderita asam urat, karena pola makan yang tinggi purin dapat membuat kadar asam urat menjadi tinggi dan membuat penderita merasakan nyeri dibagian tubuh misalnya sendi, jari kaki dan tangan serta pergelangan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan kompres jahe sangat efektif dalam menurunkan nyeri pada penderita asam urat. Dimana hasil dari kedua subjek yaitu subjek I hari pertama pre test skala nyeri 5 pada saat post test skala nyeri 4, hari kedua pre test skala nyeri 4 pada saat post test skala nyeri 3, dan hari ketiga pre test skala nyeri 3 pada saat post test skala nyeri 2, sedangkan subjek II hari pertama pre test skala nyeri 6 pada saat post test skala nyeri 5, hari kedua pre test skala nyeri 6 pada saat post

test skala nyeri 4, dan hari ketiga pre test skala nyeri 4 pada saat post test skala nyeri 3. Adapun faktor yang mendukung keberhasilan penerapan kompres jahe dalam menurunkan nyeri pada penderita asam urat, antara lain: dukungan keluarga, intensitas pemberian terapi, dan patuh atau benar pemberian. Selain faktor keberhasilan, adapun faktor yang mempengaruhi terjadinya nyeri asam urat meningkat pada penderita asam urat, antara lain: jenis kelamin dan pola makan.

SARAN

Berdasarkan Analisa dan kesimpulan penelitian, maka dalam bab ini peneliti akan menyampaikan beberapa saran diantaranya:

1. Penderita Asam Urat

Dari hasil penelitian didapatkan penderita asam urat dapat memanfaatkan penerapan kompres jahe dalam menurunkan nyeri pada penderita asam urat.

2. Ilmu pengembangan dan teknologi dan keperawatan

Untuk menambahkan keluasan ilmu dan referensi terapan bidang keperawatan dalam menurunkan nyeri pada penderita asam urat.

3. Penulis Selanjutnya

Peneliti selanjutnya agar bisa terus mengembangkan pengetahuan yang

telah didapat tentang penderita asam urat yang mengalami nyeri serta menginformasikan kepada orang lain sehingga tindakan penerapan kompres jahe dapat dilakukan secara optimal.

4. Institusi Akper Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh

Institusi akademik diharapkan agar terus dapat dijadikan sebagai mengembangkan dan menambahkan referensi buku untuk para mahasiswanya tentang nyeri asam urat untuk mempermudah bagi penulis atau peneliti selanjutnya untuk mendapatkan sumber referensi buku dan mengembangkan ilmu pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

Ananda, D. C., Kn, I., & Zainaro, M. A. (2023). Asuhan Keperawatan Komprehensif pada Penderita Asam Urat dengan Masalah Nyeri Menggunakan Kompres Jahe Hangat di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Anyar Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(6), 2563-2568.

Apriadi, G., Handono, B., Pramatirta, A., Effendi, J., Madjid, T., & Pribadi, A. (2020). Hubungan Kadar Asam Urat, Laktat Dehidrogenase, Aspartat Aminotransferase Serum Penderita Preeklamsi Berat Disertai Komplikasi dan tanpa Komplikasi. *Indonesian Journal of Obstetrics & Gynecology Science*.

Aulia, R. N., & Wagustina, S. (2023). Pengaruh pemberian juice jambu biji merah terhadap kadar asam urat darah pada penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Kota Sigli. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Aceh*

Bahrudin, M. (2017). Patofisiologi nyeri (pain). *Saintika Medika*

Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI). (2018). *Pedoman Asuhan Keperawatan Nyeri pada Pasien dengan Asam Urat*.

Gunawan, L. S., Wibawa, A. A., & Herawati, R. (2017). Pemeriksaan kadar asam urat dan pengaruhnya terhadap kesehatan tubuh pada warga kelurahan gilingan kota surakarta. *Dimas Budi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Setia Budi*

Gunawan, S. (2019). Peran metabolisme purin dalam peningkatan kadar asam urat pada pria. *Jurnal Farmasi Indonesia*

Indriani, R., & Nugroho, A. (2017). Penilaian dan Manajemen Nyeri dalam Praktik Keperawatan. *Jakarta: EGC*.

Jaliana. dkk, (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun Di Rsud Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 201. *Jurnal ilmiah Mahasiswa Kesehatan masyarakat. Vol.3/No.2/april 2018;ISSN 2502-731x*.

Jamal, F. (2022). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Jurnal Kedokteran Nangroe Medika*, 5(3), 66-73.

- Karimah, S. K. (2021). *Asuhan Keperawatan Pada Ny.K Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Diagnosa Medis Asam Urat Di Kelurahan Gempeng Bangil Kabupaten Pasuruan. Politeknik Kesehatan Kerta Cendekia Sidoarjo 2021.*
- Katrin, E., Andayani, W., Susanto, S., & Winarno, H. (2014). *Pengaruh Iradiasi Gamma Pada Toksisitas Akut Oral Ekstrak Etanol Jahe Merah (Zingiber officinale)..* , 10.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pedoman Pelayanan Kesehatan Laboratorium di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.*
- Kusumah, I., Pribadi, F., Lifindra, B., Djoenaydy, H., & Luke, K. (2023). *Tatalaksana Serangan Gout Akut: Sebuah Tinjauan dari Tiga Pedoman. Jurnal Ilmiah Kesehatan.*
- Luhurningtyas, F., Susilo, J., Yuswantina, R., Widhihastuti, E., & Ardiyansah, F. (2021). *Aktivitas Imunomodulator dan Kandungan Fenol Ekstrak Terpurifikasi Rimpang Jahe Merah (Zingiber officinale Rosc. Var.Rubrum).*
- Lutfi, M., & Fijianto, D. (2021). *Penerapan Kompres Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Pada Lansia Penderita Asam Urat. In Prosiding Seminar Nasional Kesehatan (Vol. 1, pp. 1732-1736).*
- Marhaham, E., & Setyawati, N. (2022). *Literatur Review: Penerapan Kompres Hangat Ekstrak Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Sendi Pada Pasien Lansia Dengan Gout Artrhritis. Jurnal Keperawatan Karya Bhakti, 8(2), 85-94.*
- Muchlis, M. R., & Ernawati, E. (2021). *Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia.*
- Putri, S., Rahmayanti, D., & Diani, N. (2017). *Pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di pstw budi sejahtera kalimantan selatan.* , 5, 90-95.
- Rahmawati, R. (2020). *Pengaruh kompres jahe terhadap nyeri sendi pada lansia. Jurnal Gizi dan Kesehatan, 11(1), 45-50.*
- Rahmayati, E., Hardiansyah, R., & Nurhayati, N. (2018). *Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Operasi Laparatomi. Jurnal Kesehatan, 9(3), 427-432.*
- Revianti, I. D., Kasus, S., & Yanto, A. (2021). *Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja. Holistic Nursing Care Approach, 1(1), 39-48.*
- Riskesdas. (2018). *Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. In Kementerian Kesehatan RI.*
- Rokhmah, A., Warsono, W., & Khoiriyah, K. (2023). *Penerapan Terapi Kompres Jahe (Zingiber Officinale Var Rubrum Rhizoma) dan Acupressure dalam Menurunkan Nyeri Penderita Asam Urat. Holistic Nursing Care Approach, 3(1), 6-10.*
- Sativa, S., & Kusuma, A. (2020). *Perbedaan Kadar Asam Urat*

Darah Sebelum dan Sesudah Pemberian Minuman Asam Jawa. , 2, 55-64.

- Saulata, H., Barus, J., & Surilena, S. (2019). Peranan Intensitas Nyeri Terhadap Aspek Psikologis Penderita Nyeri Neuromuskuloskeletal Kronis Non Kanker Rumah Sakit Atma Jaya. *Callosum Neurology*, 2(2), 49-57.
- Siregar, M., & Nurkhalis, N. (2015). Korelasi antara kadar gula darah dengan kadar asam urat pada pasien diabetes mellitus tipe 2. *Idea Nursing Journal*, 6, 27-33.
- Sukandar, E., Adnyana, I., Andrajati, R., Setiadi, A., & Sigit, J. (2014). *Farmakoterapi*. PT. ISFI.
- Sulistyo, A., Aziz, A., Nurfadila, T., Dewi, N., & Noviyya, A. (2019). Prevalensi Komplikasi Diabetes Melitus Berdasarkan Karakteristik Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*.
- Suryani, S., Sutiyono, S., & Pistanty, M. A. (2021). Pengaruh pemberian kompres larutan jahe terhadap nyeri asam urat di Posyandu Lansia Melati Desa Candisari. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 17-25.