

Penerapan Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis

Suparlan, Rahayu Winarti*
Universitas Widya Husada Semarang
Email: rahayuwh57@gmail.com

Abstrak

Lansia mengalami proses penuaan yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik yaitu semakin rentannya terhadap serangan penyakit degeneratif, selain itu terjadi penurunan produksi enzim urokinase, sehingga pembuangan Asam Urat menjadi terhambat dan mengalami gout arthritis. Tujuan studi kasus untuk mendeskripsikan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat memakai jahe merah serta perubahannya. Metode studi kasus dengan model *quasy experimental design pretes-postes without control group*. Subjek studi kasus lansia penderita gout arthritis yang berobat di klinik tanazza. Teknik pengumpulan data dengan kuesioner. Teknik analisis data menggunakan deskriptif statistik.

Hasil studi kasus diperoleh informasi bahwa jika sebelum pemberian kompres hangat memakai parutan jahe merah subjek rata-rata mengalami tingkat nyeri tinggi. Tingkat nyeri subjek sesudah pemberian kompres hangat memakai parutan jahe merah menjadi rendah. Perubahan tingkat nyeri yang dirasakan subjek penderita gout arthritis sebelumnya tingkat nyeri tinggi menjadi tingkat nyeri sedang.

Tingkat nyeri penderita *gout arthritis* sebelum perlakuan kompres hangat dengan parutan jahe merah termasuk kriteria tinggi. Tingkat nyeri penderita *gout arthritis* sebelum perlakuan kompres hangat dengan parutan jahe merah termasuk kriteria rendah. Studi kasus dalam menerapkan kompres hangat dengan parutan jahe merah efektif menurunkan tingkat nyeri pada penderita gout arthritis.

Kata Kunci: Kompres Hangat, Jahe Merah, Gout Arthritis.

Pendahuluan

Penderita *arthritis rheumatoid* di seluruh dunia telah mencapai angka 355 juta jiwa, artinya 1 dari 6 orang di dunia ini menderita rheumatoid (Arlina, 2019). Diperkirakan angka initerus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25% akan mengalamikelumpuhan. Organisasi kesehatan dunia (WHO) melaporkan bahwa 20%, penduduk dunia terserang penyakit arthritis rheumatoid. Dimana 5-10% adalah mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% mereka yang berusia 55 tahun.

Riskesdas (2018), penyakit sendi di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11,9% dan berdasarkan diagnosis gejala sebesar 24,7%,. Prevelensi gout arthritis di Indonesia diperkirakan 12%-34% dari 18,3 juta orang penduduk Indonesia. Prevelensi ini meningkat seiring dengan meningkatnya umur dan cukup bervariasi antara satu daerah dengan daerah lain. Prevelensi penyakit sendi di Provinsi Jawa Tengah mencapai 6,78%. Kota Salatiga memiliki prevelensi 8,53%. Nilai tersebut lebih tinggi dibandingkan dengan nilai prevelensi yang ada di Provinsi Jawa Tengah.

Asam urat sering terjadi pada lansia, hal ini ditandai dengan hiperurisemia atau peningkatan asam urat di dalam badan seseorang. Cara yang bisa menurunkan derajat nyeri asam urat adalah menggunakan terapi non farmakologis serta farmakologis. Terapi farmakologis yaitu tindakan memberikan obat analgesik seperti obat anti radang serta nonsteroid (OAINS) sebagai penurun nyeri, sedangkan diberikannya terapi kompres hangat jahe merah adalah tindakan secara non farmakologis (Ilham, 2020).

Tindakan non farmakologis untuk penderita gout arthritis diantaranya adalah kompres, baik itu kompres hangat dan kompres dingin. Kompres merupakan tindakan mandiri perawat dalam upaya menurunkan suhu tubuh. Jahe merah biasa digunakan sebagai campuran bahan obat. Hal ini disebabkan adanya efek farmakologis jahe merah dapat memperkuat khasiat bahan lain yang dicampurkan sebagai ramuan herbal.

Kompres hangat akan menimbulkan rasa panas, maka respon tubuh secara fisiologis antara lain dapat menstabilkan darah yang kental, otot menjadi rileks, keseimbangan metabolisme jaringan, meningkatkan permeabilitas jaringan, menumbuhkan rasa kenyamanan dan mengurangi kecemasan (Syamsu, 2017). 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.

Jahe merah memiliki efek antiradang sehingga dapat digunakan untuk mengatasi peradangan dan mengurangi rasa nyeri akibat asam urat. Efek anti radang ini disebabkan komponen aktif jahe merah yang terdiri dari gingerol, gingerdione dan zingeron yang berfungsi menghambat leukotriene dan prostagalandin yang merupakan mediator radang (Izza, 2017). Hasil penelitian Rusnoto menunjukkan ada pengaruh pemberian kompres hangat memakai jahe

untuk meringankan skala nyeri pada pasien asam urat di desa Kedungwungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan (Rusnoto, 2015). Hasil yang sama (Mutiarra, 2017) diperoleh informasi ada pengaruh kompres hangat memakai parutan jahe terhadap penurunan intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Padang Tahun 2017.

Hasil penelitian (Izza, 2017) menunjukkan bahwa dari 15 orang sebelum diberi kompres hangat jahe, yaitu memiliki nyeri 5 dan setelah diberikan kompres hangat jahe mengalami perubahan nyeri menjadi 2. Hasil uji Paired Sample T-Test $p\text{-value} = 0,000 \leq \alpha(0,05)$, sehingga H_0 diterima yang berarti ada pengaruh kompres hangat jahe terhadap perubahan nyeri pada lansia dengan arthritis gout di Prolanis Ngetos Wilayah Kerja Puskesmas Ngetos Kabupaten Nganjuk.

Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui penerapan pemberian kompres hangat memakai parutan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis.

Tinjauan Pustaka

Gout arthritis

Gout arthritis merupakan istilah yang dipakai untuk sekelompok gangguan metabolik yang ditandai oleh meningkatnya konsentrasi asam urat (*hiperurisemia*). Penyakit *gout arthritis* merupakan penyakit akibat penimbunan kristal *monosodium* urat di dalam tubuh sehingga menyebabkan nyeri sendi disebut *gout arthritis*. Gout adalah penyakit yang diakibatkan gangguan metabolisme purin yang ditandai dengan hiperurisemi dan serangan sinopitis akut berulang-ulang. Penyakit ini paling sering menyerang pria usia pertengahan sampai lanjut usia dan wanita pasca Menopause (Nurarif, 2015).

Nyeri

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial yang digambarkan dalam bentuk kerusakan (Wiarso, 2017). *The Internasional Association for The Study of Pain* (IASP) mendefinisikan nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat adanya kerusakan atau ancaman kerusakan jaringan. Nyeri adalah sensasi yang rumit, unik, universal dan bersifat individual. Dikatakan bersifat individual karena respons individu terhadap sensori nyeri beragam dan tidak bisa disamakan dengan orang lain (Susanto, 2017).

Metode Studi Kasus

Studi kasus menurut Nursalam adalah merupakan penerapan yang mencakup pengkajian bertujuan memberikan gambaran secara mendetail mengenai latar belakang, sifat maupun karakter yang ada dari suatu kasus, dengan kata lain bahwa studi kasus memusatkan perhatian pada suatu kasus secara intensif dan rinci (Nursalam, 2016). Penerapan dalam metode dilakukan secara mendalam terhadap suatu keadaan atau kondisi dengan cara sistematis mulai dari melakukan pengamatan, pengumpulan data, analisis informasi dan pelaporan hasil.

Fokus penelitian studi kasus ini difokuskan pada klien penderita gout arthritis yang mengalami nyeri. Subjek dalam studi kasus ini adalah penderitanya gout arthritis yang berobat ke klinik pratama Tanazza. Penelitian studi kasus ini dilaksanakan di Klinik Pratama Tanazza Beran 4/5 Karangtengah Tuntang Kabupaten. Semarang. Waktu penelitian studi kasus dilaksanakan minggu ke 2 sampai 3 bulan Agustus 2021. Teknik analisis data menggunakan deskriptif statistic.

Hasil Studi Kasus

Hasil studi kasus pada diketahui bahwa secara keseluruhan penderita gout arthritis sebelum kompres hangat parutan jahe merah ada yang mengalami nyeri sangat tinggi. Penderita yang mengalami tingkat nyeri sedang ada 1 orang. Dan penderita yang mengalami tingkat nyeri tinggi ada 7 orang. Hasil pengukuran sebelum kompres parutan jahe merah menunjukkan bahwa penderita semua mengalami nyeri.

Table 1 Deskripsi tingkat nyeri sebelum perlakuan

No	Kriteria	Jumlah
1	Sangat tinggi	1
2	Tinggi	7
3	Sedang	1
4	Rendah	0

Penderita dengan kriteria nyeri tingkatan sangat tinggi artinya pada saat dilakukan pengukuran ekspresi wajah sampai meringis karena menahan rasa nyeri. Kondisi ini menunjukkan bahwa nyeri yang dialami penderita sangat serius dan sampai tidak bisa ditahan. Penderita dengan kategori tinggi menunjukkan bahwa penderita terlihat tegang pada ekspresi

wajah khususnya seperti kelopak mata mengkerut. Hal ini karena ekspresi wajah penderita menahan sakit yang dirasakan dari nyeri gout arthritis.

Penderita gout arthritis yang tergolong sangat tinggi menunjukkan bahwa penderita pada saat dilakukan pengukuran tingkat nyeri menunjukkan gejala ekstremitas atas ditekuk secara terus menerus untuk menahan nyeri yang dirasakan. Penderita yang tergolong nyeri tinggi menunjukkan gejala ekstremitas atas Menekuk seluruhnya dengan dahi mengempal. Penderita yang tergolong nyeri sedang maka pada saat dilakukan pengukuran menunjukkan gejala tangan menekuk sebagian pada siku untuk menahan rasa nyerinya.

Penderita gout arthritis yang tergolong sangat tinggi menunjukkan bahwa penderita pada saat dilakukan pengukuran tingkat nyeri menunjukkan gejala pola ventilasi tidak dapat diikuti untuk menahan nyeri yang dirasakan. Penderita yang tergolong nyeri tinggi menunjukkan gejala melawan pola ventilasi. Penderita yang tergolong nyeri sedang maka pada saat dilakukan pengukuran menunjukkan gejala batuk, tapi masih bisa mengikuti pola ventilasi untuk menahan rasa nyerinya.

Hasil studi kasus sesudah diberikan kompres hangat memakai parutan jahe merah diketahui bahwa secara keseluruhan penderita gout arthritis sebelum kompres hangat parutan jahe merah sudah mengalami nyeri rendah. Penderita yang mengalami tingkat nyeri sedang ada 1 orang. 8 orang sudah mengalami nyeri rendah.

Tabel 2 Deskripsi tingkat nyeri sebelum perlakuan

No	Kriteria	Jumlah
1	Sangat tinggi	0
2	Tinggi	0
3	Sedang	1
4	Rendah	8

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa jika dilihat dari karakteristik jenis kelamin subjek yang merasakan nyeri yang paling tinggi adalah subjek yang berjenis kelamin laki-laki. Hal ini sama dengan hasil penelitian (Izza, 2017) yang menunjukkan adanya 60% laki-laki lebih tinggi merasakan nyeri dibandingkan wanita. Laki-laki yang banyak bekerja dan kurang bias mengontrol pola makan menyebabkan tingginya mengalami gout arthritis.

Berdasarkan karakteristik umur diketahui bahwa subjek yang berusia lebih dari 50 tahun lebih mengalami nyeri tinggi dibandingkan subjek yang usia dibawah 50 tahun. Hasil penelitian

ini sama dengan hasil penelitian (Mutiara, 2017) bahwa lansia yang memiliki usia lebih dari 50 tahun tingkat nyeri yang dirasakan ketika menderita gout arthritis semakin tinggi.

Hasil penelitian di atas diketahui bahwa subjek sebelum diberikan kompres hangat memakai parutan jahe merah rata-rata memiliki nyeri tingkat tinggi. Subjek yang merasakan nyeri rendah bahkan tidak ada. Hal ini menunjukkan bahwa subjek studi kasus ini mengalami nyeri yang luar biasa akibat dari penyakit gout arthritis yang dialaminya.

Hasil ini sama dengan penelitian (Ilham, 2020) bahwa sebelum perlakuan kompres hangat tingkat nyeri sebesar 55%. Sedangkan 35% mengalami nyeri sedang dan hanya 3% yang mengalami nyeri rendah. Subjek khususnya pada ekspresi wajah sebelum diberikan kompres hangat memakai parutan jahe merah terlihat sampai meringis. Artinya ini sangat nyeri dan subjek tidak dapat menahan nyeri yang dirasakan.

Tingkat nyeri sesudah diberikan kompres hangat memakai parutan jahe merah menunjukkan tingkat nyeri rendah. Subjek sudah tidak begitu merasakan nyeri seperti sebelumnya. Hasil ini sama dengan hasil penelitian (Mutiara, 2017) bahwa sesudah dikompres menggunakan jahe merah tingkat nyeri menjadi turun rendah. Subjek yang awalnya memiliki ekspresi wajah meringis setelah diberikan kompres menjadi tenang, artinya tingkat nyeri yang dirasakan sudah berkurang dari pada sebelumnya.

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui bahwa kompres hangat dengan parutan jahe merah menunjukkan adanya pengaruh terhadap tingkat nyeri pada penderita gout arthritis. Tingkat nyeri yang dialami penderita menurun sesudah diberikan kompres hangat parutan jahe merah. Penderita yang awalnya mengalami nyeri dengan kategori tinggi dapat turun dengan nyeri rendah. Hal ini secara tidak langsung menunjukkan adanya pengaruh yang diberikan kompres hangat dengan jahe merah terhadap tingkat nyeri penderita gout arthritis.

Jahe merah memiliki efek farmakologis dan fisiologi seperti memberikan efek rasa panas, anti-inflamasi, analgesic, antioksidan, antitumor, antidiabetik, antiobesitas, antimeatik. Selain dengan memberikan efek panas, jahe juga memberikan efek pedas dimana kandungan gingerol dan Shogaol telah didefinisikan sebagai komponen antioksidan fenolik jahe. Elemen lainnya yang ditemukan adalah gingediol, gingediasetat, gingerdion, dan gingerenon. Kandungan aktif pada jahe yaitu Gingerol dan Shogaol memiliki berat molekul 150-190 Da, lipofilisitas log P berkisaran 3.5 yang menunjukkan potensi baik untuk menetrasi kulit, selain itu *zingeron* dan *debydrol-(10) gingerdione* memberikan efek sangat bagus yaitu pencegahan proses inflamasi.

Kompres jahe merupakan campuran air hangat dan juga parutan jahe yang sudah diparut sehingga akan ada efek panas dan pedas. Efek panas dan pedas dari jahe tersebut dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamine dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri. Panas akan merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dapat dihambat (Mutiara, 2017). Kompres jahe dilakukan dengan cara menempelkan jahe yang telah di sangrai dan di tumbuk terlebih dahulu di area persendian yang mengalami nyeri lalu kemudian dibalut dengan menggunakan kasa gulung, kompres ini dilakukan selama 20 menit (Zuriati, 2017).

Pemberian kompres air hangat saja kurang efektif dalam mengurangi rasa nyeri. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Izza, 2017) tentang efektifitas pemberian kompres air hangat dan pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di unit rehabilitasi sosial wening wardoyo ungaran, dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pemberian terapi kompres air hangat dan kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi lansia di unit rehabilitasi social wening wardoyo ungaran, dimana pemberian terapi kompres jahe lebih efektif dibandingkan pemberian terapi kompres air hangat. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Putri dikemukakan bahwa dengan pemberian kompres hangat menggunakan jahe merah dapat menurunkan skala nyeri pada pasien gout arthritis (Putri, 2017).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penerapan studi kasus maka kesimpulan dalam penelitian studi kasus ini dapat dirumuskan sebagai berikut.

1. Tingkat nyeri penderita *gout arthritis* sebelum perlakuan kompres hangat dengan parutan jahe merah termasuk kriteria tinggi.
2. Tingkat nyeri penderita *gout arthritis* sebelum perlakuan kompres hangat dengan parutan jahe merah termasuk kriteria rendah.
3. Studi kasus dalam menerapkan kompres hangat dengan parutan jahe merah efektif menurunkan tingkat nyeri pada penderita gout arthritis.

Daftar Pustaka

- Arlina. (2019). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*.
- Ilham. (2020). kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri asam urat. *Jurnal Kesehatan*.
- Izza. (2017). Pengaruh Kompres Hangat Rebusan Jahe Terhadap Nyeri Pada Penderita Osteoarthritis Lutut Di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta. *jurnal kesehatan*.
- Mutiara. (2017). pengaruh jahe terhadap nyeri saat menstruasi bagian parasitologi. *jurnal kesehatan*.
- Muttaqin. (2017). *Asuhan Keperawatan Pasien dengan Gangguan Sistem Pernapasan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Muttaqin. (Asuhan keperawatan pasien dengan Gangguan Sistem Pernapasan). 2017. Jakarta: Salemba.
- Nampira, C. (2014). *Keperawatan medikal bedah manajemen*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Putri, S. (2017). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis pada Lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan. *Dunia Keperawatan*.
- Susanto. (2017). *Asuhan dan Keperawatan pada anak*. Jakarta: Sagung Seto.
- Syamsu. (2017). Perbandingan Kompres Jahe Merah dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*.
- Wahyuningsih. (2013). Efektivitas kompres hangat dalam menurunkan intensitas nyeri dysmenorrhoea pada mahasiswi stikes RS baptis kediri. *Stikes*.
- Wiarso. (2017). *Nyeri Tulang dan Sendi*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.