

## **ASUHAN KEPERAWATAN PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA AMAN NYAMAN NYERI DENGAN PEMBERIAN KOMPRES JAHE TERHADAP ASAM URAT PADA LANSIA**

**Tedy Firmansyah<sup>1</sup>, Juairiah<sup>2</sup>**  
[tedyf5136@gmail.com](mailto:tedyf5136@gmail.com)<sup>1</sup>, [juairiah2567@gmail.com](mailto:juairiah2567@gmail.com)<sup>2</sup>  
**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sumber Waras  
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan**

### **ABSTRAK**

Latar Belakang: Asam urat merupakan salah satu jenis artritis yang umum terjadi pada lansia dan ditandai oleh nyeri sendi akibat penumpukan kristal monosodium urat. Kondisi ini berdampak signifikan terhadap kenyamanan dan kualitas hidup penderita. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang efektif dalam mengatasi nyeri adalah pemberian kompres jahe. Tujuan: Mengevaluasi efektivitas kompres jahe dalam mengurangi nyeri serta meningkatkan rasa aman dan nyaman pada lansia penderita asam urat. Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah quasi-eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol, sampel lansia >60 tahun. Intervensi dengan kompres jahe hangat dua kali sehari selama tiga hari. Hasil: kompres jahe hangat selama tiga hari menurunkan nyeri secara signifikan dan meningkatkan rasa aman serta nyaman pada lansia penderita asam urat. Kesimpulan: Kompres jahe hangat efektif mengurangi nyeri dan meningkatkan rasa aman nyaman pada lansia dengan asam urat, sehingga dapat dijadikan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang aman dan mudah diterapkan.

**Kata Kunci:** Asam Urat, Lansia, Kompres Jahe

### **ABSTRACT**

*Background: Gout is a type of arthritis that is common in the elderly and is characterized by joint pain due to the accumulation of monosodium crystals in the veins. This condition has a significant impact on the comfort and quality of life of sufferers. One of the effective nonpharmacological approaches in dealing with pain is the administration of ginger compresses. Objective: To evaluate the effectiveness of ginger compress in reducing pain and increasing a sense of security and comfort in elderly people with gout. Methods: The research design used was quasi-experimental with a pretest-posttest approach without a control group, a sample of the elderly >60 years. Intervention with a warm ginger compress twice a day for three days. Results: a warm ginger compress for three days significantly lowered pain and increased a sense of security and comfort in elderly people with gout. Conclusion: Warm ginger compresses are effective in reducing pain and increasing a sense of security and comfort in the elderly with gout, so that they can be used as a safe and easily applied non-pharmacological nursing intervention.*

**Keywords:** Gout, Elderly, Ginger Compress

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Penumpukan kristal asam urat di sendi akibat gangguan metabolisme purin adalah salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia. Kondisi ini memicu peradangan yang menyebabkan nyeri hebat, pembengkakan, kemerahan, serta keterbatasan gerak.

Salah satu masalah kesehatan yang paling umum pada orang tua adalah asam urat. Survei yang dilakukan oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2017, tingkat prevalensi penyakit ini secara global mencapai 34,2%, menunjukkan bahwa sepertiga populasi dunia berisiko mengalami gangguan ini. Di Indonesia sendiri, prevalensi asam urat tercatat sebesar 7,3% berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018 (Riskesmas, 2018).

Penyakit ini ditandai dengan penumpukan kristal asam urat di area persendian karena metabolisme purin tubuh yang terganggu. Penumpukan kristal tersebut kemudian memicu reaksi peradangan yang menyebabkan gejala khas seperti nyeri hebat, pembengkakan, kemerahan, serta keterbatasan gerak pada sendi. Asam urat dapat bersifat akut dengan serangan yang muncul secara tiba-tiba, maupun kronis jika serangan terjadi secara berulang dan dalam jangka panjang, tergantung pada tingkat keparahan dan pengelolaan penyakit.

Penyakit ini memberikan dampak yang besar terhadap kualitas hidup penderitanya, terutama pada lansia yang umumnya mengalami penurunan fungsi fisik. Rasa nyeri yang intens tidak hanya mengurangi kenyamanan dan mengganggu aktivitas harian, tetapi juga membatasi kemampuan mereka untuk menjalani rutinitas secara mandiri. Kondisi ini berujung pada penurunan produktivitas dan meningkatkan ketergantungan terhadap orang lain. Selain itu, tekanan fisik yang berlangsung terus-menerus dapat memicu gangguan psikologis seperti kecemasan, stres, hingga depresi ringan (Kemenkes, 2018). Oleh karena itu, pemahaman yang baik mengenai prevalensi, mekanisme, dan dampak penyakit asam urat sangat penting sebagai dasar dalam upaya pencegahan dan penanganan yang lebih efektif, terutama pada kelompok lansia.

Penggunaan obat seperti antiinflamasi nonsteroid (NSAID), colchicine, atau allopurinol untuk menurunkan kadar asam urat dalam tubuh adalah bagian dari pengobatan nyeri secara farmakologis. Namun demikian, penggunaan obat-obatan ini seringkali disertai dengan kemungkinan efek samping, terutama pada lansia yang memiliki kondisi kesehatan lain seperti hipertensi, diabetes, atau gangguan fungsi ginjal. Efek samping tersebut dapat berupa iritasi lambung, gangguan fungsi hati, hingga risiko perdarahan gastrointestinal. Oleh karena itu, intervensi nonfarmakologis menjadi alternatif yang layak dipertimbangkan dalam manajemen nyeri pada lansia dengan asam urat.

Salah satu metode nonfarmakologis yang kini semakin populer adalah pemanfaatan jahe (*Zingiber officinale*). Tanaman herbal ini telah dikenal sejak lama karena memiliki sifat antiinflamasi dan pereda nyeri alami. Senyawa aktif dalam jahe, seperti gingerol, shogaol, dan paradol, mampu menghambat kerja enzim yang berperan dalam proses peradangan di dalam tubuh. Selain itu, jahe juga memberikan efek hangat yang dapat membantu memperlancar aliran darah, merilekskan otot yang tegang, serta memberikan sensasi nyaman pada area tubuh yang terasa sakit. Oleh karena itu, jahe dianggap efektif dalam meredakan nyeri yang disebabkan oleh peradangan, termasuk pada kondisi asam urat. Penggunaan jahe sebagai kompres telah menjadi salah satu bentuk terapi yang sederhana, tetapi memberikan manfaat yang signifikan. Kompres jahe bekerja dengan cara memberikan efek hangat pada area yang terkena nyeri, sehingga merangsang reseptor termal di kulit. Rangsangan ini membantu memblokir transmisi sinyal nyeri ke otak, sehingga rasa nyeri berkurang. Selain itu, efek antiinflamasi dari jahe membantu mengurangi pembengkakan dan kemerahan pada sendi yang meradang. Kombinasi efek hangat dan antiinflamasi ini menjadikan kompres jahe sebagai pilihan yang aman dan efektif untuk mengelola nyeri akibat asam urat (Zheng, 2018).

### **Rumusan Masalah**

1. Bagaimana efektivitas pemberian kompres jahe dalam pemenuhan rasa aman nyaman nyeri pada lansia dengan lansia ?
2. Apakah pemberian kompres jahe dapat meningkatkan rasa aman nyaman nyeri pada lansia dengan asam urat?
3. Bagaimana penerapan intervensi kompres jahe dalam memenuhi kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada lansia dengan asam urat?

### **Tujuan Penelitian**

1. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada lansia dengan asam urat sebelum dan sesudah

- pemberian kompres jahe.
2. Menilai perubahan rasa aman yaman nyeri pada lansia setelah intervensi kompres jahe.
  3. Mengevaluasi penerapan kompres jahe sebagai salah satu Intervensi keperawatan nonfarmakologis.

**Manfaat Penelitian**

- a. Bagi Pasien: Membantu lansia dengan asam urat untuk mengurangi rasa nyeri, meningkatkan rasa aman, dan kenyamanan melalui pendekatan yang sederhana, aman, dan terjangkau.
- b. Bagi Perawat: Menyediakan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat diterapkan secara efektif dalam pengelolaan nyeri pada lansia.
- c. Bagi Keluarga dan Masyarakat: Memberikan edukasi tentang metode alami yang dapat digunakan untuk membantu meredakan nyeri pada lansia dengan asam urat di lingkungan rumah

**METODE**

Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Tujuannya adalah untuk mengevaluasi perubahan tingkat nyeri, rasa aman, dan kenyamanan pada lansia penderita asam urat sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres jahe.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

**Tabel monitor intevensi keperawatan terhadap asam urat dan nyeri pada klien 1 dan klien2**

Hari/tanggal	Tn.T		Ny.M	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Selasa 29 April 2025 jam 09:00 WIB	12,8 mg/dl	11,6 mg/dl	11,6 mg/dl	10,1 mg/dl
Rabu 30 April 2025 jam 09:00 WIB	11,6 mg/dl	10,1 mg/dl	10,1 mg/dl	8,5 mg/dl
Kamis 1 Mei 2025 jam 09:00 WIB	8,5 mg/dl	7,1 mg/dl	6,5 mg/dl	5,7 mg/dl

**Tabel monitor skala nyeri dan nyeri pada Klien 1 dan 2**

Hari/tanggal	Tn.T		Ny.M	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Selasa 29 April 2025 jam 09:00 WIB	6 mg/dl	5 mg/dl	6 mg/dl	5 mg/dl
Rabu 30 April 2025 jam 09:00 WIB	5 mg/dl	4 mg/dl	5 mg/dl	4 mg/dl
Kamis 1 Mei 2025 jam 09:00 WIB	4 mg/dl	3 mg/dl	3 mg/dl	2 mg/dl

## **Pembahasan 1**

pengkajian dilakukan pada klien I maupun klien II. Didapatkan persamaan dan perbedaan data antara teori dan kasus. Didapatkan persamaan data yang sudah sesuai dengan konsep teori yaitu klien mengalami asam urat pada klien I asam urat 12,8 mg/dl dan klien II asam urat 11,6 mg/dl, nyeri di bagi lutut dengan skala 6 pada kedua klien, peningkatan nadi klien I 20x/menit dan klien II 20 x/ menit. mengalami komplikasi gout arthritis pada klien I sejak 2 tahun lalu dan pada klien II sejak 2 tahun lalu.

## **Pembahasan 2**

Jahe adalah salah satu jenis tanaman rimpang yang memiliki berbagai manfaat, seperti digunakan sebagai bumbu masakan, bahan dalam pengobatan tradisional, pembuatan manisan, serta minuman penyegar. Selain pemanfaatannya di dalam negeri, jahe juga diekspor sebagai komoditas nonmigas dalam bentuk segar, kering, minyak atsiri, dan oleoresin. Potensi ekspor ini didukung oleh kandungan senyawa aktif penting dalam jahe, salah satunya adalah oleoresin.

Dalam ekstrak jahe yang diseduh dengan air panas bersuhu 100°C, terdapat senyawa antioksidan seperti polifenol sebanyak 888 mg per 100 gram, tanin sebanyak 1,34 gram per 100 gram, dan flavonoid sebanyak 1,371 gram per 100 gram. Senyawa volatil utama dalam jahe meliputi alpha-zingiberene (22,29%), beta-sesquiphellandrene (8,58%), alpha-farnesene (3,93%), beta-bisabolene (3,87%), dan alpha-curcumene (2,63%). Selain itu, rasa pedas khas jahe berasal dari kandungan gingerol (9,38%), shogaol (7,59%), dan zingerone (9,24%), dengan gingerol sebagai komponen utama pada jahe segar.

## **Pembahasan 3**

Penelitian yang dilakukan tidak terlepas dari keterbatasan dan kekurangan, demikian juga dengan penelitian ini. Dalam melakukan penelitian ini, peneliti memiliki keterbatasan yaitu:

1. Kurangnya pengalaman dalam membuat laporan studi kasus
2. Keterbatasan sumber referensi maupun jurnal rendam kaki air hangat rebusan jahe merah
3. Kurang paham dalam mencari jurnal terkait penelitian
4. Kurangnya komunikasi antar peneliti dalam mencari responden

## **KESIMPULAN**

### **1. Pengkajian**

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan, pasien 1 (Tn. T) Asam Urat: 12,8 mg/dl dan pasien 2 (Ny. M). Asam Urat :11,6 mg/dl, ditemukan adanya persamaan yaitu keduanya mengalami keluhan nyeri lutut. Pasien tinggal di panti sosial dan termasuk lansia usia lanjut. Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil analisa data pada kedua pasien, ditemukan persamaan diagnosa prioritas yaitu Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Diagnosa ini di dukung oleh keluhan subjektf berupa nyeri kepala berdenyut dan tengkuk seperti tertimpa benda berat. Hasil pengukuran tekanan darah yang tinggi. Dan diagnosa berikut adanya perbedaan yaitu, pasien 1 (Tn.T) Asam Urat 12,8 mg/dl dan pasien 2 (Ny. M) 11,6 mg/dl

### **2. Diagnosa**

Diagnosa keperawatan klien 1 dan 2 difokuskan pada 1 diagnosa keperawatan prioritas yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencidera fisiologis yang ditandai dengan nyeri di daerah lutut.

### **3. Intervensi**

Intervensi keperawatan yang diberikan pada kedua klien adalah dengan kompres jahe untuk menurunkan asam urat dan memberikan relaksasi.

#### **4. Implementasi**

Implementasi keperawatan yang dilakukan pada kedua klien yaitu kompres jahe dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari berturut-turut pagi dengan 15 menit.

#### **5. Evaluasi Keperawatan**

Pada pasien 1 Tn. T dan pasien 2 Ny. M pemberian kompres jahe terbukti efektif dalam menurunkan Asam Urat. Pada pasien 1 Tn. T Asam Urat dari 12,8 mg/dl menjadi 11,6 mg/dl pada Pada pasien 1 Tn. T dari 11,6 penurunan Asam Urat terjadi secara bertahap dan nyeri terjadi pengurangan skala nyeri dari 4-5 menjadi 1, serta. Masalah nyeri akut pada kedua pasien dinyatakan teratasi sepenuhnya setelah dilakukan terapi selama tiga hari.

#### **Saran**

Diharapkan penelitian memiliki motivasi dan semangat yang kuat dalam menyusun karya tulis ilmiah, diharapkan penelitian dapat mengatur waktu dengan baik untuk mengerjakan karya seni tulis ilmiah

##### **1. Bagi masyarakat**

Mempermudah masyarakat mengobati asam urat menggunakan teknik nonfarmakologi menggunakan kompres jahe

##### **2. Bagi perawat**

Dianjurkan menggunakan kompres jahe sebagai intervensi nonfarmakologi rutin dalam manajemen nyeri lansia, terutama di komunitas atau panti jompo.

##### **3. Bagi keluarga**

Perlu diberikan edukasi mengenai cara membuat dan menggunakan kompres jahe secara aman di rumah.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aminuddin, M. et al. (2020) 'Modul Perawatan luka', in Samsugito, I. (ed.). Samarinda: CV Gunawana Lestari, pp. 1–143.
- Baskaran, R., & Gopi, A. (2018). The therapeutic effects of ginger (*Zingiber officinale*) on pain and inflammation: A review. *Journal of Phytotherapy Research*, 32(3), 467-479. <https://doi.org/10.1002/prp.1249>.
- Jurnal ilmiah kesehatan husada kompres jahe hangat dapat menurunkan intensitas nyeri pada asam urat
- Jurnal profesi keperawatan Vol 9 no 2 2017 pengaruh kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dengan asam urat. <https://jurnal.akperidahusada.ac.id>
- Kosala JIK vol.6 no.1 2018 efektivitas kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri sendi penderita asam urat.
- Kurniawan, M. (2020). Penerapan Asuhan Keperawatan Holistik pada Lansia dengan Asam Urat. Jakarta: Kencana.
- Medika Cibinong Tahun 2018', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Medika* .efektivitas kompres jahe untuk menurunkan nyeri asam urat.
- Nusantara hasana journal pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap nyeri asam urat pada lansia