

## IMPLEMENTASI KOMPRES HANGAT PADA LANSIA TN. M DENGAN NYERI KRONIS DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA JEMBER

Puput Ardiyan Dwi Permata<sup>1</sup>, Dian Ratna Elmaghfuroh<sup>2</sup>  
[puputardyan128@gmail.com](mailto:puputardyan128@gmail.com)<sup>1</sup>, [dianelma@unmuhjember.ac.id](mailto:dianelma@unmuhjember.ac.id)<sup>2</sup>  
Universitas Muhammadiyah Jember

### ABSTRAK

Lanjut usia (lansia) merupakan dimana seorang yang mencapai usia lebih dari 60 tahun keatas. Gangguan pada system muskuloskeletal yang ditandai dengan munculnya nyeri sendi dan kekakuan yang mengakibatkan penurunan kemampuan fisiologis atau kualitas hidup lansia. Tujuan dari studi kasus ini untuk menurunkan skala nyeri pada lansia Tn.M melalui implementasi kompres hangat pada lansia Tn.M dengan nyeri kronis di UPT Pelayanan Tresna Werdha Jember. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif dengan bentuk studi kasus mendalam untuk mengesplorasi masalah keperawatan nyeri kronis yang dialami oleh Tn M. Pengumpulan data dilakukan dnegan cara wawancara, observasi, pemeriksaan fisik studi dokumentasi dan pemberian kompres selama 5 menit dalam 1 sesi dan diulang 3 sesi, terapi kompres hangat dilakukan 4 kali sehari selama 2 minggu. Setelah dilakukan tindakan terapi kompres hangat, menunjukkan bahwasanya hasil implementasi kompres hangat skala nyeri yang di alami oleh Tn.M mengalami penurunan, dimana sebelum diberikan terapi skala nyeri yang dialami 5 dan setelah diberikan terapi kompres hangat skala nyeri yang di alami menurun menjadi skala 3.

**Kata Kunci:** Lansia, Nyeri Kronis, Terapi Kompres Hangat.

### ABSTRACT

*Elderly (elderly) is where someone who reaches the age of over 60 years. Disorders of the musculoskeletal system are characterized by the emergence of joint pain and stiffness which results in a decrease in physiological abilities or quality of life of the elderly. The purpose of this case study is to reduce the pain scale in the elderly Mr. M through the implementation of warm compresses in the elderly Mr. M with chronic pain at the UPT Pelayanan Tresna Werdha Jember. The design of this study uses a descriptive case study approach with an in-depth case study form to explore the problem of chronic pain nursing experienced by Mr. M. Data collection was carried out by interview, observation, physical examination, documentation study and giving compresses for 5 minutes in 1 session and repeated 3 sessions, warm compress therapy was carried out 4 times a day for 2 weeks. After the warm compress therapy was carried out, it showed that the results of the implementation of warm compresses on the pain scale experienced by Mr. M decreased, where before being given therapy the pain scale experienced was 5 and after being given warm compress therapy the pain scale experienced decreased to a scale of 3.*

**Keywords:** *Elderly, Chronic Pain, Warm Compress Therapy.*

### PENDAHULUAN

Lansia merupakan kelompok usia rentan yang mengalami penurunan fungsi fisiologis secara bertahap, termasuk sistem muskuloskeletal. Penurunan ini menyebabkan berbagai keluhan, salah satunya adalah nyeri sendi kronis yang berdampak pada aktivitas fisik, kenyamanan, dan kualitas hidup lansia. Salah satu bentuk nyeri sendi kronis yang sering ditemukan adalah nyeri akibat gout arthritis, yang ditandai dengan peradangan, kekakuan, dan nyeri hebat pada sendi.

Nyeri sendi menjadi salah satu masalah bagi para lansia di dunia maupun di Indonesia. Tercatat (WHO, 2023) pada tahun 2019, sekitar 528 juta orang di seluruh dunia menderita

nyeri sendi meningkat 113% sejak tahun 1990. Sekitar 73% penderita nyeri sendi berusia lebih dari 55 tahun, dan 60% adalah perempuan. Dengan prevalensi sebesar 365 juta jiwa, lutut merupakan sendi yang paling sering terkena, diikuti pinggul dan tangan. Di Indonesia lansia yang mengalami nyeri sendi sebanyak 53,13% pada tahun 2018 menurut (RIKESDAS, 2018). (Cholisa Resmi Sari, 2024).

Radang sendi merupakan penyakit yang menyerang sendi dan struktur jaringan penunjang sekitarnya hingga timbul rasa nyeri saat beraktivitas maupun tidak beraktivitas. Aktivitas fisik dengan intensitas tinggi secara berlebihan dapat memberikan ketegangan atau beban berlebihan sendi dan meningkatkan risiko cedera. Aktivitas fisik yang kurang dapat menimbulkan penyakit kronis pada lansia seperti gangguan muskuloskeletal, diabetes, hipertensi, stroke, penyakit jantung, dan kanker. (Dhiya'ul Muna & Hartati, 2024).

Menurut LeMon dkk (2016), nyeri arthritis gout dapat diatasi dengan tindakan farmakologis dan non farmakologi. Tindakan yang dilakukan secara farmakologis memberikan obat analgesik seperti obat anti radang aerta nonsteroid (OAINS) sebagai penurun nyeri, sedangkan terapi secara nonfarmakologi yaitu dengan kompres hangat. (Dosmaria Sihotang et al., 2024)

Penatalaksanaan nyeri menitik beratkan pada manipulasi fisik namun penting juga untuk melakukan manipulasi (tindakan) psikologis untuk mengatasi nyeri. (Ali Syahbana, 2024). Kompres hangat adalah terapi non farmakologis untuk menghilangkan atau menurunkan rasa nyeri dengan memberikan rasa hangat, memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan rasa nyeri, dan mengurangi terjadinya spasme otot dengan menggunakan air hangat. Kompres merupakan metode pemeliharaan suhu tubuh dengan menggunakan cairan atau alat yang dapat menimbulkan hangat atau dingin pada beberapa bagian tubuh tertentu yang bertujuan untuk memperlancar sirkulasi darah dan mengurangi sakit atau nyeri. (Putri et al., 2023)

Salah satu solusi yang dapat diterapkan dalam praktik keperawatan gerontik adalah terapi kompres hangat. Intervensi ini sederhana, ekonomis, aman, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh lansia maupun caregiver. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengevaluasi efektivitas kompres hangat terhadap penurunan nyeri kronis pada lansia dengan gout arthritis, melalui implementasi langsung pada pasien Tn. M di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

## **METODOLOGI**

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus tunggal (single case study) dengan pendekatan Studi Kasus Observasi. Peneliti melakukan observasi langsung untuk mengevaluasi pengaruh terapi kompres hangat terhadap perkembangan penurunan intensitas nyeri pada lansia selama 7 hari menggunakan lembar pengkajian ( identitas klien), Wong Baker FACES Pain Rating Scale, dan lembar standar operasional procedure (SOP)

Subjek dalam penelitian ini adalah seorang lansia bernama Tn. M yang mengalami nyeri kronis akibat gout arthritis dan memenuhi kriteria inklusi, yaitu: berusia antara 60–70 tahun, tinggal di panti, dan bersedia menjadi partisipan.

Fokus studi adalah implementasi terapi kompres hangat sebagai bagian dari asuhan keperawatan terhadap Tn. M yang dilaksanakan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember selama 2 minggu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. PENGKAJIAN

#### a. Identitas Klien

Klien gout arthritis dengan masalah keperawatan nyeri kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember pada bulan Desember 2023, dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 Identitas Klien

Identitas klien	Klien
Nama	Tn. M
Umur	79 Tahun
Jenis kelamin	Laki-laki
Agama	Islam
Suku/bangsa	Jawa/Indonesia
Bahasa	Jawa
Pendidikan	SD
Status	Cerai
Alamat	Jember

Pada tabel 1 diperoleh data identitas klien laki-laki usia 79 Tahun dengan nyeri kronis.

#### b. Riwayat Penyakit

Riwayat penyakit klien gout arthritis dengan masalah keperawatan nyeri kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember pada bulan Desember 2023, dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Riwayat Penyakit

Riwayat Penyakit	Klien
Keluhan Utama	Nyeri pada persendian.
Riwayat penyakit sekarang	Klien mengatakan nyeri pada persendian lebih dari 4 bulan kaki terkadang terasa kaku, nyeri sering muncul saat malam hari dan saat beraktivitas dan nyeri. P : Klien mengatakan nyeri pada persendian lebih dari 4 bulan dan kaki terkadang terasa kaku Q : Seperti ditusuk-tusuk R : pada bagian kaki S : Skala 5 T : Nyeri lebih sering muncul saat malam hari dan saat beraktivitas
Riwayat penyakit dahulu	Klien mengatakan pernah memiliki riwayat jatuh 1 kali yang dimana setelah klien jatuh pada bagian kaki sebelah kanan klien terasa sakit.
Riwayat penyakit keluarga	Klien mengatakan tidak memiliki riwayat penyakit keturunan.

Sumber : Data Primer, 2023

Pada tabel 2 diperoleh data riwayat penyakit sekarang dengan keluhan nyeri pada persendian lebih dari 4 bulan dan kaki terkadang terasa kaku.

#### c. Pemeriksaan Fisik

Pemeriksaan fisik pada klien gout arthritis dengan masalah keperawatan nyeri kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember pada bulan Desember 2023, dapat dilihat

pada tabel 3.

Tabel 3. Pemeriksaan Fisik

<b>Pemeriksaan Fisik</b>	<b>Klien</b>
Status kesehatan umum	Keadaan umum : cukup Kesadaran : composmentis TB : 165 cm BB : 49 kg TD : 130/90 mmHg N : 86x/mnt Suhu : 36,6°C RR : 20x/mnt
Integument	Tidak terdapat lesi/luka, CRT < 2 detik
Kepala	Rambut bersih,uban merata Wajah rileks Konjungtiva anemis, mata isokor, pupil normal, sklera normal Telinga normal tidak mengalami penurunan pendengaran Hidung tampak bersih,tidak mengalami nyeri diarea sinus Mukosa bibir lembab, tidak mengalam nyeri telan.
Leher	Tidak ada benjolan kelenjar tyroid, tidak ada odem.
Thorak	Paru-paru : I : bentuk dada simetris, pengembangan paru normal P : vokal vremitus teraba,tidak ada nyeri tekan P : suara ketuk sonor A : suara nafas veskuler Jantung : I : bentuk simetris P : tidak ada nyeri tekan P : batas atas (ICS II midsternalis),batas kiri (ICS V midclavikula sinistra), batas bawah (ICS V), batas kanan (ICS IV midsternalis dextra) A : bunyi jantung S1 S2 tunggal (lub dub)
Abdomen	I : bentuk abdomen flat A : bising usus 8x/mnt P : tidak ada nyeri tekan P : suara ketuk timpani
Tulang belakang	Postur tulang belakang sedikit membungkuk,tidak terdapat nyeri punggung, tidak ada lesi pada kulit bagian punggung.
Genetalia	Tidak ada inkontinensia urine, tidak ada kelainan pada anus dan genetalia.
Ektremitas	Atas : tidak ada odem, tidak ada lesi, tidak ada kelainan Bawah : kekuatan otot 3, terdapat nyeri pada kaki (dextra dan sinistra), terasa kaku pada kaki (dextra dan sinistra), tidak ada odem tidak terdapat luka, tidak ada lesi.

Neurologis	GCS : E4V5M6 Indra penciuman baik,indra perabaaan baik, indra pendengaran baik.
------------	--

*Sumber : Data Primer , 2023*

Pada tabel 3 pemeriksaan fisik diperoleh dari klien dengan gangguan pada ektermitas bawah (dextra dan sinistra) kekuatan otot 2, tidak ada odem, tidak terdapat luka, tidak ada lesi.

#### **d. Perubahan Fungsi Kesehatan**

Perubahan fungsi kesehatan pada klien gout arthritis dengan masalah keperawatan nyeri kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember pada bulan Desember 2023, dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Perubahan Fungsi Kesehatan

<b>Fungsi kesehatan</b>	<b>Klien</b>
Status Nutrisi	Total skor : 13 Interpretasi : status gizi baik
Fungsi keseimbangan	Total skor TUG : 16 detik Interpretasi : beresiko jatuh
Fungsi fungsional	1. <i>Activity of Daily Living</i> (ADL) total skor : 16 Interprestasi : mandiri 2. <i>Instrumental Activity of Daily Living</i> (IADL) total skor : Interprestasi :
Fungsi kognitif	Total Skor: 24 Interpretasi: Fungsi kognitif normal
Status depresi	Total skor : 9 Interpretasi : normal
Status spiritual	1. Agama yang dianut klien islam 2. Aktivitas ibadah yang dilakukan adalah berdzikir 3. Tidak ada hambatan dalam ibadah klien 4. Makna dan tujuan hidup klien saat ini adalah ingin diberikan kesehatan oleh Allah SWT.
Status sosial	Total skor : 10 Interpretasi : fungsi sosial normal

*Sumber : Data Primer,2023*

## **2. Mendeskripsikan Implementasi Terapi Kompres Hangat**

Setelah dilakukan terapi kompres hangat pada pasien Tn.M dengan nyeri kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, penulis akan membahas pelaksanaan terapi sehingga dapat diketahui adanya keluhan nyeri pada lansia.

Pelaksanaan kegiatan terapi kompres hangat dilakukan secara bertahap dan terstruktur kepada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Tahapan dimulai dengan pengukuran tekanan darah untuk memastikan kondisi lansia dalam keadaan stabil dan layak menerima intervensi. Hasil pengukuran menunjukkan tekanan darah dalam batas normal, sehingga intervensi dapat dilanjutkan.

Sebelum pelaksanaan terapi, dilakukan edukasi kepada lansia mengenai kegiatan yang akan dilakukan, meliputi jenis terapi, tujuan, manfaat, dan teknik pelaksanaan kompres hangat. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan partisipasi lansia selama kegiatan.

Terapi kompres hangat dilakukan dengan menggunakan air hangat bersuhu  $\pm 40^{\circ}\text{C}$ ,

disiapkan dalam wadah bersih. Alat yang digunakan meliputi handuk/washlap untuk kompres, handuk pengering, dan sarung tangan sebagai alat pelindung. Kompres dilakukan pada area tubuh yang mengalami ketegangan atau nyeri, seperti leher, pundak, lutut, dan punggung, selama 10–15 menit.

Secara keseluruhan, kegiatan menunjukkan bahwa terapi kompres hangat efektif dalam mengurangi keluhan nyeri yang dirasakan oleh lansia. Selain itu, terapi ini juga berkontribusi terhadap peningkatan fungsi keseimbangan, yang dapat membantu memperbaiki mobilitas dan mencegah risiko jatuh pada lansia. Respon lansia selama kegiatan sangat baik dan kooperatif, menunjukkan kenyamanan selama proses intervensi.

## **PEMBAHASAN**

### **Pengkajian Keperawatan Pada Lansia Dengan Nyeri Kronis**

Hasil pengkajian pada klien dengan nyeri kronis yang diperoleh data subjektif klien mengatakan nyeri pada persendian lebih dari 4 bulan dan terkadang terasa kaku, sedangkan data objektif yang diperoleh yaitu TD : 130/90 mmHg, N : 86x/mnt, Suhu : 36,6°C, RR : 20x/mnt, TB: 165 cm, BB: 49 kg, kekuatan otot ekstremitas bawah 3. Berdasarkan data diatas bisa di simpulkan hasil pengkajian pada klien dengan nyeri kronis yaitu dengan pengukuran skala nyeri dan kekuatan otot ekstremitas bawah.

### **Implementasi Terapi Kompres Hangat**

Penggunaan terapi kompres hangat merupakan salah satu metode untuk mengurangi rasa nyeri, Kegiatan terapi kompres hangat ini dilaksanakan selama 5 menit dalam 1 sesi dan diulang sebanyak 3 sesi dalam 1 kali pertemuan, terapi kompres hangat dilakukan 4 kali selama 2 minggu. Menyediakan media dengan air hangat dan handuk untuk melakukan kompres hangat, Setelah dilakukan tindakan terapi kompres hangat, menunjukkan bahwasanya hasil implementasi kompres hangat skala nyeri yang di alami oleh Tn.M mengalami penurunan, dimana sebelum diberikan terapi skala nyeri yang dialami 5 dan setelah diberikan terapi kompres hangat skala nyeri yang di alami menurun menjadi skala 3. Ketercapaian target kegiatan terapi kompres hangat ini cukup baik, karena materi telah dapat disampaikan secara keseluruhan. Kompres hangat adalah terapi nyeri sendi untuk meringankan atau menurunkan rasa sakit atau rasa nyeri yang dialami oleh pasien, dimana rasa hangat bisa merelaksasikan dan melancarkan peredaran darah ke seluruh tubuh sehingga dapat mengurangi ketegangan atau kekakuan dan menimbulkan rasa nyaman. Efektifitas kompres hangat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang.

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa melalui kegiatan terapi kompres hangat dapat mengurangi rasa nyeri dari skala 5 turun hingga skala 3 menunjukkan bahwa terapi kompres hangat telah memberikan dampak positif terhadap peningkatan kekuatan otot.

## **KESIMPULAN**

Setelah dilakukan tindakan terapi kompres hangat selama 15 menit sebanyak 4 kali selama 2 minggu, penulis memperoleh pengalaman dalam menerapkan terapi kompres hangat pada lansia dengan nyeri kronis. Penulis dapat menarik kesimpulan bahwa tingkat nyeri pada Tn.M sebelum diberikan kompres hangat mengalami tingkat nyeri sedang skala 5. Sedangkan tingkat nyeri pada Tn.M setelah dilakukan kompres hangat mengalami tingkat nyeri ringan skala 3. Ada pengaruh yang signifikan antara kompres hangat pada lansia Tn.M dengan nyeri kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

Implementasi terapi kompres hangat terdapat hasil penelitian ini terbukti dapat membantu lansia dalam menurunkan nyeri dan efek samping yang ditimbulkan sangat kecil

dan tidak mahal, sehingga penggunaan metode non farmakologis sangat disarankan dalam menurunkan nyeri pada lansia.

### **Saran**

1. Bagi Dinas Sosial Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember  
Diharapkan hasil penelitian implementasi kompres hangat dapat diterapkan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.
2. Bagi Perawat  
Sebagai perawat khususnya perawat lansia hendak dapat menerapkan terapi kompres hangat kepada lansia.
3. Bagi Klien  
Sebagai klien diharapkan untuk sering melakukan terapi kompres hangat.
4. Bagi Institusi Pendidikan  
Diharapkan hasil penelitian ini dapat dikembangkan dan dipelajari oleh para pembaca serta dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- BKKBN. (2023). Generasi Muda Peduli Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia. . Go Lansia Tangguh.
- Cholisa Resmi Sari, S. R. (2024). Kompres Kayu Manis Pada Tn.S Dengan Gout Arthritis Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri . Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan.
- Cyntia Theresia Lumintang, F. R. (2023). Terapi aktivitas kelompok"tebak benda"di balai penyantunan sosial lanjut usia terlantar"senja cerah" paniki- manado. Jurnal Peduli Masyarakat Volume 5 Nomor 2, 457- 461.
- Diana Safira, R. K. (2024). "Studi kasus pemberian kompres jahe merah hangat untuk penurunan nyeri kronis pada gout arthritis". jurnal ilmiah keperawatan dan kesehatan alkautsar.
- Fachrul Jamal, T. D. (2022). "Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri". "Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika".
- Firdaus, D. H. (2022). klasifikasi penyakit katarak pada mata menggunakan metode convolutional neural network (cnn) berbasis web. Jurnal Kecerdasan Buatan dan Teknologi Informasi (JKBTI), Vol. 1, No. 3, 18-26.
- Hanan, M. (2019). " pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi osteoarthritis pada lansia di posyandu lansia puskesma pandian sumenep". "jurnal kesehatan", 21 - 29.
- Kartika Amalia, T. T. (2021). "Hubungan gangguan penglihatan dengan tingkat kemandirian lansia melakukan activity of daily living (ADL) di desa bangunrejo dusun VIII tanjung morawa. jurnal kedokteran ilmu nafis, 9-15.
- Manafe, L. A. (2022). "hubungan tingkat depresi lansia dengan interaksi sosial lansia di BPSLUT Senja cerah manado.". jurnal ilmiah hospitality, 749-58.
- Mugihartadi, A. P. (2022). "Asuhan keperawatan lansia dengan perubahan fungsi sistem sensori pada penglihatan di desa katerban kabupaten purworejo". "Nursing science journal", 163-169.
- Muhammad Rifai Muchlis, E. E. (2021). " efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia". " jurnal unimus".
- Mulyani, E. (2024). penyebab gangguan penglihatan dan kebutaan pad anak. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Volume 11, No 1., 39-47.
- Naila Dhiya'ul Muna, E. H. (2024). Hubungan tingkat nyeri sendi dengan aktivitas fisik pada lansia gangguan sendi. Journal of Telenursing (JOTING), 200-201.
- Novita Sari, J. H. (2022). "Hubungan tingkat tajam penglihatan dengan kualitas hidup pada pasien dengan kelainan refreksi di polimata rdud rokan hulu". "Jurnal kedokteran dan kesehatan", 9-17.
- Nuriza Agustina, R. S. (2023). Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJI).

- Salma Fauziah, T. P. (2022). "Proporsi pasien low vision dipolimata rsud singaparna medika citrautama kabupaten tasikamalaya". *Journal of Indonesia Optometrists*, 11-15.
- Agustina, N., Surahmat, R., Akhriansyah, M., Emiliasari, D., & Saputra, M. A. S. (2023). Kompres Hangat dengan Jahe Sebagai Metode Pengurangan Intensitas Nyeri Pada Lansia dengan Arthritis Rheumatoid. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 251. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.589>
- Ali Syahbana, Riyan Dwi Prasetyawan, & Nurmajidah, W. A. (2024). Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Pada Asuhan Keperawatan Gerontik Klien Gout Arthritis Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Puskesmas Wongsorejo. *Professional Health Journal*, 5(2), 498–505. <https://doi.org/10.54832/phj.v5i2.557>
- Darmawansyah, S., Rochmani, S., & Tangerang, S. Y. (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.
- Dhiya'ul Muna, N., & Hartati, E. (2024). Hubungan Tingkat Nyeri Sendi Dengan Aktivitas Fisik Pada Lansia Gangguan Sendi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 200–207. <https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.8692>.
- Dosmaria Sihotang, S., Yunita, D., Kartika, D., Studi Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners, P., Baiturrahim JIProf Yamin SH No, Stik. M., & Bandung, L. (2024). Efektivitas Kompres Hangat Jahe Merah terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Gout pada Lanjut Usia. *Jabj*, 2024(1), 115–120. <http://jab.stikba.ac.id/index.php/jab>
- Magfira, N., & Adnani, H. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Riwayat Genetik Dengan Kadar Asam Urat Di Posyandu Cinta Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 2, 396–403. <https://pdfs.semanticscholar.org/4955/a0dee895a444cef9add08be0a84a c801e3f2.pdf>.
- Putri, S. A., Naziyah, N., & Suralaga, C. (2023). Efektivitas Kompres Hangat pada Lansia terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis di Posbindu Kemuning Baktijaya Depok. *Malahayati Nursing Journal*, 5(7), 2267– 2279. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i7.9047>
- Sholihah, F. M. (2014). Diagnosis and Treatment Gout Arthritis. *J Majority*, 3(7), 39–45.
- Sari Ananda Putri, N. C. (2023). "Efektivitas kompres hangat pada lansia terhadap penurunan nyeri gout arthritis di posbindu kemuning baktijaya depok". *Malahayati nursing journal*".
- Shinta Siti Sundari, Y. H. (2021). Rancang Bangun Aplikasi Sistem Pakar Diagnosa Penyakit Mata Berbasis Web Dengan Metode Forward Chaining Dan Case Based Reasoning. *JURNAL SISTEM INFORMASI DAN TEKNOLOGI INFORMASI*, 91-99.
- Sifra Dosmaria Sihotang, N. D. (2024). Efektifitas Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Pneurunan Skala Nyeri Athritis Gout Pada Lanjut Usia. *Jurnal Akademika Baiturrahin Jambi (JABJI)*.
- Siska Evi Martina, R. G. (2023). Terapi Aktivitas Kelompok (Tak) Pada Lansia Dengan Penurunan Fungsi Kognitif Di Yayasan Taman Bodhi Asri. *Journal Abdimas Mutiara Vol. 5 No.1*, 26-31.
- Yanti Rosdiana, H. M. (2023). Peningkatan Pengetahuan Fungsi Kognitif pada Lansia Kelurahan Tanjungrejo, Kecamatan Sukun, Kota Malang. *Journal of Indonesian Society Empowerment (JISE) Vol 1 No 2* , 70-76.
- Yurida Olviani, E. L. (2020). "Pengaruh kompres hangat rebusan air serai terhadap penurunan nyeri Arthritis rheumatoid pada lansia di panti sosial tresna werdha budi sejahtera banjarharu provinsi kalimantan selatan". *Dinamika kesehatan jurnal kebidanan dan keperawatan Vol.11*, 387-394.