

PENGARUH KOMPRES HANGAT JAHE MERAH TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN ASAM URAT DI PUSKESMAS BAREBBO

Nurfitri^{1*}, Esse Puji Pawenrusi², Andi Nur Aisyah³

¹Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

²Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

³Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

*Alamat Korespondensi: ns.nurfitri@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Prevalensi asam urat 1-4% di dunia dan insidensi 0,1-0,3%. Terapi komplementer seperti kompres jahe hangat. hiperurisemia/arthritis gout. Kompres hangat jahe merah memberikan efek panas memberikan efek *vasodilatasi* pembuluh darah yang menyebabkan peningkatan sirkulasi darah dan menurunkan nyeri.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap tingkat nyeri pada pasien asam urat di Puskesmas Barebbo Kabupaten Bone.

Metode: Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas Barebbo Bone dengan total sampel 20 responden yang diperoleh dengan purposive sampling. Jenis penelitian yaitu observasional deskriptif dengan penelitian kuantitatif dengan metode Quasi *Eksperimental*, pengukuran dilakukan sebelum di beri perlakuan dan sesudah di berikan perlakuan. Penilaian nyeri dengan menggunakan *Numeric Pain Rating Scale* (NPRS) dan dianalisis menggunakan uji wilcoxon.

Hasil: Tingkat nyeri sebelum perlakuan nyeri berat terkontrol sebanyak 11 (55%), tingkat nyeri sesudah perlakuan sebanyak 12 (60%), hasil *uji Wilcoxon*, menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai p value sesudah kompres adalah sebesar 0,000. Kompres hangat jahe merah memberikan efek panas dan pedas dari jahe tersebut dapat menyebabkan terjadinya *vasodilatasi* pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menurunkan nyeri.

Kesimpulan: Dari penelitian ini disimpulkan bahwa ada pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap tingkat nyeri pada pasien asam urat.

Kata Kunci: Asam Urat, Nyeri, Kompres hangat jahe merah

PENDAHULUAN

Asam urat adalah arthritis inflamasi yang paling umum dan terjadi ketika hiperurisemia, peningkatan berkelanjutan kadar urat serum yang mengakibatkan supersaturasi jaringan tubuh dengan urat, menyebabkan pembentukan dan pengendapan kristal monosodium urat di dalam dan sekitar sendi (Kuo et al., 2015).

Prevalensi asam urat berkisar 1-4% di seluruh dunia dan insidensi berkisar 0,1-0,3%. Asam urat lebih umum terjadi pada pria dibandingkan wanita sebesar 3:1 hingga 10:1. Insidensi dan prevalensi asam urat meningkat setiap dekade kehidupan, dengan prevalensi meningkat menjadi 11-13% dan insidensi meningkat menjadi 0,4% pada orang yang

berusia lebih dari 80 tahun. Minoritas ras di AS, Māori Selandia Baru,

Han Cina dan beberapa kelompok etnis di Asia memiliki prevalensi asam urat yang lebih tinggi (Singh & Gaffo, 2020). Kejadian asam urat di Indonesia dari diagnosis dokter (7,3 %), umur ≥ 75 tahun (18,9 %) dan pada perempuan (8,5 %) di banding pada laki – laki (6.1 %). Prevalensi disalah satu provinsi indonesia yaitu Provinsi Sulawesi selatan terdapat pravelensi penyakit sendi yaitu 6,39 % (Riskesdas, 2018). Faktor risiko meliputi jenis kelamin laki-laki; obesitas; hipertensi; konsumsi alkohol; penggunaan diuretik; pola makan yang kaya daging dan makanan laut; penyakit ginjal kronis; pola makan yang banyak mengandung

makanan dan minuman kaya fruktosa; menjadi anggota kelompok etnis tertentu, termasuk Taiwan, Kepulauan Pasifik, dan Maori Selandia Baru; dan tinggal di negara-negara berpenghasilan tinggi. Asam urat ditandai dengan pembengkakan, nyeri, atau nyeri tekan di sendi perifer atau bursa (Clebak et al., 2020).

Pendekatan terapi konvensional, termasuk obat antiinflamasi nonsteroid, kortikosteroid, dan agen penurun urat seperti allopurinol dan febuxostat, sering kali memiliki keterbatasan seperti efek samping, interaksi obat, dan kepatuhan pasien yang kurang optimal. Pendekatan terapi baru meliputi aditif tanaman farmasi (misalnya, *Citrullus colocynthis*, *Atractylodes lancea*), agen antiinflamasi seperti canakinumab dan terapi ozon, dan terapi komplementer seperti kompres jahe hangat, salep Qingpeng, dan berbagai modifikasi gaya hidup (Yao et al., 2024).

Kandungan Nanopartikel lipid padat (SSLN) yang dimurnikan dari akar dan batang jahe (*Zingiber Officinale*) dapat menurunkan kadar asam urat secara signifikan melalui penghambatan aktivitas xantin oksidase dan mengurangi produksi interleukin-1 β (IL-1 β) dan faktor nekrosis tumor (TNF- α) pada model tikus hiperurisemia/arthritis gout (Wang et al., 2018). Efek panas dan pedas dari kompres jahe merah menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah yang menyebabkan terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menurunkan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamine dan prostaglandin, efek panas dari kompres jahe merah merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri dihambat ke medulla spinalis dan otak (Radharani, 2020).

METODE

Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas Barebbo Kabupaten Bone dengan total sampel adalah 20 responden dengan tehnik pengambilan sampel purposive sampling. Jenis

penelitian observasional deskriptif dengan penelitian kuantitatif dengan metode Quasi *Experimental* dengan *one group pretest-posttest design*, kelompok perlakuan yaitu pengukuran tingkat nyeri sebelum di beri intervensi dan sesudah di berikan intervensi. Penilaian nyeri dengan menggunakan *Numeric Pain Rating Scale* (NPRS) dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon.

Tahapan intervensi:

1. Sebelum dilakukan intervensi, peneliti menilai skor nyeri responden dengan menggunakan NPRS.
2. Peneliti melakukan kompres hangat jahe merah setiap responden dikompres sebanyak 3 kali dalam 1 minggu selama 4 minggu dengan durasi pengompresan \pm 10-15 menit, dilakukan pada pagi atau sore hari.

Peneliti menilai tingkat nyeri setiap responden setelah dilakukan kompres hangat jahe merah dengan menggunakan NPRS. Tingkat nyeri responden di catat pada lembar observasi.

HASIL

Karakteristik responden terdiri dari jenis kelamin, umur, pendidikan, dan pekerjaan. Berdasarkan table 1 ditemukan karakteristik responden sebagian besar perempuan sebanyak 15 (75%), umur 55-65 tahun sebanyak 10 orang (50%), pendidikan Tidak Sekolah sebanyak 10 orang (50,0%), pekerjaan URT sebanyak 13 orang (65%). Pada tabel 2 menyajikan pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap tingkat nyeri sebelum dan setelah pemberian intervensi, tingkat nyeri sebelum perlakuan nyeri berat terkontrol sebanyak 11 (55,0%), tingkat nyeri sesudah perlakuan sebanyak 12 (60,0%), hasil *uji Wilcoxon*, menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai ρ value sesudah kompres adalah sebesar 0,000 yang berarti ada pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap

tingkat nyeri pada pasien yang menderita asam urat.

PEMBAHASAN

Penderita asam urat lebih banyak pada wanita dibanding dengan laki-laki, berbeda dengan penelitian Singh & Gaffo (2020) menemukan Prevalensi asam urat 1-4% di dunia dan insidensi 0,1-0,3%. Perbandingan prevalensi asam urat pada laki-laki dan perempuan adalah 3:1 hingga 10:1. Hal ini disebabkan karena penelitian yang dilakukan oleh Singh & Gaffo (2020) memiliki populasi yang lebih luas. Data lain dari riskesdas (2008) Kejadian asam urat di Indonesia dari *diagnosis* dokter (7,3 %), umur ≥ 75 tahun (18,9 %), perempuan (8,5 %), dan laki-laki (6.1 %). Pada orang lanjut usia, asam urat merupakan kondisi medis umum yang sebagian besar disebabkan oleh penyakit penyerta dan pengobatan bersamaan yang mengganggu metabolisme urat (Schinas et al., 2016).

Berdasarkan hasil penelitian kompres hangat jahe merah setelah dilakukan tindakan didapatkan hasil yang efektif. sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah responden mengatakan nyeri sangat mengganggu aktivitasnya, setelah dilakukan tindakan kompres hangat jahe merah terdapat perubahan skala nyeri sendi sangat berkurang, akan tetapi ada satu pasien yang penurunan nyeri sedikit hal ini disebabkan karena responden masih makan makanan yang mengandung purin tinggi. minyak atsiri dan oleoresin dalam kandungan jahe merah banyak digunakan dalam industri dan di rumah tangga. Mekanisme penghambat reseptor nyeri dari efek kompres jahe hangat, dimana serabut saraf besar akan mengakibatkan terjadinya perubahan mekanisme yaitu gerbang yang akhirnya dapat memodifikasi dan merubah sensasi nyeri yang datang sebelum sampai ke korteks serebri menimbulkan persepsi nyeri dan reseptor otot sehingga nyeri dapat berkurang.

Penelitian Arlina et al., (2019) menemukan bahwa kompres hangat jahe merah yang berfungsi meningkatkan pengendalian terhadap rasa nyeri dalam tubuh. Penelitian lain yang dilakukan oleh Darmawansyah (2022) dengan menemukan perubahan tingkat nyeri dari tingkat nyeri berat menurun menjadi tingkat nyeri sedang setelah diberikan kompres hangat jahe merah, kemudian yang sebelumnya mengalami tingkat nyeri sedang menjadi tingkat nyeri ringan dan tingkat nyeri ringan menurun menjadi tidak nyeri.

Responden mengungkapkan bahwa nyeri berkurang dan merasa senang dengan kompres jahe merah. Pemberian kompres hangat jahe merah pada penelitian ini di gunakan selama $\pm 10-15$ menit, rasa panas yang mampu bertahan selama 3-5 menit saja sehingga kompresan di ulang dengan 2-3 kali, namun dalam rentang waktu tersebut kompres hangat jahe merah tetap mampu memberi pengaruh sehingga mampu dapat menurunkan nyeri sendi lansia penderita asam urat. Hasil penelitian Astuti (2020) pemberian kompres hangat jahe merah menurunkan nyeri asam urat dengan tingkat nyeri sebelum intervensi berada pada skala nyeri berat (7-9) sedangkan setelah intervensi tingkat nyeri menurun menjadi tingkat nyeri ringan (1-3). Efek fisiologis kompres jahe merah dengan cara menurunkan nyeri sendi pada tahap transduksi dan rangsangan noksius (suhu mekanik atau kimia) menjadi energi listrik (implus saraf) oleh reseptor sensorik untuk nyeri (nosiseptor), Jahe merah memiliki kandungan gingerol mengandung siklooksigenase berfungsi untuk menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri, untuk menurunkan tingkat nyeri sendi. Jahe merah menjadi alternatif pengobatan non farmakologis untuk menurunkan tingkat nyeri sendi (Radharani, 2020).

KESIMPULAN

Dari penelitian ini disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat nyeri antara sebelum pemberian kompres hangat jahe merah merah dan sesudah kompres hangat jahe merah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arlina, Z., Arlina, Z., Kunci, K., & Arlina, Z. (2019). Lansia Penderita Gout Arthritis di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang Tahun 2018. 9(18).
- Astuti, N. F. (2020). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Asam Urat. *Engineering, Construction and Architectural Management*, 25(1), 1–9.
- Clebak, K. T., Morrison, A., & Croad, J. R. (2020). Gout: Rapid Evidence Review. *American Family Physician*, 102(9), 533–538.
- Kuo, C.-F., Grainge, M. J., Zhang, W., & Doherty, M. (2015). Global epidemiology of gout: Prevalence, incidence and risk factors. *Nature Reviews Rheumatology*, 11(11), 649–662. <https://doi.org/10.1038/nrrheum.2015.91>
- Radharani, R. (2020). Kompres Jahe Hangat dapat Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Gout Arthritis. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 573–578. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.349>
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Saputra Darmawansyah, S. R. (2022). Pengaruh Kompres hangat jahe merah Merah Terhadap Nyeri Asam Urat Pada Lansia Di Rw 004 Kampung Rawa Bokor Kota Tangerang Tahun 2021. *Nusantara Hasana Journal*, 2(1), 157–166.
- Schinas, A., Chatzipavlou, M., Koutsogeorgopoulou, L., & Kassimos, D. (2016). Management of gout and hyperuricemia in elderly people. *Mediterranean Journal of Rheumatology*, 27(2), 36–39. <https://doi.org/10.31138/mjr.27.2.36>
- Singh, J. A., & Gaffo, A. (2020). Gout epidemiology and comorbidities. *Seminars in Arthritis and Rheumatism*, 50(3), S11–S16. <https://doi.org/10.1016/j.semarthrit.2020.04.008>
- Wang, Q., Yang, Q., Cao, X., Wei, Q., Firempong, C. K., Guo, M., Shi, F., Xu, X., Deng, W., & Yu, J. (2018). Enhanced oral bioavailability and anti-gout activity of [6]-shogaol-loaded solid lipid nanoparticles. *International Journal of Pharmaceutics*, 550(1–2), 24–34. <https://doi.org/10.1016/j.ijpharm.2018.08.028>
- Yao, T.-K., Lee, R.-P., Wu, W.-T., Chen, I.-H., Yu, T.-C., & Yeh, K.-T. (2024). Advances in Gouty Arthritis Management: Integration of Established Therapies, Emerging Treatments, and Lifestyle Interventions. *International Journal of Molecular Sciences*, 25(19), 10853. <https://doi.org/10.3390/ijms251910853>

Lampiran:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	5	25,0
Perempuan	15	75,0
Umur (Tahun)		
55-65	10	50,0
66-75	8	40,0
76-85	2	10,0
Pendidikan		
Tidak sekolah	10	50,0
SD	8	40,0
S1	2	10,0
Pekerjaan		
Petani	5	25,0
URT	13	65,0
Guru	2	10,0
Jumlah	20	100,0

Sumber: Data Primer

Tabel 2. Tabulasi silang berdasarkan pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap tingkat nyeri sebelum dan setelah perlakuan

Tingkat nyeri	Sebelum perlakuan		Sesudah perlakuan		ρ
	n (%)	%	n	%	
Nyeri Ringan	0	0	8	40	0.000*
Nyeri Sedang	9	45	12	60	
Nyeri Berat terkontrol	11	55	0	0	
Nyeri Berat Tidak Terkontrol	0	0	0	0	
Jumlah	20	100	20	100	

*Uji wilcoxon