PENGARUH KOMPRES JAHE MERAH TERHADAP NYERI LUTUT PADA LANSIA DENGAN *GOUT ARTHRITIS* DI DESA LIMEHE TIMUR

JURNAL

PUTRI ANANTASYA ISA
NIM. C01418131

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO
GORONTALO
2022

Zaitun
Jurnal Ilmu Kesehatan
Vol. x No. x (2022)
DOI :

PENGARUH KOMPRES JAHE MERAH TERHADAP NYERI LUTUT PADA LANSIA DENGAN *GOUT ARTHRITIS* DI DESA LIMEHE TIMUR

EFFECT OF RED GINGER COMPRESS ON KNEE PAIN IN ELDERLY WITH GOUT ARTHRITIS IN EAST LIMEHE VILLAGE

Rosmin Ilham[1], **Abdul Wahab Pakaya**[2], **Putri Anantasya Isa**[3]
[1]Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
[2]Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
[3]Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
e-mail: rosminilham@umgo.ac.id[1], wahabpakaya01@gmail.com[2], *putrianantasya51@gmail.com*[3]

ABSTRAK

Masalah fisik yang umumnya terjadi pada lansia salah satunya yaitu pada sistem muskuloskeletal diantaranya *gout arthritis*, *gout arthritis* seringkali menimbulkan nyeri salah satunya nyeri lutut, penanganan nyeri pada lansia dengan menggunakan obat-obatan tidak cocok bagi lansia akibat penurunan fungsi ginjal dalam metabolisme obat, oleh karena itu digantikan dengan terapi nonfarmakologi yaitu jahe merah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kompres jahe merah terhadap nyeri lutut pada lansia dengan *gout arthritis* di Desa Limehe Timur. Jenis penelitian pra eskperimen dengan menggunakan *one group pretest postest design*, jumlah sampel 10 lansia dengan menggunakan teknik sampling secara *accidental sampling* dan uji statistik yang digunakan yaitu *paired t-test*. Hasil penelitian diperoleh skala nyeri sebelum diberikan kompres jahe merah adalah skala nyeri sedang sebanyak 10 responden (100%) dengan rata-rata 5,50 dan skala nyeri sesudah diberikan kompres jahe adalah skala nyeri ringan sebanyak 10 responden (100%) dengan rata-rata 2,00, hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe merah dengan nilai *p-value* 0,000 (<α 0,05). Kesimpulan pemberian kompres jahe merah dapat mengurangi nyeri lutut pada lansia yang menderita *arthritis*.

Kata kunci: *Gout*, Jahe Merah, Nyeri Lutut

ABSTRACT

Physical problems that generally occur in the elderly, one of which is the musculoskeletal system including gout arthritis, gout arthritis often causes pain, one of which is knee pain, pain management in the elderly by using drugs. The drug is not suitable for the elderly due to a decrease in kidney function in drug metabolism, therefore it is replaced with non-pharmacological therapy, namely red ginger. The purpose of this research was to determine the effect of red ginger compresses on knee pain in the elderly with gouty arthritis in East Limehe Village. This type of pre-experimental research using a one group pretest posttest design, a total sample of 10 elderly using a sampling technique by accidental sampling and the statistical test used is the paired t-test. The results obtained that the pain scale before being given a red ginger compress was a moderate pain scale of 10 respondents (100%) with an average of 5.50 and the pain scale after being given a ginger compress was a mild pain scale of 10 respondents (100%) with an average 2.00, the results show that there is a difference in pain scale before and after being given red ginger compresses with a p-value of 0.000 (<α 0.05). The conclusion is giving red ginger compresses can reduce knee pain in the elderly who suffer from arthritis

***Keywords*: Gout, Red Ginger, Knee Pain**

PENDAHULUAN

Lansia yang telah memasuki usia 60 tahun tidak dapat menghindari proses alami dari fase akhir kehidupan karena berjalan secara terus-menerus sering berjalan waktu dan bertambahnya usia (Rahayu & Usman, 2022). Kelompok usia tersebut terus mengalami peningkatan, di Indonesia penduduk lansia diproyeksikan pada tahun 2045 akan mencapai hampir satu perlima dari total penduduk Indonesia dengan persentase usia tertinggi berada pada kelompok usia 60-69 tahun sebesar 63.65% (Badan Pusat Statistik, 2021).

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo diperoleh total jumlah lansia di Provinsi Gorontalo bulan Januari-Mei tahun 2022 sebanyak 93.251 lansia yang terbagi pada 6 wilayah yaitu Kota Gorontalo sebanyak 16.935 lansia, Kabupaten Gorontalo sebanyak 29.192 lansia, Kabupaten Boalemo sebanyak 12.500 lansia, Kabupaten Pohuwato sebanyak 11.147 lansia, Kabupaten Bone Bolango sebanyak 14.028 lansia dan Kabupaten Gorontalo Utara sebanyak 9.449 lansia. Menurut peneliti jumlah lansia tersebut akan terus meningkat hingga Desember tahun 2022, hal ini dikarenakan pada tahun 2021 jumlah lansia di Provinsi Gorontalo sebanyak 100.939 lansia.

Jumlah lansia yang terus meningkat tidak menjamin semua lansia tersebut dalam keadaan sehat, hal ini dikarenakan pada lansia akan terjadi berbagai kemunduran pada organ tubuh akibatnya lansia rentan terhadap gangguan fisik (Wisnusakit & Sriati, 2021). Masalah-masalah lansia pada sistem muskuloskeletal diantaranya *osteoarthritis*, rematik dan asam urat atau *gout arthritis* (Sarbini, Zulaekah, & Isnaeni, 2019).

Peneliti memperoleh data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo didapatkan bahwa lansia yang menderita *osteoarthritis*, rematik dan *gout arthritis* mengalami peningkatan setiap tahun, dimana tahun 2020 jumlah penderita *osteoarthritis* sebanyak 3290 meningkat sebanyak 3384 tahun 2021, jumlah penderita rematik tahun 2020 sebanyak 2280 meningkat sebanyak 2920 tahun 2021 dan jumlah penderita *gout arthritis* tahun 2020 sebanyak 1083 meningkat sebanyak 1592 tahun 2021. Tetapi, data yang diperoleh peneliti dari Puskesmas Tabongo bahwa *gout arthritis* banyak dialami oleh lansia dan paling banyak di Desa Limehe Timur sebanyak 44 lansia.

Gout arthritis seringkali menimbulkan nyeri salah satunya nyeri lutut (Elfira, 2020). Nyeri tersebut harus diobat baik secara farmakologi maupun nonfarmakologi. Tetapi, akibat dari penuaan banyak obat-obat yang tidak cocok bagi lansia yang disebabkan perubahan-perubahan fisiologis seperti menurunnya fungsi ginjal dalam metabolisme obat sehingga dapat menimbulkan efek samping yang serius (Tjay & Rahardja, 2015). Oleh karena itu, terapi farmakologi dapat digantikan dengan terapi nonfarmakologi.

Terapi non farmakologi memanfaatkan jahe untuk kesehatan telah disebutkan dalam Al-Qur'an Surat Al Insan [76] Ayat 17 yang berbunyi "Dan di sana mereka diberi segelas minuman bercampur jahe. (Yang didatangkan dari) sebuah mata air (di surga) yang dinamakan Salsabil."

Berdasarkan QS. Al-Insan [76] Ayat 17, peneliti berpendapat bahwa segelas minuman jahe baik dikonsumsi untuk ksehatan. Namun, peneliti

menghindari kondisi lansia banyak yang tidak mengonsumsi jahe dengan diminum, sehingga jahe tersebut dikombinasikan dengan air panas agar memperoleh hasil yang lebih efektif, kemudian dikompres pada bagian lutut yang sakit (Amin & Waris, 2021).

Studi awal yang dilakukan peneliti pada lansia di Desa Limehe Timur didapatkan 5 lansia mengalami nyeri di lutut. Lansia-lansia tersebut mengatakan jika lansia merasakan nyeri hanya dibiarkan saja tanpa melakukan tindakan untuk mengurangi nyeri. Nyeri ini dirasakan sangat menganggu karena saat nyeri lansia tidak dapat melakukan aktivitas keseharian mereka dan bahkan pada bagian lutut timbul bengkak maupun kemerahan. Lansia juga belum mengetahui alternatif lain untuk mengatasi nyeri selain dengan mengonsumsi obat-obatan. Tetapi, lansia juga jarang mengunjungi Puskesmas untuk mengobati rasa nyeri tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kompres jahe merah terhadap nyeri lutut pada lansia dengan *gout arthritis di Desa Limehe Timur.*

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian pra eksperimen dengan pendekatan *one group pretest-posttest design* yaitu penelitian yang dilaksanakan pada satu kelompok dengan dua kali pengukuran yaitu sebelum dan sesudah perlakuan kompres jahe merah. Populasi adalah lansia di Desa Limehe Timur pada bulan Juli 2022 sebanyak 144 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling* dengan jumlah sampel 10 orang.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu lembar observasi skala nyeri dengan *Visual Analog Scale* (VAS) dan SPO kompres jahe merah. Uji statistik yang digunakan t-tes berpasangan atau *t-test dependent*.

HASIL

Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Lutut Sebelum Kompres Jahe Merah Pada Lansia dengan *Gout Arthritis* Di Desa Limehe Timur

No	Skala Nyeri Sebelum	Jumlah	Persentase
1	Tidak nyeri	0	0
2	Nyeri ringan	0	0
3	Nyeri sedang	10	100
	Total	**10**	**100**

Sumber: Olahan Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa skala nyeri sebelum kompres jahe keseluruhan responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 10 responden (100%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Lutut Sesudah Kompres Jahe Merah Pada Lansia dengan Gout Arthritis Di Desa Limehe Timur

No	Skala Nyeri Sebelum	Jumlah	Persentase
1	Tidak nyeri	0	0
2	Nyeri ringan	10	100
3	Nyeri sedang	0	0
	Total	**10**	**100**

Sumber: Olahan Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa skala nyeri sesudah kompres jahe merah keseluruhan responden mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 10 responden (100%).

Analisa Bivariat

Tabel 3. Analisis Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Nyeri Lutut Pada Lansia dengan *Gout Arthritis* Di Desa Limehe Timur

No	Skala Nyeri Lutut	Mean	SD	N	*P-value*
1	Sebelum	5,50	0,527	10	0,000
2	Sesudah	2,00	0,816		

Sumber: Olahan Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri lutut sebelum kompres jahe merah yaitu 5,50 dengan standar deviasi 0,527 dan rata-rata skala nyeri lutut sesudah kompres jahe merah yaitu 2,00 dengan standar deviasi 0,816. Hasl uji statistik *t-tes berpasangan* diperoleh nilai *p-value* 0,000 (<α 0,05), artinya ada pengaruh kompres jahe merah terhadap nyeri lutut pada lansia dengan *gout arthritis* Di Desa Limehe Timur.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

1. Skala Nyeri Lutut Sebelum Kompres Jahe Merah Pada Lansia dengan *Gout Arthtritis* Di Desa Limehe Timur

Hasi penelitian didapatkan bahwa lansia dengan *gout arthritis* sebelum diberikan kompres jahe merah mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 10 lansia (100%). Berdasarkan hasil wawancara dengan lansia-lansia tersebut bahwa nyeri dirasakan setelah lansia mengonsumsi makanan seperti tempe, sarden, ikan teri dan kankung yang setiap hari dikonsumsi lansia ini. Menurut peneliti, lansia-lansia ini mengalami nyeri *gout arthritis* akibat mengonsumsi makanan yang mengandung purin setiap hari sehingga terjadi peningkatan kadar asam urat yang menyebabkan timbulnya rasa nyeri.

Penyakit *gout arthritis* dapat dipengaruhi oleh asupan tinggi purin yang dikonsumsi. Asam urat sendiri merupakan hasil metabolisme purin, tubuh manusia sebenarnya telah mengandung purin sebesar 85% sehingga purin yang boleh didapatkan dari luar tubuh atau dari makanan hanya bisa sebesar 15% (Sari & Syamsiyah, 2017). Asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh mempengaruhi kadar asam urat dalam darah. Makanan yang mengandung zat purin yang tinggi akan diubah menjadi asam urat. Purin tertinggi terutama terdapat dalam jeroan dan makanan laut seperti udang, cumi, kerang, kepiting dan ikan teri (Susiyanto, 2021).

Asupan makanan yang dikonsumsi lansia beperngaruh pada rendah tingginya kadar asam urat, sejalan dengan penelitian Hambatara et al (2018) tentang hubungan antara konsumsi asupan makanan yang mengandung purin dengan kadar asam urat yang dilakukan pada lansia di Desa Tulungrejo, bahwa terdapat hubungan yang negatif antara konsumsi makanan yang mengandung purin dengan peningkatan kadar asam urat, dimana semakin rendah lansia mengonsumsi makanan mengandung purin, maka semakin rendah mengalami peningkatan kadar asam urat yang ditandai dengan kadar asam urat yang normal.

Asumsi peneliti bahwa nyeri yang timbul akibat penyebab utama *gout arthritis* yaitu tingginya konsumsi purin, dimana lansia yang banyak mengonsumsi makanan yang mengandung purin secara berlebihan setiap hari dapat meningkatkan kadar asam urat di dalam darah sehingga menumpuknya kristal pada persendian yang dapat menyebabkan timbulnya nyeri.

2. Skala Nyeri Lutut Sesudah Kompres Jahe Merah Pada Lansia dengan *Gout Arthtritis* Di Desa Limehe Timur

Hasil penelitian didapatkan bahwa lansia dengan *gout arthritis* sesudah diberikan kompres jahe merah mengalami penurunan skala nyeri yaitu menjadi nyeri ringan sebanyak 10 lansia

(100%). Hal ini dikarenakan responden selama 4 hari berturut-turut diberikan kompres jahe selama 15 menit pada lutut setiap kali pemberian kompres jahe. Menurut peneliti, kompres jahe efektif dalam menurunkan skala nyeri lansia dengan *gout arthritis*.

Jahe mempunyai banyak keunggulan terutama ditinjau dari segi kandungan senyawa kimia dalam rimpang dimana terdiri zat *gingerol*, *eleoresin* dan minyak atsiri yang tinggi sehingga lebih banyak digunakan sebagai obat untuk rematik (Nurhayati & Yusoff, 2022).

Hasil ini ditunjang dengan penelitian Puspita & Praptini (2018) tentang pengaruh kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri bahwa lansia dengan nyeri di Posyandu Usila Desa Kedungbethik skala nyeri sesudah diberikan kompres jahe mayoritas mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 24 responden (66,67%), sedangkan sebelum diberikan kompres jahe mayoritas lansia mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 27 responden (75%).

Asumsi peneliti bahwa jahe mengandung senyawa seperti *gingerol*, *eleoresin* dan minyak atsiri yang dikombinasikan dengan air hangat dapat menurunkan rasa nyeri yang diakibatkan peningkatan kadar asam urat dalam darah sehinga saat diberikan kompres jahe merah, nyeri yang timbul dirasakan berkurang.

Analisa Bivariat

Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Nyeri Lutut Pada Lansia dengan *Gout Arthritis* Di Desa Limehe Timur

Hasil penelitian diperoleh bahwa rata-rata skala nyeri lutut sebelum kompres jahe yaitu 5,50 dengan standar deviasi 0,527 dan rata-rata skala nyeri lutut sesudah kompres jahe yaitu 2,00 dengan standar deviasi 0,816. Hasl uji statistik *t-tes berpasangan* diperoleh nilai *p-value* 0,000 (<α 0,05), artinya ada pengaruh kompres jahe terhadap nyeri lutut pada lansia dengan *gout arthritis* Di Desa Limehe Timur. Jahe yang digunakan peneliti saat memberikan kompres jahe adalah jahe merah. Peneliti berpendapat bahwa ada perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe merah sehingga kompres jahe ini dapat menurunkan skala nyeri lutut bagi lansia dengan *gout arthritis*.

Jahe mengandung mengandung minyak atsiri dengan zat *gingerol* dalam persentase yang tinggi, dibandingkan jahe putih yang kecil dan besar, senyawa dalam jahe merah yang tinggi inilah yang berkhasiat untuk menurunkan nyeri *gout arthritis* (Pujismanto, 2021). Teori lainnya juga menyebutkan bahwa kandungan minyak atsiri dalam jahe merah lebih banyak yaitu sebanyak 2,58%-3,5%, sedangkan jahe putih kecil kandungan minyak atsiri sebanyak 1,5%-3,5% dan jahe putih besar kandungan minyak atsiri sebanyak 0,82%-2,8% (Putri, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Istiana et al (2020) tentang pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap skala nyeri lansia osteoarthritis di Balai Sosial Mandalika Mataram bahwa rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan kompres jahe merah adalah 5 dan rata-rata setelah dilakukan kompres jahe merah adalah 3, serta didapatkan adanya pengaruh yang signifikan pemberian kompres jahe merah terhadap menurunkan skala nyeri pada responden dengan *osteoarthritis*.

Asumsi peneliti bahwa jahe merah lebih

baik digunakan untuk mengurangi tingkat nyeri lutut pada lansia dengan *gout arthritis* atau jenis penyakit rematik lainnya, yang dikarenakan kandungan *gingerol* dalam minyak atsiri pada jahe memiliki efek analgesik atau antinyeri. Maka dari itu, semakin banyak kandungan minyak atsiri dalam jahe, maka lebih mempunyai efek analgesik yang lebih banyak.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan skala nyeri sebelum diberikan kompres jahe merah pada lansia dengan *gout arthritis* di Desa Limehe Timur yaitu nyeri sedang sebanyak 10 responden (100%), skala nyeri sesudah diberikan kompres jahe merah pada lansia dengan *gout arthritis* di Desa Limehe Timur yaitu nyeri ringan sebanyak 10 responden (100%) dan ada pengaruh kompres jahe merah terhadap nyeri lutut pada lansia dengan *gout arthritis* Di Desa Limehe Timur dengan nilai *p-value* 0,000 (< α 0,05).

Saran

Melalui hasil penelitian ini tenaga kesehatan di puskesmas memberikan edukasi kepada lansia saat posbindu atau saat lansia berkunjung ke Puskesmas mengenai manfaat kompres jahe merah hangat dalam menurunkan nyeri akibat penyakit rematik seperti *gout arthritis*. Institusi pendidikan menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam proses belajar mengajar mahasiswa keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo, khususnya dalam asuhan keperawatan gerontik sehingga mahasiswa keperawatan dapat memberikan pendidikan kesehatan saat praktik klinik pada lansia berlangsung. Kemudian, lansia Lansia diharapkan dapat meneruskan terapi kompres jahe merah ini setiap nyeri pada lutut dirasakan sehingga terapi ini tidak hanya terbatas saat penelitian berlangsung dan lansia dapat berbagi informasi pada lansia lainnya mengenai manfaat kompres jahe merah untuk menurunkan nyeri lutut.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rahayu, D. Y. S., & Usman, R. D. (2022). *Buku Saku Model Simpel Pengakajian Keperawatan gerontik Pada Lansia Pesisir*. Solok: Yayasan Pendidikan Cendekia Muslim.
2. Badan Pusat Statistik. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
3. Wisnusakit, K., & Sriati, A. (2021). *Kesejahteraan Spritual Pada Lansia*. Pasaman: CV Azka Pustaka.
4. Sarbini, D., Zulaekah, S., & Isnaeni, F. N. (2019). *Gizi Geriatri*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
5. Elfira, E. (2020). *Diagnosis Nyeri Sendi dengan Terapi Komplementer dan Electromyography Berbasis Arduino Uno*. Yogyakarta: Deepublish.
6. Tjay, T. H., & Rahardja, K. (2015). *Obat-Obat Penting*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
7. Amin, A., & Waris, R. (2021). *Eksplorasi Ilmiah Jahe Sebagai Obat Tradisional*. Solok: Insan Cendekia Mandiri.
8. Sari, Y. N. I., & Syamsiyah, N. (2017).

Berdamai dengan Asam Urat. Jakarta: Bumi Medika.

9. Susiyanto, A. (2021). *Hijama or Oxidant Drainage Therapy (ODT)*. Jakarta: Gema Insani.
10. Hambatara, S. A., Sutriningsih, A., & Warsono. (2018). Hubungan Antara Konsumsi Asupan Makanan yang Mengandung Purin dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Desa Tulungrejo Kecamatan Ngantang. *Nursing News*, *3*(1), 719–728.
11. Nurhayati, D. R., & Yusoff, S. F. (2022). *Herbal dan Rempah*. Surabaya: Scopindo Media Pustaka.
12. Puspita, S., & Praptini, I. (2018). Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Osteoartritis Di Posyandu Lansia. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 27–30.
13. Pujismanto, B. (2021). *Sepintas Jahe Merah dan Hasil Riest Peran Media Tanam Terhadap Pertumbuhan Jahe Merah Di Polybag*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
14. Putri, M. (2019). *Khasiat dan Manfaat Jahe Merah*. Semarang: Alprin.
15. Istiana, Lestari, W. K., Hapipah, Supriyadi, Hidayati, N., & Rusiana, H. P. (2020). Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Skala Nyeri Lansia Osteoarthritis Di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika Mataram. *Jurnal Ilmiah Stikes YARSI Mataram (JISYM)*, *10*(2), 24–28. Retrieved from http://repository.unair.ac.id/78577/

e-ISSN 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691