

# The Effectiveness of Giving Grated Red Ginger Warm Compress to Reducing Gout Arthritis Pain Scale in the Elderly in the UPTD Health Center of Sentajo

## Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Parutan Jahe Merah Terhadap Penurunan skala Nyeri Gout Artritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Puskesmas Sentajo

Yunisman Roni<sup>1</sup>, Desti Widia Ningsih<sup>1</sup>, Nia Khusniyati<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Keperawatan, STIKes Teuku Maharatu

<sup>2</sup> Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Riau

Article Info	Abstract
<p><b>Article History:</b></p> <p><b>Key words :</b> Gout arthritis, pain, elderly, warm compresss</p>	<p><b>Latar Belakang:</b> Lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Penyakit yang sering terjadi pada lansia adalah Gout Artritis. Gout Artritis adalah suatu penyakit metabolik yang terkait dengan pola makan tinggi purin dan minuman beralkohol. Salah satu penanganan non farmakologis untuk penderita Gout Artritis adalah kompres hangat. Jahe merah memiliki efek anti radang untuk melancarkan sirkulasi darah dan untuk menghilangkan rasa sakit. Prevalensi Gout Artritis di Riau adalah 6,8% dan Kabupaten Kuantan Singingi menempati urutan ke empat. UPTD Kesehatan Puskesmas Sentajo merupakan salah satu UPTD di Kuantan Singingi dengan jumlah penderita Gout Artritis sebanyak 361 orang. <b>Tujuan Penelitian</b> ini adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian kompres hangat parutan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri Gout Artritis pada lansia. <b>Metode</b> Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan Quasi Eksperimental. Penentuan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling. Sampel terdiri dari 20 responden yakni 10 responden sebagai kelompok kontrol dan 10 responden sebagai kelompok eksperimen. Analisis data terdiri dari univariat dan bivariat menggunakan uji T berpasangan dengan uji non parametrik uji Wilcoxon. <b>Hasil Penelitian</b> Ada perbedaan yang signifikan pada rata-rata intensitas nyeri gout artritis sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat parutan jahe merah (<math>p = 0,008</math>). Pada kelompok kontrol juga terdapat perbedaan yang signifikan pada rata-rata intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres air hangat (<math>p = 0,024</math>).</p> <p>Kata Kunci: Gout Artitis, nyeri, lansia, kompres hangat</p> <p><b>Abstract</b></p> <p><b>Background:</b> Elderly is someone who has entered the age of 60 years and over. The disease that often occurs in the elderly is Gout Arthritis. Gout Arthritis is a metabolic disease associated with a high-purine diet and alcoholic beverages. One of the non-pharmacological treatments for patients with Gout Arthritis is a warm compress. Red ginger has an anti-inflammatory effect to improve blood circulation and to relieve pain. The prevalence of Gout Arthritis in Riau is 6.8% and Kuantan Singingi Regency ranks fourth. UPTD Sentajo Health Center is one of the UPTD in Kuantan Singingi with the number of patients with Gout Arthritis as many as 361 people. <b>The purpose of this study was to</b></p>

---

determine the effectiveness of giving grated red ginger warm compresses to reduce the Gout Arthritis pain scale in the elderly. **This Methods** research is a quantitative research with a Quasi Experimental design. Determination of the sample is done by using purposive sampling technique. The sample consisted of 20 respondents, namely 10 respondents as the control group and 10 respondents as the experimental group. Data analysis consisted of univariate and bivariate using paired T test with non-parametric Wilcoxon test. **The Results** There was a significant difference in the average intensity of gout arthritis pain before and after being given a warm compress of grated red ginger ( $p = 0.008$ ). In the control group there was also a significant difference in the average pain intensity before and after being given warm water compresses ( $p = 0.024$ ).

---

**Key Words:** Gout arthritis, pain, elderly, warm compress

---

**Corresponding author:**

**Email :**

---

[yunismanroni@gmail.com](mailto:yunismanroni@gmail.com)

---

## PENDAHULUAN

Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahap akhir dari fase kehidupannya. Menurut WHO (*World Health Organisation*) di kawasan asia tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 di perkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun 2013. Berdasarkan hasil sensus penduduk di Indonesia jumlah penduduk lansia pada tahun 2006 sebesar kurang lebih 19 juta jiwa dengan usia harapan hidup 66,2 tahun. Tahun 2010, jumlah lansia sebesar 23,9 juta (9,77%) dengan usia harapan hidup 67,4 tahun. Sedangkan, pada tahun 2020 diprediksi jumlah lansia sebesar 28,8 juta (11,34%) dengan usia harapan hidup 71,1 tahun (Menko Kesra, 2008). Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging process* atau proses penuaan. Proses penuaan akan berdampak pada berbagai aspek kehidupan baik sosial, ekonomi, maupun kesehatan. Ditinjau dari aspek kesehatan dengan semakin bertambahnya usia maka lansia lebih rentan terhadap berbagai keluhan fisik baik karena faktor alamiah maupun penyakit (Fatmah, 2010).

Salah satu penyakit gangguan muskuloskeletal adalah Gout Arthritis. Gout arthritis adalah suatu penyakit metabolik (metabolic syndrom) yang terkait dengan pola makan diet tinggi purin dan minuman beralkohol. Penimbunan kristal monosodium urat (MSU) pada sendi dan jaringan lunak merupakan pemicu utama terjadinya peradangan atau inflamasi pada gout arthritis (Nuki dan Simkin, 2006 dalam Widiyanto, 2014). Gout arthritis merupakan jenis arthritis terbanyak ke tiga setelah osteoarthritis dan kelompok rematik luar sendi (gangguan pada komponen penunjang sendi, peradangan, penggunaan yang berlebihan) (Nainggolan, 2009 dalam Widiyanto, 2014).

Salah satu penanganan non farmakologis untuk penderita gout arthritis diantaranya adalah kompres, baik itu kompres hangat dan kompres dingin (Wurangian, 2014). Kompres hangat merupakan tindakan yang dilakukan untuk melancarkan sirkulasi darah dan untuk menghilangkan rasa sakit, pemberian kompres dilakukan pada radang persendian (Wurangian, 2014). Jahe merah memiliki efek anti radang untuk mengatasi peradangan dan mengurangi rasa nyeri akibat gout arthritis. efek anti radang ini disebabkan komponen aktif jahe merah yang terdiri dari gingerol, gingerdione dan zingeron yang berfungsi untuk menghambat leukotriene

dan prostaglandin yang merupakan mediator radang. Bagian tanaman jahe merah yang digunakan untuk pengobatan gout artritis adalah rimpangnya (akarnya) (Samsudin, 2016).

Hasim (2017), di Posyandu Mejing Lor RW 01 melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas kompres jahe merah dan kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lanjut usia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa di dapat perbedaan yang signifikan antara kompres jahe merah dan kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri sendi. Kompres jahe lebih efektif menurunkan nyeri dibandingkan kompres hangat. Dengan menggunakan jahe merah yang merupakan pengobatan non farmakologis yang dikenal masyarakat berupa pengobatan tradisional seperti ramuan herboldengan efek samping yang kecil dan lebih ekonomis, salah satunya adalah jahe merah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas kompres hangat parutan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout srtritis pada lansia

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif dengan desain penelitian menggunakan rancangan *Quasi eksperimental* dengan pendekatan *non equivalent control group*. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok eksperimen. Penelitian ini menggunakan kedua kelompok yang diawali dengan pengukuran (*pre-test*) kemudian pemberian intervensi pada kelompok eksperimen yaitu dengan menggunakan kompres hangat parutan jahe merah, kemudian kelompok kontrol diberikan intervensi dengan menggunakan kompres hangat dan setelah di beri intervensi diadakan pengukuran kembali (*post-test*) pada kedua kelompok.

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja UPTD Kesehatan Puskesmas Sentajo dengan jumlah sampel sebanyak 20 responden yakni 10 responden merupakan kelompok intervensi dan 10 responden kelompok control. Penelitian ini menggunakan instrument skala numeric rating scale dalam mengukur kategori nyeri pada kelompok control dan kelompok intervensi. Masing-masing kelompok akan dilakukan pengukuran nyeri terlebih dahulu kemudian diberikan intervensi berupa kompres parutan jahe merah (kelompok intervensi) dan kompres air hangat (kelompok *control*) selama 15-20 menit dan akan dilakukan pengukuran ulang dengan menggunakan numeric rating scale untuk mengukur nyeri setelah diberikan intervensi selama 7 hari. Setelah dilakukan pengumpulan data maka data akan dilakukan editing, koding, entri data, cleaning dan prosesing data dengan menggunakan analisis data terdiri dari univariat dan bivariat menggunakan uji T berpasangan dengan uji non parametrik uji Wilcoxon.

## HASIL

Adapun hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

No	Kelompok Umur	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	60-74 (usia lanjut)	16	80
2	75-90 (Usia Lanjut Tua)	4	20
	Total	20	100

Tabel 1 menunjukkan mayoritas usia responden pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen berada pada rentang usia lanjut (60-74) yaitu sebanyak 16 responden atau 80 %. Dan (75-90) yaitu sebanyak 4 responden atau 20 %.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Jenis Kelamin

No	Kelompok Umur	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Laki-Laki	8	40
2	Perempuan	12	60
	Total	20	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas jenis kelamin responden adalah perempuan yaitu sebanyak 12 responden atau 60%. Dan laki-laki yaitu sebanyak 8 responden atau 40 %.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi

Kategori	Skala Nyeri	Skala Nyeri (Pre)		Skala Nyeri (Post)	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Tidak Nyeri	0	0	0	0	0
Nyeri Ringan	1 sampai 3	0	0	1	10%
Nyeri Sedang	4 sampai 6	3	30%	8	80%
Nyeri Berat	7 sampai 9	7	70%	1	10%
Nyeri Tidak Terkontrol	10	0	0	0	0
	Total	10	100	10	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami nyeri berat sebelum diberikan kompres jahe merah yaitu sebanyak 7 responden (70%), sedangkan sesudah diberikan kompres jahe merah mayoritas responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 8 responden (80%), serta sebanyak 1 responden (10%) mengalami nyeri ringan.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Kontrol

Kategori	Skala Nyeri	Skala Nyeri (Pre)		Skala Nyeri (Post)	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Tidak Nyeri	0	0	0	0	0
Nyeri Ringan	1 sampai 3	0	0	0	0
Nyeri Sedang	4 sampai 6	7	70%	9	90%
Nyeri Berat	7 sampai 9	3	30%	1	10%
Nyeri Tidak Terkontrol	10	0	0	0	0
	Total	10	100	10	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa pada kelompok control sebelum diberikan kompres hangat mayoritas responden mengalami nyeri sedang, yaitu 7 responden (70%), sedangkan sesudah

diberikan kompres air hangat mayoritas responden tetap mengalami nyeri sedang yaitu 9 responden (90%).

Tabel 5 Distribusi Rata-Rata Skala Nyeri Kelompok Intervensi

Variabel	Mean	SD	pValue
pretest	6.40	1.350	0,008
posttest	5.40	1.174	

Tabel 5 menunjukkan bahwa rata-rata nilai skala nyeri lansia pada kelompok intervensi rata-rata nilai skala nyeri pretest adalah 6.40 dengan standar deviasi 1.350 sedangkan pemeriksaan posttest didapat rerata 5.40 dengan standar deviasi 1.174. Hasil uji statistik didapatkan nilai pvalue sebesar 0,008 yang mempunyai makna adanya pengaruh pada pemberian kompres parutan jahe merah.

Tabel 6 Distribusi Rata-Rata Skala Nyeri Kelompok Kontrol

Variabel	Mean	SD	pValue
pretest	5.60	1.174	0,024
posttest	5.60	1.058	

Tabel 6 menunjukkan bahwa rata-rata nilai skala nyeri lansia pada kelompok kontrol rata-rata nilai skala nyeri pretest adalah 5.60 dengan standar deviasi 1.174 sedangkan pemeriksaan posttest didapat rerata 5.60 dengan standar deviasi 1.058. Hasil uji statistik didapatkan nilai pvalue sebesar 0,024 yang mempunyai makna adanya pengaruh pada pemberian kompres air hangat.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa karakteristik umur responden pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol banyak dialami lansia yang berusia 60-74 tahun sebanyak 16 responden (80%). Usia 75-90 tahun sebanyak 4 responden (20%). Secara teori dijelaskan bahwa kejadian gout arthritis sangat dipengaruhi oleh penambahan usia. Lansia dengan usia di atas 60 tahun menderita gejala nyeri gout arthritis 2 kali lebih beresiko (Widyatmoko, 2008). Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Seran (2016), tentang hubungan antara nyeri gout arthritis dengan kemandirian lansia Di Puskesmas Towuntu Timur Kecamatan Pasan Kabupaten Minahasa Tenggara didapatkan hasil bahwa serangan nyeri gout arthritis lebih banyak menyerang orang tua lanjut usia yang berumur 60-74 tahun sebanyak 23 responden atau (65,7%) dari 35 responden. Mayoritas responden yang mengalami nyeri gout arthritis berada pada usia 60-74 tahun. Dikarenakan kejadian gout arthritis sangat dipengaruhi oleh penambahan usia, karena seiring penambahan usia terjadi perubahan fisiologi pada tubuh seseorang.

Gout arthritis adalah peradangan pada sendi akibat adanya endapan kristal asam urat pada sendi yang ditandai dengan nyeri dan kaku terutama saat bangun tidur dan setelah melakukan aktivitas (Asikin, 2016). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata intensitas nyeri sebelum diberikan kompres hangat parutan jahe merah untuk kelompok kontrol dan kelompok eksperimen ( $p < 0,008$ ). Intensitas nyeri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum diberikan kompres hangat parutan jahe merah rata-rata mengalami nyeri sedang dan nyeri berat. Teori ini sesuai dengan teori Tamsuri

(2007), bahwa nyeri gout artritis umumnya timbul tidak teratur, terus menerus dengan tingkat keparahan yang bervariasi mulai dari nyeri sedang sampai dengan nyeri berat.

Menurut Lyrawati (2009), menyebutkan bahwa ada beberapa alasan mengapa lansia tidak melaporkan nyeri diantaranya pasrah menerima kenyataan bahwa nyeri memang harus dialami, ketakutan/kekhawatiran bahwa melaporkan rasa nyeri yang sedang dialami akan menghilangkan otonomi pribadi seperti dirawat di rumah sakit, dan kekhawatiran bahwa nyeri merupakan tanda dari suatu penyakit serius atau bahkan menjelang kematian lansia berespon terhadap nyeri berbeda dengan cara berespon orang yang berusia lebih muda.

Hasil penelitian pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata intensitas nyeri gout artritis sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat parutan jahe merah ( $p < 0,008$ ). Kelompok eksperimen sebelum diberikan kompres hangat parutan jahe merah mengalami intensitas nyeri berat sebanyak 7 responden dan nyeri sedang sebanyak 3 responden. Setelah dilakukan kompres hangat parutan jahe merah skala nyeri gout artritis responden mengalami penurunan menjadi 1 responden mengalami nyeri berat, 8 responden nyeri sedang, dan 1 responden mengalami nyeri ringan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat parutan jahe merah sangat efektif dalam menurunkan nyeri gout artritis pada lansia yang menderita nyeri gout artritis.

Efek anti radang ini disebabkan komponen aktif jahe merah yang terdiri dari gingerol, gingerdione, dan zingeron yang berfungsi untuk menghambat leukotrine dan prostaglandin yang merupakan mediator radang (Samsudin, 2016). Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasim (2017), di Posyandu Mejing Lor RW 01 melakukan penelitian tentang perbedaan efektivitas kompres jahe merah dan kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lanjut usia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa didapat perbedaan yang signifikan antara kompres jahe merah dan kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri sendi. Kompres jahe merah lebih efektif menurunkan nyeri dibandingkan dengan kompres hangat. Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rustono, dkk (2015), di Desa Kedungwungu Kecamatan Tegowanu Kecamatan Grobongan melakukan penelitian tentang pemberian kompres hangat menggunakan jahe merah untuk meringankan skala nyeri pada pasien asam urat. Didapatkan hasil dengan pemberian kompres hangat memakai jahe merah dapat meringankan skala nyeri pada pasien asam urat.

## SIMPULAN

Perbandingan nyeri gout artritis pada lansia pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat parutan jahe merah adalah 0,008 menunjukkan adanya penurunan *mean* yang signifikan antara sebelum dan setelah pemberian kompres hangat parutan jahe merah. Perbandingan nyeri gout artritis pada lansia kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat parutan jahe merah adalah 0,008 dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat adalah 0,024 yang juga menunjukkan adanya penurunan tetapi tidak signifikan pada kelompok eksperimen yang diberikan kompres hangat parutan jahe merah.

## REFERENSI

- (1) Afriansyah N, dkk. (2013). Pokok-Pokok Hasil Riset Kesehatan Dasar Provinsi Riau. Diperoleh tanggal 06 April 2018. dari <http://www.terbitan.litbang.depkes.go.id>

- (2) Anurogo D, Wulandari A.(2013). 45 Penyakit Yang Banyak Di Temukan Di Masyarakat. yogyakarta : Andi Publisher
- (3) Arikunto S. (2014). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta
- (4) Asikin M, dkk. (2016). Keperawatan Medikal Bedah Sistem Muskuloskeletal. Jakarta : Erlangga
- (5) Damaiyanti S, Yuliana tri S. (2012). Pengaruh Kompres Jahe Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lanjut Usia. Diperoleh tanggal 05 April 2018 dari <http://www.ppj.unlam.ac.id>
- (6) Dinas kesehatan. (2017). Data Arthritis Rheumatoid Tidak Spesifik. Kuantan Singingi
- (7) Efendi F, Makhfudli. (2009). Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik Dalam Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika
- (8) Fatmah. (2010). Gizi Lanjut Usia. Jakarta : Erlangga
- (9) Ferawati. (2017). Efektifitas Kompres Jahe Merah Hangat Dan Kompres Serai Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis Remathoid Pada Lanjut Usia. Diperoleh tanggal 03 April 2018 dari <http://www.jurnal.stikesicsada.ac.id>
- (10) Hasim WR.(2017).Perbedaan Efektivitas Kompres Jahe Merah Dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Pada Lanjut Usia. Diperoleh tanggal 07 April 2018 dari <http://www.respository.umy.ac.id>
- (11) Notoatmodjo S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta :Rineka Cipta
- (12) Potter, P. A., & Perry, A. G. (2006). Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep Klinik, Proses, Dan Praktik. Vol 2 Edisi 4. Jakarta : EGC
- (13) Rasjidi i, dkk. (2010). Perawatan Paliatif Suportif & Bebas Nyeri pada Kanker. Jakarta : CV Sagung Seto
- (14) Rustono. (2015). Pemberian Kompres Hangat Menggunakan Jahe Merah Untuk Meringankan Skala Nyeri Pada Pasien Asam Urat. Diperoleh pada tanggal 05 Juli 2018 dari <http://www.respository.umy.ac.id>.
- (15) Samsudin. (2016). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscoe Var Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis, Di akses dari <http://media.neliti.com> pada tanggal 11 maret 2018
- (16) Seran, R. (2016). Hubungan Antara Nyeri Gout Arthritis Dengan Kemandirian Lansia. Diperoleh pada tanggal 02 Juli 2018 dari [http://www.ejournal.keperawatan\(e-Kp\)](http://www.ejournal.keperawatan(e-Kp)).
- (17) Widiyanto WF. (2014). Arthritis Gout dan Perkembangannya. Diperoleh tanggal 13 Maret 2018 dari <http://www.ejurnal.umm.ac.id>
- (18) World Health Organisation (WHO). (2013). Populasi lansia di perkirakan terus meningkat hingga tahun 2020.Diperoleh tanggal 15 April 2018. Dari <http://www.depkes.go.id>