

Penerapan Terapi Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis : *Literature Review*

Desy Anggraini^{1*}

¹Akademi Keperawatan Kesdam II/Sriwijaya

*Korespondensi: desyanggraini091289@gmail.com;

Abstrak: Gout Arthritis merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan serangan mendadak, berulang dan disertai dengan arthritis yang terasa sangat nyeri karena adanya endapan kristal monosium urat atau asam urat yang terkumpul di dalam sendi sebagai akibat dari tingginya kadar asam urat di dalam darah (hiperurisemia). Studi literatur ini bertujuan untuk memperoleh gambaran hasil penerapan terapi kompres jahe terhadap penurunan nyeri pada pasien gout arthritis. Metode yang digunakan dalam pengumpulan jurnal ini dengan menggunakan google scholar, garuda jurnal yang diterbitkan dari tahun 2016-2020. Berdasarkan 5 jurnal yang telah di review hasil yang didapat telah melakukan identifikasi dan menganalisis pemberian terapi kompres jahe menunjukkan adanya pengaruh terapi kompres jahe dalam penurunan nyeri pada pasien gout arthritis. Dari studi literatur ini yaitu kompres jahe berpengaruh dalam penurunan nyeri pada pasien gout arthritis.

Kata Kunci : Kompres Jahe, Nyeri, Gout Arthritis

Abstract: *Gout Arthritis is a disease characterized by sudden, recurring attacks and accompanied by arthritis that is very painful due to the deposition of urate monosium crystals or uric acid that accumulates in the joints as a result of high levels of uric acid in the blood (hyperuricemia). This literature study aims to obtain a picture of the results of the application of ginger compress therapy to the reduction of pain in gouty arthritis patients. The method used in the collection of this journal using Google Scholar, Garuda Journal published from 2016-2020. Based on 5 journals that have been reviewed the results obtained have identified and analyzed the administration of ginger compress therapy showed the influence of ginger compress therapy in reducing pain in gout arthritis patients. from this literature study, ginger compresses have an affect on reducing pain gouty arthritis patients.*

Keywords: Ginger Compress, Pain, Gout Arthritis

PENDAHULUAN

Gout Arthritis merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan serangan mendadak, berulang dan disertai dengan arthritis yang terasa sangat nyeri karena adanya endapan kristal monosium urat atau asam urat yang terkumpul di dalam sendi sebagai akibat dari tingginya kadar asam urat di dalam darah (hiperurisemia) (Junaidi,2013). Gout Arthritis merupakan salah satu penyakit yang banyak di jumpai oleh lansia (Damayanti,2012).

Lansia atau menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya

dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan (Dede Nasrullah, 2016)

Penyakit asam urat masih menjadi masalah utama dalam dunia kesehatan, dibuktikan dari berbagai kasus komplikasi dari penyakit asam urat ini seperti batu ginjal, gagal ginjal, dan lain-lain masih cukup tinggi (Damayanti, 2012). Penyakit Gout Arthritis ini ditandai dengan rasa nyeri terutama di daerah persendian tulang dan tidak jarang dan timbul pembengkakan dan rasa amat nyeri bagi penderitanya (Rampi, 2017).

Nyeri merupakan perasaan tidak nyaman, baik ringan maupun berat yang hanya dapat dirasakan oleh individu

tersebut tanpa dapat dirasakan oleh orang lain, mencakup pola pikir, aktivitas seseorang secara langsung, dan perubahan hidup seseorang (Priyoto, 2015). Berdasarkan tanda dan gejala penyakit gout arthritis adanya nyeri dengan itu dapat dilakukan terapi kompres jahe(Sari, 2017)

Dari angka kejadian penyakit Gout Arthritis dapat diberikan penatalaksanaan dengan edukasi, pengaturan diet, istirahat sendi dan pengobatan. Pengobatan dilakukan secara dini agar tidak terjadi kerusakan sendi ataupun komplikasi lain, pengobatan Gout Arthritis bertujuan menghilangkan keluhan nyeri sendi dan peradangan. (Aru, 2010). Perawat perlu memberikan intervensi atau tindakan non farmakologis untuk mengatasi nyeri. Penanganan penderita gout arthritis difokuskan pada cara mengontrol rasa sakit, mengurangi kerusakan sendi, dan meningkatkan atau mempertahankan fungsi dan kualitas hidup (gulbunddin,2017). Terapi pengobatan Non farmakologi kompres jahe merupakan tindakan yang sering kali digunakan sebagai obat nyeri persendian karena kandungan gingerol dan rasa hangat yang ditimbulkannya membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah, sehingga suplai makanan dan oksigen lebih baik dan nyeri sendi berkurang (Izza, 2014).

Terapi kompres jahe adalah suatu cara untuk meredakan nyeri dengan pemberian jahe yang mengandung senyawa gingerol dan

shogaol yaitu senyawa panas dan pedas yang terdapat didalam jahe (Sari, 2017). Dalam memberikan asuhan keperawatan gerontik ada beberapa peranan yang dapat dilakukan oleh perawat antara lain : sebagai pendidik (edukator), koordinator, pelaksana perawatan dan pengawasab kesehatan, konsultan, kolaborasi, advokasi, fasilitator, penemu kasus, modifikasi lingkungan (Mubarak,dkk, 2009).

Studi Literatur ini bertujuan untuk memperoleh gambaran hasil penerapan terapi kompres jahe terhadap penurunan nyeri pada pasien gout arthritis.

METODE

Studi Literatur yang dilakukan pada penelitian ini yaitu dengan meringkas dan menganalisis dari artikel terkait dalam penelitian ini diperoleh dari pencarian pada sumber Google Scholar berjumlah 4 artikel dan Garuda Jurnal 1 artikel. Kriteria artikel atau sumber terkait yang digunakan dalam penelitian studi literatur ini terdiri dari 5 artikel/ sumber terkait yang diterbitkan atau diunggah secara online sekitar tahun 2016-2020. Artikel atau sumber terkait tersebut tersedia full teks agar mempermudah peneliti saat menggunakan data tersebut untuk dianalisa.

HASIL

Tabel 1. Hasil temuan artikel

Sumber Artikel	Peneliti dan Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Design	Sampling	Hasil Penelitian	Simpulan dan Saran
Google Scholar	Senna et al (2017) pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan	Untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan	Quasy eksperimental (pretest- posttest)	32 responden	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan antara pemberian kelompok perlakuan kompres jahe dengan kelompok kontrol kompres hangat	Terdapat pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan
Google Scholar	Ernawati et al, (2017) pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri arthritis gout pada lansia di wilayah kerja puskesmas tanjung pinang	Untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri arthritis gout pada lansia di wilayah kerja puskesmas tanjung pinang	Pra-experiment (one group pretest posttest)	17 responden	menunjukkan secara keseluruhan ada hubungan yang bermkna antara skala nyeri sebelum dan setelah pemberian kompres hangat rebudan jahe dengan value 0,000. Pada data pre da post treatment didapatkan penurunan skala nyeri dari berat ke sedang dari skala sedang ke rendah dan tidak mengalami dari rendah ke sedang atau tinggi.	penelitian ini bahwa adanya pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri arthritis gout dan dapat dijadikan pencegahan apabila nyeri timbul pada penyakit arthritis gout
Google scholar	Ilham (2020), pengaruh kompres hangat menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis	Untuk mengetahui pengaruh kompres hangat menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gout arthritis.	Quasy experiment (pre and post test without control)	20 responden	dapat diperoleh bahwa skala nyeri sebelum (pretest) di lakukan kompres hangat menggunakan jahe merah sebesar 6.55 sedangkan sesudah (posttest) sebesar 3.90. berdasarkan uji wilcoxon diperloeh p-value pre test dan post test skala nyeri lebih kecil dari α ($\alpha=$	karena adanya pengaruh kompres hangat menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita Gout Arthritis dan dapat di jadikan alternatif sebagai pengganti obat nyer

Garuda Jurnal	Khoiroh et al (2018) kompres hangat rebusan jahe berpengaruh pada nyeri sendi lansia penderita asam urat	Untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia penderita asam urat	Pra eksperimental (one group pre test post test design)	16 responden	0,005). Sebelum diberikan kompres hangat jahe mengalami nyeri sedang senyak 10 (62,5%) responden Dan sesudah pemberian kompres hangat jahe mengalami nyeri ringan sebanyak 13 (81,25%) responden. Hasil uji statistik Wilcoxon nilai sign (2-tailed) p= 0,00 yang berarti (α hitung) \leq 0,05 maka H1 diterima dan H0 di tolak artinya ada pengaruh kompres hangat rebusan jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia penderita asam urat.	dan tetap menjaga pola makan. Penelitian ini setelah dilakukan kompres hangat rebusan jahe bahwa adanya pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat rebusan jahe terhadap penurunan nyeri sendi
Google Scholar	Whenni et al (2019) Pengaruh kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi lansia dengan arthritis gout di Dusun Plandi Jombang	Untuk mengetahui pengaruh kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi lansia dengan arthritis gout di dusun plandi jombang	Pre eksperimen (one group pre- post test design)	25 responden	Hasilnya menunjukkan responden dengan tingkat nyeri sedang berjumlah 21 orang (84.0%) dan tingkat nyeri berat berjumlah 4 orang (16.0%).	Penelitian ini adalah ada pengaruh kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi lansia dengan arthritis gout di dusun plandi jombang dan dapat menjadi referensi penurunan nyeri sendi terapi non farmakologis

PEMBAHASAN

Pembahasan penelitian ini difokuskan pada hasil penelitian dari lima (5) artikel yang didapatkan bahwa pemberian kompres jahe pada pasien gout Arthritis yaitu cara yang efektif untuk mengatasi masalah nyeri.

Hasil yang mendukung penelitian yang 5 artikel peneliti yaitu hasil penelitian yang dilakukan di PTSW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan bahwa kelompok perlakuan Kompres jahe sebelum di lakukan mengalami nyeri sedang sebanyak 16 responden dan setelah di lakukan kompres jahe mengalami nyeri ringan 13 (81.2%) responden dan 3 (18.8%) responden mengalami tidak ada nyeri. sedangkan kelompok kontrol kompres hangat sebelum di lakukan mengalami nyeri berat dan nyeri sedang masing-masing sebanyak 8 (50%) responden dan setelah dilakukan kompres hangat 9 (56.2%) responden nyeri ringan, 6 (37.5%) nyeri sedang dan 1 (6.3%) tidak ada nyeri.

Hasilnya, menggunakan analisis statistic Mann Witney didapatkan hasil pada kelompok perlakuan kelompok kontrol didapatkan nilai P-0,000 dimana rata-rata perubahan intensitas nyeri kelompok perlakuan lebih besar dari kelompok kontrol. Kesimpulan: Dimana kompres jahe lebih berpengaruh terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan (Senna et al. 2017)

Berdasarkan jurnal dan penelitian yang sudah di lakukan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Sebelum diberikan kompres hangat jahe mengalami nyeri sedang sebanyak 10 (62,5%) responden Dan sesudah pemberian kompres hangat jahe mengalami nyeri ringan sebanyak 13 (81,25%) responden. Hasil uji statistik Wilcoxon nilai sign (2-tailed) $p=0,00$ yang berarti (α hitung) $\leq 0,05$ maka H_1 diterima dan H_0 di tolak artinya ada

pengaruh kompres hangat rebusan jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia penderita asam urat. (Khoiroh et al, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan antara pemberian kelompok perlakuan kompres jahe dengan kelompok kontrol kompres hangat tentang respon penurunan intensitas nyeri dikarenakan kompres jahe lebih berpengaruh terhadap intensitas nyeri Gout Arthritis dan yang membedakan kompres jahe dengan kompres hangat, kompres jahe merupakan campuran dari air hangat dan jahe segar yang diparut sehingga efek panas dari air hangat ketika dicampurkan dengan panas dan pedas dari jahe segar akan memberikan efek panas yang lebih kuat dibandingkan dengan kompres hangat biasa. (Senna et al,2017).

Kompres jahe dapat menurunkan nyeri sendi, karena jahe dapat meningkatkan kemampuan kontrol terhadap nyeri. Jahe memiliki rasa pedas dan bersifat hangat. Beberapa kandungan dalam jahe diantaranya gingerol, limonene, a-linolenic acid, aspartic, β -sitosterol, tepung kanji, caprylic acid, capsaicin, chlorogenic acid dan farnesol. Efek farmakologis yang dimiliki jahe diantaranya, merangsang ereksi penghambat keluarnya enzim 5-lipooksigenase serta meningkatkan aktivitas kelenjar endokrin (Heriana,2009).

Pada tahapan fisiologis nyeri, kompres jahe menurunkan nyeri sendi pada tahap transduksi, dimana pada tahapan ini jahe memiliki kandungan gingerol yang mengandung siklooksigenase yang bisa menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi sehingga jahe dapat digunakan sebagai salah satu alternative pengobatan non-farmakologis untuk menurunkan nyeri sendi.

Pemberian kompres jahe merupakan tindakan yang sering kali digunakan sebagai obat nyeri persendian karena kandungan gingerol dan rasa hangat yang ditimbulkannya membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah, sehingga suplai makanan dan oksigen lebih baik dan nyeri sendi berkurang (Utami & Puspaningtyas, 2013).

Prinsip kerja dari kompres jahe adalah dengan cara memanaskan terlebih dahulu rimpang jahe diatas api atau bara dan kemudian ditumbuk atau diparut dan ditempelkan didaerah persendian yang mengalami nyeri dan kemudian dibungkus dengan menggunakan plastik untuk mengantisipasi agar kompres jahe tidak jatuh, kompres jahe ini dilakukan selama kurang lebih 20 menit.

Keunggulan dari kompres jahe adalah bahannya mudah didapat, murah, tidak mengandung bahan kimia dan tidak mengandung efek samping dengan kadar yang terlalu tinggi. Sedangkan kekurangan dari kompres jahe adalah mengakibatkan kotor pada area pengompresan. Bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri pada pasien Gout Arthritis.

Pada penelitian ini menyarankan bahwa dapat dijadikan pencegahan apabila nyeri timbul pada penyakit Gout Arthritis dan dapat dilakukan penanganan awal yaitu dengan terapi sederhana menggunakan kompres jahe hangat.

KESIMPULAN

Terdapat 5 (lima) artikel yang memiliki relevansi dengan tentang implementasi pemberian kompres jahe pada pasien Gout Arthritis dengan masalah nyeri. Pemberian Kompres jahe adalah cara untuk mengatasi penurunan masalah Nyeri pada pasien Gout Arthritis. Implementasi penerapan kompres jahe yang di

implementasikan di artikel memiliki variasi dalam pelaksanaan, sehingga perlu dilakukan metode identifikasi tentang terapi kompres jahe untuk mengurangi masalah nyeri..

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Whenni, 2019. Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Lansia Dengan Arthritis Gout
- Ernawati, 2017. Pengaruh Pemberian Kompres jahe Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia.
- Fatimah 2010. Merawat Manusia Lanjut Usia suatu pendekatan Proses Keperawatan gerontik ; Jakarta : CV Trans Info Media
- Hidayat, Aziz alimul 2014. Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Edisi 2 : Salemba Medika
- Ilham, 2020. Jurnal Kesehatan, Edisi 11 Vol 2. Pengaruh Kompres Hangat Menggunakan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada penderita Gout Arthritis.
- Kushariyadi 2010. Asuhan Keperawan pada Klien Lanjut Usia ; Malang : Salemba Medika
- Nasrullah, Dede 2016. Buku Ajar Keperawatan gerontik jlid 1, Dengan pendekatan Asuhan Keperawatan NANDA, NIC, dan NOC ; Jakarta :Trans Info Media
- Nurarif A.H Kusuma 2015. Asuhan Keperawatan berdasarkan diagnosa medis Nanda Nic-Noc edisi revisi jilid 2 ; Yogyakarta : Mediacion

Padila 2013. Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam. Yogyakarta : Nuha Medika

Priyoto 2015. Nursing Intervention Classification (NIC) dalam keperawatan Gerontik. Jakarta : Salemba Medika

Sarif la Ode, 2012. Asuhan Keperawatan Gerontik berdasarkan Nanda NIC dan NOC; Yogyakarta : Nuha Medika

Putri, Senna Qobita, 2017. Dunia keperawatan volume 5 nomor 2, September 2017. Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis pada Lansia di PTSW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan.

Umah, Khoiroh, 2018. Journal Ners Community volume 09, nomor 02, November 2018. Kompres Hangat Rebusan Jahe Berpengaruh Pada Nyeri Sendi Lansia penderita Asam Urat.

Yanita Nur Indah 2017. Berdamai dengan Asam Urat ; Jakarta : Bumi Medika