

PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH TERHADAP TINGKAT NYERI ASAM URAT

Nurul Fidiya Astutik¹Dwi Prasetyaningati²Anita Rahmawati³

¹²³STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

¹email:astutikfidiya@gmail.com²email:dwiprasetya_82@yahoo.com³email:anitarahmawati15ugm@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan Asam urat atau *gout arthritis* merupakan suatu penyakit sendi yang ditandai dengan *hiperurisemia* atau peningkatan kadar asam urat dalam darah. Penanganan dengan kompres hangat jahe merah adalah salah satu tindakan non farmakologis yang sering digunakan dalam mengatasi peradangan sendi. **Tujuan** untuk mengurangi nyeri pada penderita asam urat dengan pemberian kompres hangat jahe merah yang terkait dengan *literature* empiris yang diterbitkan lima tahun terakhir. **Desain** skripsi ini menggunakan *Literature Review*, melalui *e-Researces Perpunas* (2015-2020), *Google Scholar* (2015-2020), dan *Jurnal Ners Airlangga* (2015-2020) dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Metode Tinjauan Istilah dan pencarian memasukkan kata kunci *warm compres of red ginger, gout arthritis, and elderly*. Abstrak atau teks lengkap berasal dari penelitian yang ditinjau sebelumnya berdasarkan kriteria inklusi dan penelitian kualitas dengan menggunakan pedoman strobe. **Hasil** Penelitian pencarian dalam 10 jurnal, bahwa pemberian kompres hangat jahe merah dapat menurunkan nyeri asam urat serta penyakit radang sendi misalnya rheumatoid arthritis dengan sebelum diberikan intervensi rata-rata skala nyeri berada pada skala nyeri berat (7-9) sedangkan setelah intervensi berada diskala nyeri ringan (1-3). **Kesimpulan** Dari penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri asam urat serta radang sendi. **Saran** dapat memberikan informasi dan intervensi keperawatan secara mandiri sebagai pengobatan non farmakologi untuk membeantu mengurangi nyeri asam urat serta radang sendi lainnya dengan menggunakan kompres hangta jahe merah.

Kata kunci: Kompres hangat jahe merah, nyeri, asam urat

THE FFECT OF GIVING A WARM COMPRESSES OF RED GINGER ON THE LEVEL OF GOUT ARTHRITIS PAIN

ABSTRACT

Introduction *Gout or gout arthritis is a join disease characterized byhyperuricemia or increased levels of uric acid in the blood. Treatment with a warm compresses of red ginger is one of the non-pharmacological actions that are often used in dealing with joint inflammation. The purposeto reduce pain in gout sufferers by administering a warm compress of red ginger associated with the empirical literature published in the last five years. The design of this thesis uses a Literature Review, through e-Research National Library (2015-2020), Google Shoolar (2015-2020), and Journal Ners Airlangga (2015-2020) in Indonesian and English. Method OverviewTerms and searches entered the keywords warm compresses of red ginger, gout arthritis, and elderly. Abstract or full text comes from previously reviewed studies based on inclusion criteria and research quality using strobe guidelines. The results of research in 10 journals, that giving warm compresses red ginger can reduce gout pain and arthritis disease such as rheumatoid arthritis with before the intervention was given the average pain scale was on the severe pain scale (7-9), while after the intervention was mild pain scale (1-3). Conclusion from previous studies, it*

shows that there is an effect of giving red ginger warm compresses to reduce uric acid pain and arthritis. Suggestions can provide information and independent nursing interventions as non-pharmacological treatments to help reduce gout pain and other arthritis by using a warm compress red ginger.

Keywords: *warm compress red ginger, pain, gout arthritis*

PENDAHULUAN

Tingkat Nyeri pada sendi sering dirasakan oleh lansia yang terkena *asam urat* atau secara medis disebut sebagai *gout arthritis*. Asam urat termasuk kedalam Penyakit Tidak Menular (PTM) yaitu suatu penyakit kronis yang diderita oleh seseorang tetapi tidak bisa ditularkan ke orang lain. Asam urat dapat menyerang baik wanita maupun pria yang sehat, pada masa menopause seorang wanita kebanyakan terindikasi mengalami penyakit asam urat.

Timbulnya penyakit tidak menular seperti radang sendi, diabetes militus, stroke, serta hipertensi disebabkan oleh bertambahnya usia seseorang. Dimana semakin bertambah usia seseorang maka seluruh sistem organ mengalami sebuah penurunan (Merliana, 2019). Di negara berkembang, salah satu dari sepuluh penyebab kecacatan yaitu nyeri pada sendi. Hal tersebut dapat menimbulkan gangguan mobilitas fisik, terganggunya kemandirian serta sikap sosialisasi seseorang, dan mempengaruhi kualitas kehidupan seseorang (Syamsu, 2017). Dalam penanganan nyeri asam urat, pemberian tindakan medis (terapi farmakologis) langsung diberikan baik oleh petugas rumah sakit ataupun pihak peskesmas dibandingkan dengan tindakan mandiri (terapi non farmakologis) seperti pemberian kompres hangat jahe merah (Wali, 2019).

Di dunia angka penyakit asam urat mencapai 335 juta orang artinya sakit sendi bisa dialami oleh 1 dari 6 jiwa. Dimana terindikasi sampai 25% angka penyakit asam urat terus meningkat hingga tahun 2025. Menurut WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) menyatakan bahwa penduduk dunia terkena asam

urat mencapai 5-10% dengan usia 5 hingga 20 tahun serta pada umur 55 tahun sekitar 20% (Suryadi *et.al.*, 2015). 81% Penduduk Indonesia mengalami *gout arthritis*, 24% memilih berobat ke dokter serta kebanyakan membeli obat dari warung mencapai 71%. Hal tersebut membuat Indonesia menjadi negara dengan penderita radang pada sendi tertinggi dibandingkan negara Asia yang lain (Riskesdes, 2013). Di Jawa timur penderita asam urat mencapai 26,4% (Kemenkes RI, 2013). Menurut Dinkes (2015) penyakit sendi di Kabupaten Jombang sebanyak 18.654 orang, sedangkan yang menderita penyakit asam urat sebanyak 250 orang (Simpus Jombang Dinkes, 2019).

Asam urat sering terjadi pada lansia, hal ini ditandai dengan *hiperurisemia* atau peningkatan asam urat di dalam badan seseorang. Cara yang bisa menurunkan derajat nyeri asam urat adalah menggunakan terapi non farmakologis serta farmakologis. Terapi farmakologis yaitu tindakan memberikan obat analgesik seperti obat anti radang serta *nonsteroid* (OAINS) sebagai penurun nyeri, sedangkan diberikannya terapi kompres hangat jahe merah adalah tindakan secara non farmakologis (Ilham, 2020).

Dimana kompres hangat akan menimbulkan rasa panas, maka respon tubuh secara fisiologis antara lain dapat menstabilkan darah yang kental, otot menjadi rileks, keseimbangan metabolisme jaringan, meningkatkan permeabilitas jaringan, menumbuhkan rasa kenyamanan dan mengurangi kecemasan (Syamsu, 2017).

Bahan alami yang cocok untuk menimbulkan sensasi hangat salah satunya adalah jahe merah. Dimana mengandung

beberapa komponen seperti, pati (52,0%), minyak astiri (3,9%), serta saripati yang tercampur di dalam alkohol (9,93%) lebih banyak dari jahe gajah serta jahe emprit. Jahe merah bersifat pahit, pedas serta aromatik yang berasal dari olerasin yaitu *gingerol*, *zingeron* dan *shogaol*. Dimana terdapat anti radang dari olerasin, antioksidan yang kuat serta anti nyeri. Sehingga *olerasin* atau *zingeron* ini berguna untuk menghambat sintesis prostaglandin hingga mampu mengurangi nyeri sendi ataupun ketegangan otot (Syamsu, 2017).

Dari latar belakang masalah diatas, dapat dirumuskan tujuan *literature review* ini yaitu, Berdasarkan studi empiris dalam lima tahun terakhir mampu menunjukkan adanya pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah dalam penurunan tingkat nyeri asam urat. Selain itu hasil dari *literature review* ini mampu menjadi terapi non farmakologis yang efektif dalam mengatasi nyeri asam urat dan dapat dilakukan sendiri dirumah oleh lansia untuk kompres hangat jahe merah.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

PICOS framework adalah metode yang dapat digunakan untuk mencari sebuah artikel.

1. *Population/problem*, dalam *literature review* ini adalah pada lansia yang mengalami masalah asam urat.
2. *Intervention*, tindakan dalam *literature review* yaitu pemberian kompres hangat jahe merah
3. *Comparison*, tidak terdapat perbandingan.
4. *Outcome*, terdapat pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap penurunan tingkat nyeri pada penderita asam urat.
5. *Study design*, menggunakan desain *Quasy Eksperiment* dan *Pre Eksperimental*.

Dalam mempermudah serta menentukan jurnal yang akan digunakan, maka pencarian artikel atau jurnal dapat memakai kata kunci ataupun *boolean*

operator (AND, OR NOT or AND NOT) untuk menspesifikkan dan memperluas pencarian. “ *Warm compresses of red ginger*” AND “*gout arthritis*” AND “*elderly*” merupakan keyword yang digunakan dalam *literature review* ini. Data yang dipergunakan untuk penelitian ini yaitu data sekunder, didapat dari hasil penelitian sebelumnya dan bukan berasal dari pengamatan secara langsung. *Jurnal Ners Airlangga*, *Google.Scholar*, *e-Researces Perpunas* merupakan *database* yang digunakan untuk mencari sumber data sekunder baik berupa artikel maupun jurnal yang terkait.

Jurnal Ners Airlangga, *Google Scholar*, serta *e-Researces Perpunas* merupakan *database* yang digunakan untuk mencari *literature* ini. Kemudian memasukkan kata kunci “ *warm compresses of red ginger*” AND “*gout arthritis*” AND “*elderly*”, sehingga menemukan 2.758 jurnal yang sesuai dengan *keyword* tersebut. Sebanyak 1.732 jurnal dideteksi sebab terbit tahun 2015 kebawah, serta memakai bahasa selain bahasa Indonesia dan Inggris. Lalu jurnal dipilih kembali berdasarkan kriteria inklusi yang sudah ditentukan oleh peneliti, seperti jurnal yang memiliki judul yang sama ataupun ada tujuan penelitian yang nyaris sama seperti penelitian ini dengan mengidentifikasi abstrak pada jurnal-jurnal tersebut. Jurnal yang tidak memenuhi kriteria maka dieksklusi. Sehingga didapatkan 10 jurnal yang akan dilakukan ulasan pada setiap jurnalnya.

Literature Review disintesis memakai cara naratif dengan menggolongkan data hasil seleksi yang dinilai mampu menjawab tujuan dari penelitian ini. Jurnal penelitian yang sinkron dengan tolok ukur dibuat resume jurnal meliputi, *author*, tahun terbit, judul, metode penelitian yang dipergunakan meliputi: desain penelitian, sampling, variabel, instrumen dan analisis, hasil penelitian serta *database*.

HASIL PENELITIAN

Membuat ringkasan pada setiap artikel yang dipilih kedalam bentuk tabel, lalu dibagian bawahnya dijelaskan arti tabel serta trendnya kedalam bentuk paragraf adalah penyajian dalam *literature review* ini. Dimana didalamnya terdapat tujuan penelitian yang relevan (Nursalam and Hons, 2020).

Tabel 4.1 Karakteristik umum dalam penyelesaian studi (n=10)

No	Kategori	N	%
A.	Tahun Publikasi		
1.	2016	1	10
2.	2017	3	30
3.	2018	3	30
4.	2019	3	30
Total		10	100
B.	Desain Penelitian		
1.	<i>Quasy Eksperiment</i>	5	50
2.	<i>Pre Eksperiment</i>	5	50
Total		10	100

Tabel 4.2 Pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan tingkat nyeri asam urat

Pemberian kompres hangat jahe (<i>Zingiber Officinale Rasoe Var Rubrum</i>)	Sumber empiris utama
Bahwa Pemberian kompres hangat jahe merah (<i>Zingiber Officinale Rasoe Var Rubrum</i>) bermakna menurunkan nyeri secara signifikan pada lansia yang menderita <i>gout arthritis, arthritis reumatoid</i> dan nyeri sendi.	Marliana <i>et al.</i> (2019), Rahayu <i>et al.</i> (2017), Arlina, (2019), Yanti <i>et al.</i> (2017), Samsudin <i>et al.</i> (2016), Sunarti & Alhuda (2018), Saifah, (2018).

Bahwa diberikannya kompres hangat jahe (<i>Zingiber Officinale var. Rubrum</i>) menunjukkan efek menurunkan nyeri kepada lansia yang menderita <i>gout arthritis</i> .	Pertiwi <i>et al.</i> (2019), Qobita <i>et al.</i> (2017), Tunny <i>et al.</i> (2018).
--	--

Penelitian Pertiwi *et al.*, 2019 dengan judul "*Effect of Combination Therapy of A Warm Ginger Stew Compress and Ki.3 Point Acupressure on the pain Level of Gout Arthritis*". Berdasarkan Uji Mann-Whitney membuktikan bahwa terdapat pengurangan rata-rata tingkat nyeri dikelompok perlakuan 1.7333 dan kelompok kontrol 1.0667. Jadi ada perbedaan pengurangan tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi antar kedua kelompok dengan $p\text{ value} = 0,013$. Dimana rata-rata nyeri pada kelompok perlakuan sebelum pemberian tindakan adalah 6,5, sedangkan setelah perlakuan nilainya menjadi 4,8. Lalu pada kelompok pembandingan yang hanya diberikan terapi kompres hangat jahe sebelum diberikan intervensi rata-rata nyerinya 5, sedangkan setelah perlakuan nilainya yaitu 3,9. Hal ini membuktikan bahwa terjadi penurunan tingkat nyeri asam urat antara kedua kelompok, tetapi pada kombinasi kompres hangat jahe dan penambahan pijatan di titik Ki.3 akupressur penurunan tingkat nyerinya lebih tinggi dari pada kelompok kompres hangat jahe.

Penelitian Merliana *et al.*, 2019 dengan judul "*Differences of Warm Water Compresses and Red Ginger Against Gout Elderly Pain Levels*". Penelitian ini menggunakan 42 responden, dimana semua kelompok penelitian memiliki umur 60-74 tahun (100%), kebanyakan berjenis kelamin wanita (66,7%), kadar asam urat >7,1 mg/Dl (61,9%), skala nyeri sebelum tindakan (7-9) (59,5%), lalu setelah tindakan nyerinya (1-3) (66,7%). Hasil Uji Wilcoxon membuktikan bahwa kompres air hangat dengan $p\text{ value} = 0,00$ dan

kompres jahe merah dengan $p\text{ value} = 0,00$, hal ini artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikannya tindakan. *Uji Mann-Whitney* dengan $p\text{ value} = 0,518$ membuktikan tidak ada perbedaan kompres air hangat dan kompres hangat jahe merah, dengan nilai *mean rank* kompres jahe merah sebesar (20,50), dan *mean rank* kompres air hangat (22,50). Kompres air hangat dan kompres jahe merah mampu mengurangi rasa nyeri asam urat, tetapi kompres hangat jahe merah lebih efektif.

Penelitian Rahayu *et al.*, 2017 dengan judul “*The Effectiveness of Red Ginger Compress Therapy (Zingiber Officinale rose. Var. rubrum) on elders with Joint Pain*”. Penelitian ini menggunakan 20 responden dimana kebanyakan dari mereka adalah wanita (65%). Hasil *Uji T-test* didapatkan bahwa antara kompres hangat jahe merah dan kompres air hangat nilai sig 0,037 ($p = 0,05$), menunjukkan bahwa terdapat penurunan skala nyeri pada lansia penderita nyeri sendi. Dimana pada kelompok eksperimen rata-rata nyeri sebelum diberikan intervensi adalah 6,5, setelah perlakuan nilainya menjadi 2,5. Lalu untuk kelompok kontrol dengan pemberian kompres hangat, rata-rata skala nyeri sebelum pemberian perlakuan adalah 6,1, sedangkan setelah perlakuan nilainya 3,4. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan tingkat nyeri antara kedua kelompok, tetapi pada kompres hangat jahe merah penurunan tingkat nyerinya lebih tinggi yaitu sebesar 4 dan pada kelompok kontrol 2,7.

Penelitian Arlina, 2019 dengan judul “Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Wanita Lansia Penderita *Gout Arthritis*”. Penelitian ini menggunakan 45 responden dengan teknik *total sampling*. Dimana nilai rata-rata sebelum pemberian kompres hangat menggunakan parutan jahe merah adalah 6,76 (skala minimum 5 dan maksimum 9) dengan standar deviasi adalah 0,908. Sedangkan setelah diberikan intervensi nilai rata-rata 3,44 (dengan nilai

minimum 1 dan maksimum 6) dengan standar deviasi 1,439. Hasil *Uji Wilcoxon* membuktikan bahwa nilai $p\text{ value} = 0,001$ artinya terdapat pengaruh kompres hangat memakai parutan jahe merah pada penurunan nyeri lansia penderita *Gout Arthritis* Di PSTW Tresna Werdha Teratai Palembang.

Penelitian Qobita *et al.*, 2017 dengan judul “Pengaruh Pemberian Kompres Jahe terhadap Intensitas Nyeri *Gout Arthritis* Pada Lansia”. Penelitian ini menggunakan 32 responden dimana 16 lansia untuk kelompok perlakuan serta 16 lansia untuk kelompok kontrol (pembanding). Dimana nilai rata-rata nyeri pada kelompok perlakuan yaitu 5,06, kemudian setelah perlakuan nilainya 1,8. Lalu untuk kelompok pembanding skala nyeri sebelum diberikan intervensi rata-ratanya adalah 3,50 sedangkan setelah perlakuan menjadi 2,31. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan tingkat nyeri antara kedua kelompok tetapi pada kompres hangat jahe penurunannya lebih tinggi yaitu sebesar 3,26 dan pada kelompok kontrol 1,19. Hasil *Uji Mann-Whitney* didapatkan bahwa nilai $p\text{ value} = 0,01$ dimana rata-rata perubahan nyeri pada kelompok perlakuan lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol, dapat disimpulkan H_0 ditolak berarti terdapat pengaruh kompres hangat jahe terhadap nyeri gout arthritis di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan.

Penelitian Yanti *et al.*, 2017 dengan judul “Efektifitas pemberian kompres jahe merah (*Zingiber Officinale Rasoe Var Rubrum*) dan sereh (*Cymbopogon Citratus*) terhadap intensitas nyeri pada lansia dengan *arthritis rheumatoid*”. Penelitian ini menggunakan 24 responden dimana 8 orang sebagai kelompok eksperimen kompres jahe merah, 8 nya dari kompres sereh, dan 8 lagi sebagai kelompok kontrol. Dimana skala nyeri rata-rata pemberian kompres hangat jahe merah adalah 6,88 dan setelah perlakuan nilainya menjadi 3,94. Sedangkan pada kelompok kompres sereh nilai rata-rata nyeri sebelum diberikan intervensi adalah 6,78 dan setelah perlakuan nilainya menjadi 1,88. *Uji T-Test* kelompok kompres hangat jahe

merah nilai $p = 0.000$ sedangkan pada kompres serih $p = 0,001$. Hal itu membuktikan ada pengurangan rasa nyeri antara kedua kelompok tetapi pada kompres hangat jahe merah lebih efektif dalam menurunkan tingkat nyeri *arthritis rheumatoid* dibandingkan dengan kompres serih. Kandungan minyak astiri pada jahe merah (1-3%) sedangkan di tanaman serih kandungan minyak astirinya adalah (0,4%).

Penelitian Samsudin *et al.*, 2016 dengan judul “Pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah (*Zingiber Rasoe Var Rubrum*) terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *gout arthritis*”. Penelitian ini tidak terdapat kelompok pembanding (kontrol) dengan menggunakan responden sebanyak 30 orang. Sebelum diberikan intervensi skala nyeri pada 30 responden tersebut adalah (pada skala 3 terdapat 14 orang, pada skala 4 sebanyak 11 orang, pada skala 5 sebanyak 4 orang dan pada skala 6 sebanyak 1 orang). Sedangkan setelah pemberian intervensi didapatkan hasil skala nyeri terhadap 30 responden adalah (skala nyeri 1 sebanyak 1 orang, skala nyeri 2 sebanyak 16 orang, skala nyeri 3 sebanyak 12 orang, dan skala nyeri 6 sebanyak 1 orang). Hal ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi kebanyakan responden berada pada tingkat nyeri ringan sebanyak 16 orang, lalu setelah perlakuan pada tingkat nyeri ringan sebanyak 29 orang. Berdasarkan *Uji Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan nilai $p \text{ value} = 0,000$ dimana $p < \alpha 0,05$ maka H_0 ditolak artinya ada pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap lansia penderita *gout arthritis* di Desa Tateli Dua Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa.

Penelitian Sunarti & Alhuda, 2018 dengan judul “Pengaruh Kompres hangat jahe merah (*Zingiber Officinale Rasoe Var Rubrum*) terhadap Penurunan Skala nyeri *arthritis rheumatoid* pada lansia”. Penelitian ini menggunakan 49 responden. Dimana dalam penelitian ini tidak terdapat kelompok pembanding (kontrol). Nyeri rata-rata sebelum diberikan intervensi kompres hangat jahe merah adalah 3,60 (

dengan nyeri ringan 2 orang, nyeri sedang 8 orang, nyeri berat yaitu 6 orang dan nyeri sangat berat 4 orang). Sedangkan nilai rata-rata nyeri setelah pemberian tindakan yaitu 2,60 (tidak terdapat nyeri 2 orang, nyeri ringan 8 orang, nyeri sedang 6 orang, dan nyeri berat 4 orang). Hal ini membuktikan ada rata-rata penurunan skala nyeri dengan nilai 1 dengan hasil sebagian responden berada pada skala nyeri ringan. Berdasarkan Uji Wilcoxon nilai $p \text{ value} = 0,000$, sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri *arthritis reumatoid* pada lansia di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dan Anak Balita Di Wilayah Binjai dan Medan. Penelitian Saifah, 2018 dengan judul “Pengaruh Kompres Hangat Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Keluhan Penyakit Sendi”. Dimana nyeri sendi sebelum diberikan intervensi adalah nyeri sedang 28 orang dan nyeri berat yaitu 2 orang. Sedangkan setelah diberikan intervensi skala nyerinya adalah tanpa nyeri 19 orang, nyeri ringan 6 orang, dan nyeri sedang 5 orang. Hal ini membuktikan ada pengurangan skala nyeri sendi dengan 19 responden sudah tidak mengalami nyeri sendi. Hasil *Uji Wilcoxon* didapatkan nilai $p \text{ value} = 0,000$ sehingga ada perbedaan yang signifikan seperti intensitas, durasi dan kualitas nyeri sendi sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat air rebusan jahe merah oleh *caregiver* serta meningkatkan kualitas tidur 23 pasien (76,67%).

Penelitian Tunny *et al.*, 2018 dengan judul “*The Effect of Warm Ginger Compress Toward Pain level of Arthritis Gout Sufferer in Waimital Village, Kairatu Subdistrict, Westof Seram Regency*”. Penelitian ini menggunakan 28 responden. Dimana yang mengalami nyeri ringan adalah 3,6%, nyeri sedang adalah 42,9, sakit parah adalah 46,4% dan sakit sangat parah adalah 7,1%. Sebelum diberikan intervensi skala nyeri responden adalah 46,4% dengan kategori nyeri parah 13 orang serata 15 orang nyeri sedang. Sedangkan setelah diberikan intervensi skala nyeri rata-rata adalah 57.1% dengan

skala nyeri ringan 16 orang dan nyeri sedang 12 orang. Hal ini menunjukkan bahwa setelah pemberian kompres hangat jahe sebanyak 16 responden berada pada tingkat nyeri ringan. Hasil *Uji Wilcoxon* diperoleh *p value* = 0,000. Dengan demikian, H_0 ditolak berarti ada korelasi yang signifikan antara kompres jahe hangat dengan penurunan penderita Arthritis Gout di Desa Waimital, Kecamatan Kairatu, Barat.

Tabel 4.3 Primary Resources of Study

Resource type	Books	Original paper	Review Articles			Disertation
			Review	Systematic review	Meta-analysis	
Indonesia	-	28	7	-	-	-
English	-	2	3	-	-	-
Sum	-	30	10	-	-	-
Total	Indonesia = 35	English = 5	Total = 40			

Tabel 4.5 The content of warm compres of red ginger (*ZingiberOfficinale rose. Var. rubrum*)

Author	Warm Compres of Red Ginger (<i>ZingiberOfficinale rose. Var. rubrum</i>)
Pertiwi et al., (2019)	Kompres rebusan jahe hangat yaitu kompres yang dikombinasikan dengan jahe yang mengandung oleorasin, di mana ada zat dalam oleorasin gingerol. Gingerol berfungsi sebagai senyawa yang tidak mudah menguap. Gingerol menginduksi efek farmakologis dan fisiologis antioksidan yang dapat menghambat prostaglandin dan siklooksigenase yang dapat mengurangi rasa sakit.
Merliana	Kompres jahe merah adalah

et al., (2019)	pengobatan non farmakologis yang bisa bermanfaat dalam meredakan nyeri gout.
Rahayu et al., (2017)	Kompres jahe merah adalah kombinasi terapi hangat dan relaksasi yang memiliki efek menguntungkan pada pasien dengan nyeri sendi. Penggunaan jahe dalam bentuk kompres lebih aman dari pada penggunaan ekstrak jahe secara langsung.
Arlina, (2019)	Kompres hangat jahe merah adalah tindakan non farmakologis yang berguna menaikkan kapasitas dalam mengendalikan rasa nyeri dalam tubuh. Ciri jahe yaitu memiliki rasa pedas serta hangat.
Qobita et al., (2017)	Tindakan non framakologis terhadap asam urat selain diet purin adalah terapi kompres jahe. Dimana terdapat kandungan seperti shagaol serta gingerol yang tekenal bercirikan pahit, pedas berfungsi anti radang. Sehingga ketika diberikan kompres hangat jahe secara tidak langsung bermanfaat untuk mengurangi terjadinya kram, merendahkan nyeri yang terjadi, serta mencegah peradangan.
Yanti et al., (2017)	Respon perawat secara mandiri dalam mengatasi nyeri rheumatoid yaitu memanfaatkan terapi herbal dengan menggunakan tanaman yang dapat mengurangi nyeri seperti jahe merah. Sebab didalam jahe terbukti berkhasiat mencegah peradangan, anti nyeri, dapat digunakan sebagai antipiretik, serta untuk menekan gejala batuk.
Samsudin et al., (2016)	Manfaat tanaman jahe untuk pengobatan tidak banyak diketahui oleh masyarakat, padahal jahe sudah diteliti bisa untuk memulihkan nyeri sendi yang dirasakan seseorang. Seringkali jahe ini dipadupadankan dengan kompres hangat yang berkhasiat meredakan nyeri

	pada bagian yang membutuhkan misalnya pada bagian sendi kaki ataupun tulang.
Sunarti& Alhuda, (2018)	Kompres Jahe mempunyai khasiat dalam meredakan nyeri seperti <i>rheumatoid</i> ataupun <i>osteoarthritis</i> . Sebab memiliki cirrikhas pedas, getir, serta beraroma khas yang berasal dari <i>shagaol</i> , <i>zingerondan</i> <i>gingeron</i> . Dimana kandungan tersebut berfungsi untuk mencegah peradangan serta menghambat adanya kerusakan sel.
Saifah, (2018)	Terapi komplementer alternatif sebagai treatment penyakit sendi adalah jahe. Dimana jahe dipercaya mampu mengatasi beberapa keluhan penyakit persendian karena sebagai anti inflamasi, menurunkan nyeri dan kekakuan. Jahe merah mempunyai kandungan minyak astiri paling tinggi dibandingkan dengan varietas lain.
Tunny <i>et al.</i> , (2018)	Kompres hangat yaitu tindakan mandiri perawat dalam upaya mengurangi suhu tubuh. Kompres jahe hangat dapat meredakan nyeri asam urat. Ini adalah pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri <i>gout</i> . Ini mengandung enzim cylo-oksigenasi yang mampu mengurangi peradangan serta memiliki efek farmakologis sensasi terbakar dan pedas, di mana panas ini dapat menghilangkan rasa sakit, kekakuan dan kekejangan otot.

PEMBAHASAN

Berdasarkan 10 jurnal yang telah direview peneliti menemukan beberapa fakta tentang penelitian jahe merah yang meliputi, “Kompres hangat jahe merah terhadap penurunan tingkat nyeri asam urat”, dimana dalam penelitian tersebut

menyebutkan bahwa skala nyeri rata-rata sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah berada diskala nyeri berat (7-9) sedangkan setelah perlakuan berada diskala nyeri nyeri (1-3). Sehingga didapatkan hasil terdapat pengurangan skala nyeri terhadap penderita asam urat (Arlina, 2019 ; Samsudin *et al.*, 2016 ; Merliana *et al.*, 2019). Kejadian itu juga terdapat pada percobaan “Kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri asam urat” dimana skala nyeri sebelum dilakukan intervensi berada diskala nyeri sedang sampai berat (4-9) lalu setelah perlakuan rata-rata skala nyeri berada diskala nyeri ringan (1-3). Artinya ada penurunan skala nyeri terhadap asam urat (Tunny *et al.*, 2018 ; Pertiwi *et al.*, 2019 ; Qobita *et al.*, 2017).

Fakta selanjutnya berdasarkan penelitian “Pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri pada radang sendi” dimana semua responden rata-rata memiliki usia 50-74 tahun, didapatkan hasil bahwa sekitar 76% efektifitas terapi dicapai pada kelompok kompres hangat jahe merah (*Zingiber Officinale Rasoe Var Rubrum*) yang menunjukkan efek meminimalisir nyeri pada pengidap radang sendi. Dimana penyakit radang sendi ini mencakup *gout arthritis*, *rheumatoid arthritis* dan *osteoarthritis*, (Saifah, 2018 ; Rahayu *et al.*, 2017; Merliana *et al.*, 2019). Pada penelitian “kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri *rheumatoid arthritis*” terdapat fakta bahwa kompres hangat jahe merah juga berhasil menurunkan nyeri *rheumatoid arthritis*, dimana skala nyeri sebelum intervensi berada diskala nyeri sedang serta berat (4-9) sedangkan setelah perlakuan rata-rata skala nyerinya dinyeri ringan (1-3). Jadi terdapat penurunan skala dari kompres hangat jahe merah pada nyeri *rheumatoid arthritis* (Sunarti& Alhuda, 2018 ; Yanti *et al.*, 2017). Dalam melakukan kompres hangat jahe merah bisa berlangsung ketika pagi dan siang hari seperti di SOPselama 11 hari dengan durasi 20 menit untuk hasil yang maksimal. Kompres ini merupakan terapi yang tidak memerlukan banyak biaya karena hanya membutuhkan 3 jahe merah

rimpang yang harganya sangat terjangkau (Tunny *et al.*, 2018).

Dari 10 jurnal yang telah direview dapat ditunjang dengan teori sebagai berikut bahwa, jahe merah mampu menghilangkan nyeri asam urat sebab didalamnya terdapat kandungan *zingeron* dan *shagaol*. Difase fisiologi nyeri, kompres hangat jahe merah mampu meredakan nyeri dengan tahap rekombinasi gen antar bakteri terhadap virus fag. Dimana kandungan *gingerol* yang dimiliki oleh jahe mampu membuatterbangannya sistem penyembuhan luka sebagai perantara nyeri, hinggampu untuk menurunkan nyeri asam urat. Kandungan aktif pada jahe dari *olerasin* yang meliputi *gingerol*, *shagaol*, serta *zingeberance* adalah terbentuk dari sistem pemanasan. Degredasipanas dari *gingerol* menjadi *gingerone*, *shoagol* serta yang lain terbangun dari rimpang kering dan segar yang telah di olah. Bau jahe yang menyengat disebabkan dari senyawa keton yaitu *zingeron*. Kandungan yang terdapat pada jahe mampu menambah panas saat kompres hangat, sebab rasa yang dihasilkan dari *olerasin* mampu larut dalam air sehingga menghasilkan panas yang efektif (Samsudin *et al.*, 2016).

Studi menyebutkan bahwa terdapat suatu kandungan di dalam jahe merah yaitu minyak astiri. Minyak astiri didalam jahe merah ini lebih besar sekitar 3,9 % dibandingkan dengan jahe gajah 1,6 %, jahe emprit 3,4 % serta pada tumbuhan sereh yang hanya mengandung 0,3 %. Didalam minyak astiri terdapat senyawa *phenol* yang sudah terbukti ampuh dalam mengusir penyakit sendi atau ketegangan otot (Rahayu *et al.*, 2017). Usia dapat dijadikan sebagai salah satu faktor resiko dari asam urat, sebab semakin bertambahnya usia seseorang maka akan berlangsung proses menurunnya sistem metabolisme fisik seseorang. Hasil penelitian diatas juga dapat ditunjang dengan teori bahwa proses penuaan bisa menyebabkan masalah dalam terbangunnya enzim urikanase, yang mengoksidase asam urat sebagai alotinin yang muddibuang apabila enzim tersebut

terganggu maka mengakibatkan asam urat akan naik (Merliana *et al.*, 2019).

Berdasarkan opini, sekarang ini sebagian masyarakat terutama masyarakat awam mulai beralih menggunakan terapi non farmakologis dalam menyembuhkan berbagai macam penyakitnya. Dimana sebelumnya mereka lebih sering menggunakan pengobatan secara farmakologis seperti membeli obat yang dijual bebas diwarung ataupun apotik tanpa resep dokter. Tindakan non farmakologis dipilih karena lebih aman, tidak menjadikan ketergantungan serta biaya yang dibutuhkan jauh lebih sedikit dibandingkan dengan penggunaan tindakan farmakologis. Tindakan non farmakologis yang dapat dilakukan dalam mengurangi nyeri asam urat dan penyakit radang sendi lainnya yaitu dengan teknik kompres hangat yang menggunakan jahe merah. Dimana kompres hangat jahe merah tersebut terbukti mampu menurunkan nyeri asam urat serta penyakit radang sendi lainnya . Sebab didalamnya terdapat kandungan *zingeron* atau *shagaol* serta minyak astiri yang mempunyai kandungan anti inflamasi, analgetik, serta antioksidan yang kuat. Sehingga dapat merendahkan kekakuan otot, menghambat terbentuknya trombofilia, serta meningkatkan terbentuknya suatu energi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan 10 jurnal yang sudah direview oleh penulis dalam bab sebelumnya, hingga bisa ditarik kesimpulan bahwa kompres hangat jahe merah tidak dapat menurunkan kadar asam urat seseorang melainkan memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tingkat nyeri asam urat serta pada masalah radang sendi lainnya seperti *rheumatoid arthritis* dan *osteoarthritis*. Hal ini bisa dibuktikan dari sebelum diberikan kompres hangat jahe merah rata-rata tingkat nyeri berada diskala nyeri berat yaitu (7-9), sedangkan setelah diberikan kompres hangat jahe merah skala nyeri rata-rata berada diskala

nyeri ringan (1-3). Kemudian berdasarkan jurnal yang telah direview kompres hangat jahe merah bisa dilakukan setiap hari satu kali sampai dua kali selama 1 sampai 2 minggu untuk hasil yang lebih maksimal dengan durasi waktu 15 sampai 20 menit. Dengan menggunakan 3 sampai 5 rimpang jahe merah atau sekitar 200 hingga 500 gram dengan suhu air 40°.

Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan untuk melakukan penelitian lebih dalam lagi terhadap kandungan-kandungan pada jahe merah dan kompres hangat. Serta bisa menemukan penghantar panas yang lebih baik lagi sehingga dapat menghasilkan panas yang lebih maksimal.
2. Bagi Tenaga Kesehatan
Diharapkan hasil *literature review* ini mampu dijadikan salah satu pengobatan nonfarmakologis dalam meredakan nyeri asam urat serta penyakit radang sendi dibandingkan dengan tindakan farmakologis yang dapat menimbulkan ketergantungan.
3. Bagi penderita asam urat
Untuk responden yang menderita asam urat dapat menggunakan terapi nonfarmakologis yaitu kompres hangat jahe merah dalam menurunkan nyeri asam urat serta penyakit radang sendi lainnya.

KEPUSTAKAAN

Arlina (2019) 'Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Wanita Lansia Penderita Gout Arthritis di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang', *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 9(18), pp. 131–135.

Ilham (2020) 'kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri asam urat', *jurnal kesehatan*, 2(2), pp. 14–19.

Merliana, *et al.* (2019) 'Perbedaan Kompres Air Hangat dan Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Gout Lansia', *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 2(2), pp. 169–175.

Pertiwi, *et al.* (2019) 'The Effect of Combination Therapy of A Warm Ginger Stew Compress and Ki. 3 Point Acupressure on The Pain Level of Gout Arthritis Patients In Indonesia', *Jurnal Ners*, 14(2), p. 151. doi: 10.20473/jn.v14i2.9199

Qobita, *et al.* (2017) 'Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan', *jurnal Ilmu Keperawatan*, 3(1), pp. 90–95

Rahayu, *et al.* (2017) 'The Effectiveness of Red Ginger Compress Therapy (Zingiber officinale rosc. var. rubrum) on Elders with Joint Pain', *jurnal keperawatan*, 2(1), pp. 374–380. doi: 10.2991/hsic-17.2017.58.

Saifah, A. (2018) 'Pengaruh Kompres Hangat Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Keluhan Penyakit Sendi Melalui Pemberdayaan Keluarga', *Jurnal Kesehatan Tandulako*, 4(3), pp. 37–47.

Samsudin, *et al.* (2016) 'Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscoe Var Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada penderitagout Artritis Di Desa Tateli Dua Kecamatan Mandolang Kabupeten Minahasa', *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 4(1), pp. 88–93.

Sunarti & Alhuda (2018) 'Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscoe) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lansia Di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia dan Anak Balita Wilayah Binjai Dan Medan',

jurnal Keperawatan Priority, 1(1), pp. 48–60.

Syamsu, A. D. (2017) ‘Perbandingan Kompres Jahe Merah dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia’, *jurnal keperawatan*, 7(2), pp. 34–42.

Tunny, et al (2018) ‘The Effect of Warm Ginger Compress Toward Pain Level of Arthritis Gout Sufferer in Waimital Village, Kairatu Subdistrict, West of Seram Regency’, *Jurnal Health Notions*, 2(7), pp. 788–791.

Yanti, et al. (2017) ‘Jurnal Efektivitas Pemberian Kompres Jahe merah dan Sereh Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Arthritis Rheumatoid’, *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 1(2), pp. 43–46.