

MANAJEMEN PEMBERIAN TERAPI NON FARMAKOLOGIS KOMPRES JAHE MERAH SEBAGAI ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN ARTRITIS GOUT

Shindy Nutiana¹, Juli Andri^{2*}

¹Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Article info	Abstract
Key words: <i>Gout arthritis, older adults, red ginger compress, chronic pain, physical mobility.</i> *Corresponding author: Juli Andri. Program Studi Ilmu Keperawatan. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu Email: juliandri@umb.ac.id	<i>A joint disorder that happen because of uric acid crystals accumulated, which may result in chronic pain, joint stiffness, and impaired physical mobility in older adults is gout arthritis. A warm red ginger compress is an intervention of non-pharmacological intervention in helping for reducing wound through its warming effect and the anti-inflammatory and analgesic properties of gingerol and shogaol. This Final Scientific Work for Nurses aimed to analyze the application of warm red ginger compresses as nursing care for older adults with gout arthritis at the Tresna Werdha Social Institution in Bengkulu. For measuring teh pain was used the Numeric Rating Scale (NRS), that findings shown the reduction for pain values. Mr. J's pain decreased from 6 to 1, Mr. L's from 6 to 2, and Mrs. S's from 7 to 2. In addition, all three clients showed improvement in physical mobility. The warm red ginger application in compresses can help the lessing chronic pain and improve physical mobility in older adults with gout arthritis.</i>

PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan fase kehidupan yang berlangsung seiring dengan proses penuaan. Pada tahap ini terjadi perubahan pada berbagai fungsi tubuh sebagai bagian dari aging process (Adriani, 2021). Penurunan fungsi fisiologis dan kemampuan fungsional dapat memengaruhi kondisi serta ketahanan tubuh lansia (Priharwanti, 2024). Pertambahan usia dapat meningkatkan kerentanan lansia terhadap berbagai gangguan kesehatan. Perubahan sistem muskuloskeletal dapat menurunkan fungsi sendi dan kemampuan melakukan aktivitas fisik. Pada gout arthritis, nyeri serta kekakuan dapat memperbesar keterbatasan aktivitas dan mobilitas sehari-hari (Lestari et al., 2024).

Mengompres jahe merah dengan hangat mampu dipilih untuk menjadi tindakan nonfarmakologis guna membantu mengendalikan rasa sakit untuk yang menderita arthritis gout. Gejala panas pada jaringan mampu mendukung vasodilatasi dan sirkulasi lokal serta memberikan kenyamanan pada sendi yang

nyeri atau kaku (Sihotang et al., 2024).

Jahe merah yang dimanfaatkan menjadi terapi komplementer didukung oleh kandungan senyawa aktif di dalamnya. Beberapa hasil penelitian melaporkan perubahan intensitas nyeri setelah dikompresnya jahe merah yang hangat untuk usia lanjut yang mempunyai gout arthritis, sehingga tindakan ini dapat dipertimbangkan dalam praktik keperawatan nonfarmakologis (Sihotang et al., 2024).

METODE

Kajian ini menerapkan metodenya secara deskriptif melalui pendekatannya *study-cases*. Lansia penderita gout arthritis memperoleh kompresan jahe merah yang hangat, kemudian intensitas rasa sakitnya dinilai melalui Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan setelah tindakan diberikan (Lestari et al., 2024).

Terapi dilakukan secara teratur dengan penilaian level rasa sakitnya terhadap keadaan ketika belum dan sudah dikompres. Penerapan selama tujuh hari juga pernah digunakan pada studi kasus lansia dengan gout arthritis dan dilaporkan menghasilkan perubahan tingkat nyeri (Muchlis & Ernawati, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Selama tujuh hari pelaksanaan intervensi, ketiga pasien memperlihatkan penurunan skala nyeri. Perubahan tersebut menunjukkan adanya peningkatan kenyamanan setelah memperoleh kompresan jahe merah yang hangat sebagai tindakan nonfarmakologis terhadap usia lanjut berpenyakit arthritis gout. Temuan studi kasus ini mendukung laporan Sihotang et al. (2024). Melakukan perancangan satu grup dengan adanya test (sebelum dan sesudah). Kajiannya ini melaporkan adanya tingkatan rasa sakit yang menurun terhadap usia lanjut berpenyakit gout arthritis sesudah dikompres dengan jahe merah hangat.

Syabhana et al. (2024) melaporkan hasil yang searah, yaitu adanya manfaat pengkompresan jahe merah yang hangat kepada rasa sakit yang menuru untuk klien arthritis gout. Tindakan tersebut diterapkan dalam asuhan keperawatan gerontik dan dapat menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis. Perbaikan juga terlihat pada kemampuan mobilitas ketiga pasien. Berkurangnya keluhan nyeri dan kekakuan membuat pasien lebih nyaman ketika bergerak, berdiri, berpindah posisi, maupun berjalan. Hal ini menunjukkan bahwa pengelolaan nyeri secara nonfarmakologis dapat mendukung pelaksanaan aktivitas.

Hal tersebut sesuai dengan Lestari et al. (2024), yang menjelaskan bahwa nyeri akibat gout arthritis dapat membatasi aktivitas lansia. Ketika intensitas nyeri dapat

dikendalikan melalui kompres hangat jahe, kemampuan pasien untuk menjalankan aktivitas dapat ikut terbantu.

PEMBAHASAN

1) Karakteristik Pasien Berdasarkan Usia

Pengkajian terhadap Tn. J, Tn. L, dan Ny. S menunjukkan adanya gangguan mobilitas fisik yang berkaitan dengan kekakuan sendi. Keluhan nyeri dan kesulitan menggerakkan ekstremitas menjadi tanda yang ditemukan. Pada lansia dengan gout arthritis, kondisi tersebut dapat membatasi pelaksanaan aktivitas sehari-hari.

Tn. J mengalami hambatan bergerak yang berkaitan dengan nyeri pada kedua lutut. Pada Tn. L, keterbatasan gerak berhubungan dengan keluhan pada lutut dan pergelangan kaki. Ny. S masih mengalami keterbatasan mobilitas dan menggunakan tongkat ketika berjalan. Temuan tersebut mendukung penetapan diagnosis gangguan mobilitas fisik pada ketiga pasien.

Evaluasi hari ketujuh menunjukkan perkembangan mobilitas. Tn. J menyampaikan bahwa kakinya tidak lagi terasa kaku ketika digerakkan, sedangkan Tn. L merasakan kondisi lutut lebih baik saat bergerak. Ny. S tampak mengalami peningkatan kemampuan berjalan dan sudah dapat berjalan mandiri. Dengan hasil tersebut, gangguan mobilitas fisik dinilai teratasi dan tindakan dihentikan.

Penurunan nyeri serta kekakuan setelah terapi dapat meningkatkan kenyamanan pasien ketika melakukan gerakan. Temuan ini mendukung hasil penelitian Sihotang et al. (2024) mengenai penggunaan akan mengompres dengan jahe merah hangat guna membantu mengurangi rasa sakit terhadap usia lanjut berpenyakit gout arthritis.

Menurut penulis, keterbatasan mobilitas pada arthritis gout tidak terlepas dari keluhan nyeri dan kekakuan sendi. Pengurangan kedua keluhan tersebut dapat membuat pasien lebih nyaman dalam menggerakkan ekstremitas, mengubah posisi, berdiri, serta berjalan

2) Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin

Ketiga pasien mencakup atas satu perempuan serta dua laki-laki. Kejadian gout arthritis lebih banyak ditemukan pada laki-laki, tetapi perempuan setelah menopause juga berisiko mengalami kondisi ini. Faktor perubahan hormonal dan proses penuaan dapat turut memengaruhi risiko tersebut (Syahbana et al., 2024).

SIMPULAN

1. Pengkajian

- a) Tn. J berusia 74 tahun, berjenis kelamin laki-laki, seorang supir angkot, tamatan SMA, tinggal di Bengkulu selatan, telah menikah, beragama islam dan didiagnosa Atritis gout. Pasien mengeluh nyeri pada kedua lututnya. Pasien tampak memegang lututnya.
- b) Tn.L berusia 74 tahun, berjenis kelamin laki-laki, tinggal di Bengkulu selatan, beragama islam dan mengalami keluhan nyeri pada kedua lutut dan pergelangan kakinya.
- c) Ny. S berusia 67 tahun, berjenis kelamin perempuan, tinggal di kota Bengkulu, beragama islam dan mengalami keluhan nyeri kaki Pasien mengatakan sudah >3 bulan ini mengeluhkan sakit lutut menjalar ke pergelangan kaki dan jari-jari kakinya.

2. Diagnosa

Hasil pengkajian menunjukkan diagnosis keperawatan berupa nyeri kronis yang berhubungan dengan gangguan muskuloskeletal, ditandai oleh keluhan nyeri pada lutut dan kaki yang menjalar ke pergelangan hingga jari-jari kaki. Diagnosis tersebut digunakan sebagai fokus utama dalam penerapan kompres jahe merah.

3. Intervensi

Tindakan yang diberikan kepada Tn. J, Tn. L, dan Ny. S berupa kompres hangat jahe merah sebagai intervensi nonfarmakologis.

4. Implementasi

Implementasi kompres hangat jahe merah dilakukan pada diagnosis nyeri kronis (D.0078) dan gangguan mobilitas fisik (D.0054) pada Tn. J, Tn. L, serta Ny. S dengan tujuan membantu mengurangi keluhan nyeri sendi akibat arthritis gout.

5. Evaluasi

Ketiga pasien memperoleh kompres hangat jahe merah selama tujuh hari. Hasil evaluasi menunjukkan berkurangnya keluhan nyeri sendi pada lansia sehingga intervensi dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan nonfarmakologis.

REFERENSI

- Agustini, N., dkk. (2024). Analisis Kebijakan Kesehatan dan Kesejahteraan Lanjut Usia di Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 45–56.
- Angelia, N., Suciliyana, Y., & S. A. K. (2025). Analisis faktor risiko kejadian gout arthritis pada lansia. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 7(4).
- Arisandy, W., Suherwin, & Nopianti. (2023). Penerapan kompres hangat dengan jahe merah pada rheumatoid arthritis terhadap nyeri kronis. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 8(1), 45–53.
- Jayanti, A. I., & Siauta, V. A. (2025). Hubungan status gizi dengan kejadian gout arthritis pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Wuasa Kabupaten Poso. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 7412–7417.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Putri, G. I., Rahmiwati, & Yesti, Y. (2021). Pengaruh pemberian kompres bubuk jahe merah terhadap nyeri pada lansia dengan gout arthritis. *REAL in Nursing Journal*, 4(1).
- Rahmawati, A., & Kusnul, Z. (2021). Potensi kompres hangat jahe merah sebagai terapi komplementer terhadap pengurangan nyeri artritis gout. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 3(1), 7–12.
- Sihotang, S. D., Nurfitriani, N., Ramadhani, D. Y., & Pebrianti, D. K. (2024). Efektivitas kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout pada lanjut usia. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 13(1), 115–120.
- Siregar, P. N. E. S. (2025). Pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap penurunan tingkat nyeri pada lansia dengan gout arthritis di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai. *Poltekkes Kemenkes Medan*.
- Syabhana, A., Nurmajidah, W. A., & Prasetyawan, R. D. (2024). Penerapan kompres hangat jahe merah pada asuhan keperawatan gerontik klien gout arthritis dengan masalah keperawatan nyeri akut di Puskesmas Wongsorejo. *Professional Health Journal*, 5(2), 498–505.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*. Jakarta: DPP PPNI.
- Youlandari, E., Zulfitri, R., & Fitri, A. (2023). Hubungan karakteristik nyeri dengan kualitas tidur lansia gout arthritis. *Jurnal Ners*, 7(2), 1519–1526.