

PENGARUH KOMPRES HANGAT MENGGUNAKAN JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PENDERITA GOUT ARTHRITIS

Ilham

Stikes Bina Generasi Polewali Mandar

ABSTRACT

Background: Gout arthritis is one of the most common joint inflammatory diseases, which is characterized by the buildup of monosodium urate crystals in or around the joints causing pain. Based on data from the World Health Organization (WHO, 2017), the prevalence of gout arthritis in the world is 34.2%. Gout arthritis often occurs in developed countries like America. The prevalence of gout arthritis in the United States is 26.3% of the total population. The increase in the incidence of gout arthritis does not only occur in developed countries. However, an increase also occurs in developing countries, one of which is in Indonesia. Management of gout arthritis can be done with a warm compress using red ginger. The purpose of this study was to determine the effect of warm compresses using red ginger on decreasing pain scale in patients with gout arthritis in Lantora Sub-District, Polewali District, Polewali Mandar District in 2019. This study was a "quasy experiment" study with the design and design of Pre and Post test without control (Control yourself), sampling using Non probability sampling with Consecutive sampling technique, the sample in this study were 20 respondents according to the inclusion criteria. The instruments used were warm compresses, red ginger, water thermometer and numeric rating scale (NRS) observation sheet. This study used Wilcoxon Test statistical analysis. The results obtained p value 0.000 where $p < \alpha 0.05$, H_0 is rejected and it can be concluded that there is an influence of warm compresses using red ginger on the reduction of pain scale in patients with gout arthritis in Lantora Village Work Area of Massenga Health Center Polewali District, Polewali Mandar District 2019.

Keywords : *Gout arthritis, red ginger, warm compresses, pain*

PENDAHULUAN

Arthritis pirai (*gout*) adalah penyakit yang sering ditemukan dan tersebar di seluruh dunia. *Arthritis* pirai merupakan kelompok penyakit heterogen sebagai akibat dari deposisi kristal monosodium urat pada jaringan atau akibat supersaturasi asam urat didalam cairan ekstraseluler. Manifestasi klinik deposisi urat meliputi *arthritis gout* akut, akumulasi kristal pada jaringan yang merusak tulang (*tofī*), batu asam urat dan yang jarang adalah kegagalan ginjal (*gout nefro-pati*). Gangguan metabolisme yang berdasarkan gout adalah *hiperurisemia* yang didefinisikan sebagai peningkatan kadar urat lebih dari 7,0 ml/dl dan 6,0 mg/dl (Setiati, 2017).

Asam urat sebenarnya bukan jenis penyakit baru. Semenjak zaman penjajahan, di Indonesia sudah mulai ditemukan kasus penyakit *arthtritis gout* (asam urat tinggi) ini. Pada tahun 1935, seorang dokter belanda melakukan penelitian penyebaran penyakit *arthtritis gout* ini pertama kali di Indonesia. Saat

itu, kalangan masyarakat kurang mampu di pulau jawa ditemukan sekitar 15 kasus *arthtritis gout* berat (Suriana, 2014).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2017), prevalensi *gout arthritis* di dunia sebanyak 34,2%. *Gout arthritis* sering terjadi di Negara maju seperti Amerika. Prevalensi *gout arthritis* di Negara Amerika sebesar 26,3% dari total penduduk. Peningkatan kejadian *gout arthritis* tidak hanya terjadi di negara maju saja. Namun peningkatan juga terjadi di Negara berkembang, salah satunya di Negara Indonesia (Kumar & Lenert, 2016) (Angriani, 2018).

Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas) Indonesia Tahun 2013, prevalensi penderita *gout arthritis* yang paling tinggi yaitu di Bali yang mencapai 19,3%. Di Sulawesi Utara juga merupakan salah satu prevalensi tertinggi penderita *gout arthritis* yaitu mencapai 10,3% (Madoni, 2018).

Asam urat dapat tertimbun dimana saja. Namun, biasanya terjadi di sendi dan juga jaringan lainnya. Selain itu, bisa juga di ginjal dan saluran kecing, jantung, telinga bahkan kelopak mata. Tumpukan asam urat di sendi dan jaringan sekitar sendi akan menyebabkan penyakit *gout*, baik *gout* akut ataupun kronis. Timbunan asam urat di ginjal dan saluran kecing akan menyebabkan penyakit ginjal yang bisa berkembang menjadi gagal ginjal permanen (Soeroso and Algristian, 2012).

Adapun cara-cara untuk menurunkan nyeri sendi menurut Potter dan Perry (2006), yaitu dengan cara terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi yaitu tindakan pemberian obat sebagai penurun nyeri. Biasanya dengan pemberian obat-obat *analgetik* seperti pemberian Obat Anti *Inflamasi Nonsteroid* (OAINS), (Zuriati, 2017).

terapi non farmakologi yang dapat digunakan dalam menurunkan nyeri sendi antara lain: kompres hangat, bimbingan antisipasi, distraksi, hipnosis diri, stimulasi kutaneus (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*, TENS), masase kulit, dan relaksasi (Zuriati, 2017).

Selain itu terapi non farmakologi lainnya yang dapat digunakan yaitu terapi menggunakan jahe merah. Jahe merah merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri, karena efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas dimana dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah, manfaat yang maksimal akan dicapai dalam waktu 20 menit sesudah aplikasi panas (Brunner and Suddarth, 2001), (Zuriati, 2017).

Dalam pembuatan terapi jahe merah, hal yang harus di perhatikan yaitu cara pengelolaannya. Menurut Dr. Abrijanto pakar herbal, (*Business Director Herbal Medicine*) mengatakan untuk mendapatkan manfaat optimal dari jahe yaitu dengan tidak memasak sampai mendidih atau di seduh dengan air panas, karena akan kehilangan senyawa aktif yang dikandungnya seperti senyawa *flavonoioda* dan *saponin*, dimana manfaat dari senyawa tersebut yaitu sebagai antiinflamasi, antijamur, antikanker hingga menguatkan sistem tubuh.

Berdasarkan hasil study pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Massenga. Data yang didapatkan pada bulan Januari-Oktober 2018 adalah sebanyak 1.888

orang yang menderita penyakit *gout arthritis*. Dari 3 Kelurahan yang di naungi oleh Puskesmas Massenga, Kelurahan yang memiliki penderita *gout arthritis* terbanyak adalah Kelurahan Lantora sebanyak 425. Setelah mewawancarai 3 orang yang mengalami *gout arthritis* didapatkan hasil bahwa gejala pada umumnya sama yaitu nyeri sendi, bengkak dan menjalar hingga mengganggu aktivitas klien dan kadang-kadang sampai tidak bisa berjalan. Pada umumnya nyeri sering muncul secara mendadak. Saat nyeri sendi menyerang penanganan yang dilakukan yaitu mendatangi pelayanan kesehatan untuk meminta obat agar nyeri berkurang. Dan bahkan ada juga yang menahan nyeri tersebut. Dari ketiga pasien juga mengatakan bahwa belum pernah mendapatkan terapi kompres hangat menggunakan jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “pengaruh kompres hangat menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *gout arthritis* di Kelurahan Lantora Wilayah Kerja Puskesmas Massenga Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian “*quasy experiment*” dengan desain/rancangan *Pre and Post test without control* (Control diri sendiri), pada desain ini penelitiannya melakukan intervensi pada satu kelompok tanpa pembandingan. Efektivitas perlakuan dinilai dengan cara membandingkan nilai *pre test* dengan *post test* (Kelana, 2017).

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di Kelurahan Lantora Wilayah Kerja Puskesmas Massenga Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar. Waktu penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Mei 2019.

Populasi dan Sampel

Pengambilan sampel menggunakan *Non probability sampling* dengan teknik *Consecutive sampling*, jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 20 responden. Instrumen yang digunakan adalah kompres

hangat, jahe merah, thermometer air dan lembar observasi *numeric rating scale* (NRS). Penelitian ini menggunakan analisis statistik Uji *Wilcoxon*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan Umur Pada Penderita Gout Arthritis

Umur	F	(%)
36-45	4	20.0
46-55	8	40.0
56-65	4	20.0
> 65	4	20.0
Total	20	100.0

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa distribusi umur responden yang berusia 36-45 tahun sebanyak 4 orang (20,0%), umur 46-55 tahun sebanyak 8 orang (40,0%), umur 56-65 tahun sebanyak 4 orang (20.0) dan umur > 65 tahun sebanyak 4 orang (20,0%).

Jenis Kelamin

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan Jenis Kelamin Pada Penderita Gout Arthritis

JK	F	(%)
Laki-Laki	8	40.0
Perempuan	12	60.0
Total	20	100.0

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa distribusi jenis kelamin responden laki-laki sebanyak 8 orang (40,0%), dan perempuan sebanyak 12 orang (60,0%).

Analisa Univariat

Tabel 3. Distribusi Responden Sebelum (Pretest) Di Lakukan Kompres Hangat Menggunakan Jahe Merah Pada Responden Gout Arthritis Terhadap Penurunan Skala Nyeri

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Pre Test	6.55	1.669	4-10

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 3 diperoleh nilai rata-rata (*mean*) skala nyeri *pretest* sebesar 6.55 dengan standar deviasi sebesar 1.669. Dengan nilai skala nyeri terendah 4 dan tertinggi 10.

gout arthritis sesudah (*posttest*) kompres hangat menggunakan jahe merah

Tabel 4. Distribusi Responden Sesudah (Posttest) Di Lakukan Kompres Hangat Menggunakan Jahe Merah Pada Responden Gout Arthritis Terhadap Penurunan Skala Nyeri

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Pre Test	3.90	1.518	2-7

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4 diperoleh nilai rata-rata (*mean*) skala nyeri *posttest* sebesar 3.90 dengan standar deviasi sebesar 1.518. Dengan nilai skala nyeri terendah 2 dan tertinggi 7.

Analisis Bivariat

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Dengan Menggunakan *Shapiro-Wilk* Pada Responden Gout Arthritis

Variabel	Z	P-value	Kesimpulan
Pre Test	0.952	0.393	Normal
Post Test	0.908	0.059	Normal
Selisih Pre dan post	0.626	0.000	Tidak Normal

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat menggunakan jahe merah mempunyai nilai signifikan (0.393 dan 0.059) yang *p value* > 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Sedangkan uji normalitas data selisih skala nyeri sebelum dan sesudah nilai *p value* (0.000) dapat di simpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal, karena nilai *p value* nya < 0.05. Karena selisih skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi tidak berdistribusi normal, maka uji hipotesis yang digunakan adalah uji analisis *wilcoxon*.

Hasil Uji *Wilcoxon*

Tabel 6. Analisis Hasil Uji *Wilcoxon* Pada Penderita *Gout Arthritis* Di Kelurahan Lantora Wilayah Kerja Puskesmas Massenga Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2019

Variabe	Mean	P Value	Keputusan
Pre Test	6.55		
		0.000	Ho ditolak
Post Test	3.90		

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan Tabel 6 dapat diperoleh rata-rata (*mean*) skala nyeri sebelum (*pretest*) di lakukan kompres hangat menggunakan jahe merah sebesar 6.55 sedangkan sesudah (*Posttest*) dilakukan kompres hangat menggunakan jahe merah rata-rata (*mean*) sebesar 3.90.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *Uji wilcoxon* di peroleh *P-value pre test* dan *post test* skala nyeri 0,000 yang berarti *P value pre* dan *post test* skala nyeri lebih kecil dari α ($\alpha = 0,005$). Dengan kata lain Ho ditolak dan Ha diterima karena ada pengaruh kompres hangat menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *gout arthritis* di Kelurahan Lantora Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Hasil penelitian yang dilakukan pada responden *gout arthritis* di peroleh rata-rata (*mean*) sebelum dilakukan kompres hangat menggunakan jahe merah sebesar 6.55 dan sesudah dilakukan kompres hangat menggunakan jahe merah terjadi penurunan skala nyeri, dimana rata-rata (*mean*) di peroleh sebesar 3.90.

Hal ini disebabkan karena jahe merah memiliki efek antiradang sehingga dapat di gunakan untuk mengatasi peradangan dan mengurangi rasa nyeri akibat asam urat. Efek anti radang ini sebabkan komponen aktif jahe merah yang terdiri dari *gingerol*, *gingerdione* dan *zingeron* yang berfungsi menghambat *leukotrien* dan *prostaglandin* yang merupakan mediator radang (Herliana, 2013).

Kompres jahe merah adalah perpaduan antara terapi hangat dan terapi relaksasi yang

mana dapat memberikan manfaat bagi penderita nyeri sendi. Kandungan yang dimiliki jahe merah jauh lebih tinggi dibandingkan jenis jahe lainnya seperti kandungan minyak atsiri dan *aerosol* sehingga sangat baik untuk di buat ramuan obat-obatan. Jahe merah sendiri memiliki efek farmakologis dan fisiologi seperti memberikan efek rasa panas, antiinflamasi, analgesik, antioksidan antitumor, antimikroba, antidiabetik, antiobesitas, antiemetik (Rahmani, et al, 2014). Selain dengan memberikan efek panas, jahe juga memberikan efek pedas di mana rasa panas ini menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah, spasme otot serta meredakan nyeri (Rusnanto dkk, 2015).

Hasil yang didapatkan diperkuat dengan penelitian yang telah di lakukan Putri (2017) yang meneliti tentang pengaruh kompres jahe terhadap intensitas nyeri *gout* pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan didapatkan hasil nyeri responden menurun setelah di berikan kompres jahe.

Analisa Bivariat

Berdasarkan table 6 hasil uji statistik menggunakan *Uji wilcoxon* di peroleh nilai *P-value pre test* dan *post test* skala nyeri 0,000 yang berarti *P value pre* dan *post test* skala nyeri lebih kecil dari α ($\alpha = 0,005$). Dengan kata lain Ho ditolak dan Ha diterima yang artinya terdapat pengaruh kompres hangat menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *gout arthritis* di Kelurahan Lantora Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar.

Menurut (Depkes RI, 2011) kompres jahe adalah salah satu kombinasi antara terapi hangat dan terapi relaksasi yang bermanfaat pada penderita nyeri sendi. Penggunaan jahe dalam bentuk kompres lebih aman di bandingkan dengan penggunaan ekstrak jahe secara oral. Jahe memiliki efek farmakologis dan fisiologis seperti antiinflamasi, antioksidan, antitumor, antimikroba, anti-diabetik dan antiemetik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusnoto dimana hasil yang didapatkan ada pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Jahe untuk Meringankan Skala Nyeri pada Pasien Asam Urat di Desa Kedungwungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan Tahun 2015.

Secara teori tindakan non farmakologis selain diet purin yaitu dapat diberikan terapi

kompres jahe, karena jahe mengandung senyawa *gingerol* dan *shogaol* yaitu senyawa panas dan pedas yang terdapat di dalam jahe. Jahe memiliki sifat anti inflamasi non steroid dimana jahe dapat menekan sintesis *prostaglandin-1* dan *siklooksigenase*. Sehingga ketika diberikan kompres jahe rasa pedas dari kompres tersebut akan mengurangi peradangan, meredakan nyeri, kaku, dan spasme otot (Putri, 2017).

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Izza tahun 2014 tentang perbedaan efektifitas pemberian kompres air hangat dan pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di Unit Rehabilitasi sosial wening wardoyo Ungaran dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pemberian terapi kompres air hangat dan kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi lansia di unit Rehabilitasi Social Wening Wardoyo Ungaran, dimana pemberian terapi kompres jahe lebih efektif dibandingkan pemberian terapi kompres air hangat.

Menurut Lestari (2014), manfaat kompres jahe yaitu mengurangi nyeri karena jahe yang bersifat hangat. Sifat yang hangat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai kompres hangat menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *gout arthritis* di Kelurahan Lantora Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2019. Dimana hasil uji statistik menggunakan *Uji wilcoxon* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000$, dan nilai $\alpha = 0,005$, dimana $p < \alpha$ yang artinya terdapat pengaruh kompres hangat menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *gout arthritis* di Kelurahan Lantora Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2019.

Saran

Bagi Responden

Bagi responden diharapkan untuk dapat mengaplikasikan kompres hangat menggunakan jahe merah setiap kali merasakan nyeri, yang dapat dijadikan alternatif sebagai pengganti obat-anti nyeri dan tetap menjaga

pola makan sesuai yang disarankan untuk menurunkan kadar asam urat yang dapat menyebabkan nyeri sendi akibat *gout arthritis*

Bagi profesi perawat

Di harapkan dapat digunakan oleh perawat dalam penanganan non farmakologi terhadap klien yang mengalami nyeri. Bukan hanya nyeri akibat *gout arthritis*, tetapi nyeri karena penyakit lain.

Bagi Stikes Bina Generasi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi mahasiswa keperawatan dan kebidanan dalam penanganan non farmakologi, yang dapat bermanfaat pada asuhan keperawatan pada pasien *gout arthritis*.

Bagi Puskesmas Massenga

Penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai penanganan non farmakologi dengan kompres hangat menggunakan jahe merah, dalam menurunkan skala nyeri pada pasien *gout arthritis* disamping dapat menurunkan skala nyeri juga dapat meminimalkan efek samping penggunaan obat-obatan anti-nyeri.

Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan data dasar pembandingan untuk meneliti tanaman lain yang dapat menurunkan nyeri.

DAFTAR PUSTAKA

- Setiati, S. (2017) *Ilmu Penyakit Dalam*. Edited by A. Mansjoer. Jakarta: Interna Publishing.
- Suriana, N. (2014) *Herbal Sakti Atasi Asam Urat*. Edited by Q. Mahdy. Depok: Mutiara Allamah Utama.
- Angriani, E. (2018) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian *Gout Arthritis Masyarakat Melayu*'. Riau, 5, p. 684. Available at: <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/21436/20741>.
- Madoni, A. (2018) 'Pengaruh Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Terhadap Penurunan intensitas Nyeri *Gout Arthritis*', XII (Januari), <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/issue/view/41>
- Maryunani, A. (2010) *Nyeri Dalam Persalinan*. Kendari: Trans Info Media (TIM).

- Soeroso, J. and Algristian, H. (2012) *Asam Urat*. Edited by Y. Destarina. Jakarta: Penebar Plus (Penebar Swadaya Grup).
- Zuriati (2017). '*Efektifitas Kompres Air Hangat Dan Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Asam Urat Di Puskesmas Lubuk Begalung Tahun 2017*', p. 61.
<http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCS1Kep/article/view/77>
- Kelana, K. D. (2017) *Metodologi Penelitian keperawatan (Pedoman Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian)*. Jakarta: Katalog Dalam Terbitan (KDT).
- Herliana, E., 2013, *Penyakit Asam Urat Kandas Berkat Herbal*, 71-74, Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Putri. (2017). *Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan*. Diakses: 25 April 2018 Dari <http://ppjp.unlam.ac.id/journal/index.php/JKD/article/view/4112>.