Pemberian Kombinasi Kompres Jahe Merah dan Air Rebusan Serai terhadap Tingkat Nyeri penderita Gout Arthritis

Nesih Fitriah¹, ^{*2}Dewi Siti Oktavianti, ³Aprizal ponda
(^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika, ³Poltekkes Kemenkes Padang)
e-mail koresponden author (Co-author): * dewhy11@gmail.com

Abstract

Gout arthritis is a disease characterized by bouts of severe pain in the joint area with high levels of uric acid in the blood. Pain in gout arthritis causes uncomfortable effects and can interfere with daily activities in sufferers. Pain in gout arthritis can be overcome with non-pharmacological therapy, namely red ginger compresses and lemongrass boiled water. The purpose of this study was to determine the effect of giving a combination of red ginger compress and lemongrass boiled water on pain levels in gout arthritis. This research design uses quasi experiment with two group pre and post design. The research location in RW 002 Pisangan Village, Ciputat, South Tangerang in May 2023. The sample size of 32 people was divided into 2 groups: 16 intervention groups and 16 control groups. This research instrument used demographic sheets, observation sheets and Numeric Rating Scale (NRS). The sampling technique in this study uses total sampling. Statistical test using T-test. paired T-test obtained p value = 0.0001 means that there is an effect of giving a combination of red ginger and lemongrass compresses on pain levels. The results of the Independent T-test obtained a P value of 0.0001, meaning that there was a difference in pain levels in the intervention group and the control group after treatment. The results of this study are expected to be one of the non-pharmacological therapies to reduce pain levels in patients with gout arthritis

Keywords: Lemongrass boiled water; gout arthritis; red ginger; compresses; pain level

Abstrak

Gout arthritis adalah penyakit yang ditandai dengan serangan nyeri hebat di area persendian dengan tingginya kadar asam urat dalam darah. Nyeri pada gout arthritis ini menimbulkan efek yang tidak nyaman serta dapat mengganggu kegiatan sehari hari pada penderitanya. Nyeri pada gout arthritis dapat diatasi dengan terapi non farmakologi yaitu kompres jahe merah dan air rebusan serai. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian kombinasi kompres jahe merah dan air rebusan serai terhadap tingkat nyeri pada gout arthritis. Desain penelitian ini menggunakan quasi experiment dengan rancangan two group pre and post test. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah RW 002 Kelurahan Pisangan Kecamatan Ciputat, Tangerang Selatan pada bulan Mei 2023. Jumlah sampel sebanyak 32 orang terbagi menjadi 2 kelompok: 16 kelompok intervensi dan 16 kelompok kontrol. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar demografi, lembar observasi dan lembar pengukuran skala intensitas nyeri Numeric Rating Scale (NRS). Teknik pengambilan sampel ini yaitu total sampling. Uji statistik menggunakan uji T-test. uji paired T-test didapatkan nilai p = 0.0001 artinya ada pengaruh pemberian kombinasi kompres jahe merah dan serai terhadap tingkat nyeri. Hasil Uji Independent T-test didapatkan nilai P value 0,0001 artinya ada perbedaan tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan. Kesimpulannya, pemberian kombinasi kompres jahe merah dan air rebusan serai dapat dijadikan salah satu terapi non farmakologi yang dapat menurunkan nyeri pada penderita gout arthritis.

Kata Kunci: Air Rebusan Serai; Gout Arthritis; Jahe Merah; Kompres; Tingkat Nyeri

PENDAHULUAN

Asam urat disebut juga artritis gout adalah suatu penyakit degeneratif yang menyerang pada persendian, dan paling sering di temukan di masyarakat terutama pada lansia¹. Dalam keadaan normal, asam urat tidak akan membahayakan kesehatan manusia. Namun, jika kadar asam urat dalam plasma darah terlalu tinggi atau terlalu rendah, maka akan menjadi tanda adanya penyakit pada tubuh manusia. Peningkatan asam urat ini biasanya tidak disadari oleh penderita, dan dalam jangka waktu tertentu, penderita mengalami kelebihan asam urat akibat pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat².

Prevalensi gout arthritis di dunia mengalami kenaikan dengan jumlah 1370 (33,3%). Penderita gout arthritis di Inggris meningkat sebesar 3,2% dan Amerika Serikat sebesar 3,9%, di Korea meningkat dari 3,49% per 1000 orang³. Menurut Rikesdas tahun 2018, prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosa atau gejala 24,7%. Jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tertinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (27,5%) dibandingkan pria (21,8%)⁴.

Faktor risiko yang menyebabkan seseorang terkena artritis gout antara lain usia, asupan senyawa purin yang tinggi, konsumsi alkohol yang berlebihan, kegemukan (obesitas), kurang aktivitas fisik, tekanan darah tinggi dan penyakit jantung, obat-obatan tertentu (terutama diuretik), dan gangguan fungsi ginjal. Hal ini disebabkan kurangnya kesadaran masyarakat dan kurang memperhatikan kesehatannya sendiri, karena masih banyak masyarakat yang tidak memperhatikan kandungan bahan makanan pada saat mengkonsumsinya⁵. Tingginya kadar asam urat dalam darah dapat menyebabkan penimbunan kristal di area persendian, yang dapat menyebabkan gangguan fisik seperti nyeri di area persendian, sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari penderitanya⁶.

Nyeri sendi merupakan keluhan sakit atau ketidaknyamanan yang dirasakan pada satu atau lebih are persendian. Nyeri sendi dapat terjadi di beberapa tempat persendiaan diantaranya sendi leher, bahu, pergelangan tangan, siku, pergelangan kaki, lutut, panggul dan masih banyak lagi sendi lainnya⁷. Adapun terapi untuk menurunkan nyeri sendi dengan 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)⁸. Selain terapi farmakologi terdapat Terapi non farmakologi yang dapat digunakan pada pengobatan gout arthritis, yang bertujuan untuk membuka pori-pori, melebarkan pembuluh darah yang dapat meningkatkan sirkulasi darah kebagian yang nyeri, menurunkan ketegangan otot sehingga mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan pada otot maupun sendi. Terapi non farmakologi dalam penanganan

arthritis gout yaitu dengan modifikasi diet, Latihan fisik, kompres, relaksasi dan pengobatan dengan tanaman herbal untuk menurunkan nyeri pada aththritis gout⁹.

Tanaman herbal yang dapat meredakan nyeri pada penderita Gout Arthritis yaitu jahe. Jahe merupakan salah satu obat nyeri persendian karena terdapat kandungan gingerol dan rasa hangat yang ditimbulkan membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah, sehingga suplai makanan dan oksigen lebih baik dan nyeri sendi berkurang¹⁰. Kandungan pada jahe terdiri dari gingerol dan Ishaogol yang dapat memberikan efek rasa panas pada kompres hangat, dan jahe memiliki kandungan siklooginase yang mampu menghambat prostaglandin untuk menghantarkan nyeri. Pada tahapan fisiologis nyeri, kompres hangat rebusan jahe menurunkan nyeri sendi dengan tahap transduksi, dimana pada tahapan ini jahe memiliki kandungan gingerol yang bisa menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri, sehingga dapat menurunkan nyeri sendi¹¹.

Jumlah responden sebanyak 22 orang yang berada di desa Tempurejo dan Jurug Jumapolo. Hasil P Value menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skala nyeri yang signifikan dengan nilai P Value= 0.000, artinya ada pengaruh yang signifikan skala nyeri antara sebelum dan setelah dilakukan pemberian kompres jahe¹¹. Penanganan secara komplementer telah banyak diterapkan di masyarakat, selain menggunakan jahe juga dapat dikombinasikan dengan beberapa tanaman herbal lainnya salah satunya dengan tanaman serai dimana tanaman serai memiliki kandungan minyak atsiri yang memiliki sifat kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasa pedas dan bersifat hangat sebagai anti radang dan menghilangkan rasa sakit yang bersifat analgesik¹².

Serai (*Cymbopogon Citratus*) merupakan tumbuhan sejenis rumput-rumputan yang mengandung minyak atsiri dengan komponen sitronelal (antioksidan) 32-45%, geraniol (antioksidan) 12-18%, sitronellil asetat 2-4% sitral, kavikol eugenol, elemol dan seskwiterpene lain 2-5%, elemen dan cadinene 2-5%, kadinol, kadinen, vanilin, limonen kamfen¹⁰. Air serai memiliki sifat kimiawi dan efek farmakologi dengan rasa pedas dan bersifat hangat sebagai anti radang (anti inflamasi), menghilangkan rasa nyeri yang bersifat analgetik serta melancarkan sirkulasi darah, yang diindikasikan untuk menghilangkan sakit kepala, badan pegelinu, nyeri otot dan nyeri sendi pada penderita arthritis¹³.

Penurunan Nyeri Pada Arthritis Gout Melalui Kompres Hangat Air Rebusan Serai². Populasi pada penelitian ini adalah warga yang mengalami nyeri sendi arthritis gout di Kelurahan Bintaro. Kurangnya pengetahuan dalam penanganan nyeri gout arthritis banyak di temukan pada warga Rw 002 Kelurahan Pisangan Ciputat Timur. Sehingga banyak warga yang mengeluhkan nyeri dibagian sendi, sering kesemutan, kaku, dan bengkok. Terdapat warga yang menggunakan Terapi farmakologi akan tetapi masih banyak warga yang tidak melakukan pengobatan apapun untuk meredakan nyeri pada persendian jika nyeri arthritis

gout timbul. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kombinasi kompres jahe merah dan air rebusan serai terhadap Tingkat nyeri pada penderita gout arthritis.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain eksperimen semu (*quasi eksperimen*) menggunakan rancangan *two group pre and post*, sehingga peneliti melakukan perbandingan dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Populasi dalam penelitian ini yaitu warga penderita gout arthritis di wilayah RW 002 Kelurahan Pisangan Kecamatan Ciputat Timur Tangerang Selatan yang mengalami nyeri sendi akibat gout arthritis dan mengalami peningkatan kadar asam urat dalam darah, serta tidak mengkonsumsi obat apapun (obat kimia maupun obat herbal) yakni sebanyak 32 orang dari 40 orang yang menderita gout arthritis, sehingga populasi ini adalah 32 orang yang terbagi menjadi dua kelompok: 16 kelompok intervensi dan 16 kelompok kontrol. Teknik yang digunakan dalam penelitian yaitu Teknik *Total Sampling*, *total sampling* adalah metode pengambilan sampel dengan jumlah sebanyak jumlah yang telah ditentukan oleh peneliti¹⁴.

Instrumen penelitian ini menggunakan lembar demografi, lembar observasi, dan lembar pengukuran skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS). Bahan dalam penelitian ini menggunakan jahe merah 100gr, serai 100 gr, air 700 ml yang direbus. Pada kelompok intervensi diberikan terapi kompres kombinasi menggunakan jahe merah 100gr dan serai 100gr, yang diberikan satu kali sehari waktunya 20 menit . .di pagi hari selama 7 hari berturut. Sedangkan pada kelompok kontrol diberikan terapi kompres jahe merah 100gr, diberikan satu kali sehari yang dilakukan dalam waktu 20 menit selama 7 hari berturut. Teknik Analisa data pada penelitian ini diawali dengan melakukan uji normalitas menggunakan metode *Skewness*, kemudian analisa univariat, penyajian data menggunakan distribusi frekuensi dan mean, serta Analisa bivariat menggunakan uji *Paired T Test* dan uji *Independent T Test*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan diperoleh hasil yang disajikan dalam bentuk table dan dinarasikan untuk mendapatkan gambaran utuh terkait hasil penelitian.

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Variabel	Kategori	f	Presentase (%)
Usia	(36-45) Dewasa	3	9.4
	(46-55) Lansia Awal	14	43.8
	(56-65) Lansia Akhir	9	28.1
	(>65) Manula	6	18.8
Jenis Kelamin	Laki-Laki	12	37.5
	Perempuan	20	62.5
Total		32	100

Distribusi frekuensi berdasarkan kearakteristik responden dari 32 responden berdasarkan usia dan jenis kelamin. Dimana jika dilihat pada tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia terbanyak diderita pada usia 46-55 tahun sebanyak 14 orang (43.8%) responden. Dan mayoritas berjenis kelamin Perempuan dengan hasil 20 orang (62.5%) responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Nyeri Gout Arthritis Responden Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Kompres Jahe Merah dan Serai

	Variabel	Mean	Standar deviasi	Min	Max
Pre Test	Tingkat nyeri	7,88	0,885	6	9
Post test	Tingkat nyeri	2.13	1.08	1	4

Berdasarkan table 2 terlihat bahwa rata-rata nyeri gout arthritis sebelum diberikan terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai adalah 7,88 dengan standar deviasi 0,885. Nilai minimal 6 dan maksimal 9. sedangkan rata-rata nyeri gout arthritis sesudah diberikan terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai adalah 2.13 dengan standar deviasi 1.08. Nilai minimal 1 dan maksimal 4.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Nyeri Gout Arthritis Responden Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Kompres Jahe Merah

	Variabel	Mean	Standar deviasi	Min	Max
Pre Test	Tingkat nyeri	7.44	1.153	5	9
Post test	Tingkat nyeri	3.81	0.911	2	5

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa rata-rata nyeri gout arthritis sesudah diberikan terapi kombinasi kompres jahe merah adalah 7.44 dengan standar deviasi 1.115 nilai minimal 5 dan maksimal 9. Sedangkan rata-rata nyeri gout arthritis pada saat sesudah diberikan terapi kombinasi kompres jahe merah adalah 3.81 dengan standar deviasi 0.911 nilai minimal 2 dan maksimal 5.

Hasil rata-rata tingkat nyeri dan analisa tingkat nyeri pada penderita Gout Arthtitis

Tabel 4. Analisa Pengaruh Pemberian Kombinasi Kompres Jahe Merah dan Serai Terhadap Tingkat Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis

	Mean	Standar Deviasi	Selisih mean	n	p-value
Sebelum (<i>Pretest</i>)	7.88	0.08	5.75	16	0.0001
Sesudah (<i>Posttest</i>)	2.13	1.08			

Berdasarkan Tabel 4 Hasil uji pengaruh terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai terhadap penurunan rerata tingkat nyeri menunjukkan bahwa sebelum dilakukan terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai, rata-rata tingkat nyeri adalah 7,88 dengan standar deviasi 0,88. Setelah dilakukan terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai rata-rata tingkat nyerinya mengalami penurunan menjadi 2.13 dengan variasi 1,08. Dengan demikian

intervensi terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai dapat menurunkan rata-rata tingkat nyeri sebesar 5,75. Hasil uji statistic diperoleh p value =0,0001 artinya ada perbedaan yang signifikan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah pemberian intervensi terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai. Dengan kata lain ada pengaruh yang signifikan intervensi terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai terhadap rata-rata tingkat nyeri.

Tabel 5. Analisis Perbedaan Tingkat Nyeri Sesudah Diberikan Perlakuan Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol

Kelompok	Mean	Standar deviasi	n	p-value
Intervensi	2.13	1.08	16	0.0001
Kontrol	3.81	0.91	16	0.0001

Tabel 5. menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri setelah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi 2.13 sedangkan rata rata tingkat nyeri pada kelompok kontrol 3.81. Hasil uji Independent T-Test yaitu 0,0001($p < 0,05$) H_0 ditolak artinya ada perbedaan yang signifikan tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kontrol setelah diberikan perlakuan pada penderita gout arthritis.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden paling banyak dalam penelitian ini yaitu rentang usia 46-55 tahun. Tingginya angka kejadian nyeri gout arthritis pada responden yang berusia 46-55 tahun dipengaruhi oleh adanya perubahan fisiologis yang terjadi saat usia semakin menua yaitu terjadi penurunan fungsi dari berbagai organ-organ tubuh akibat kerusakan sel-sel karena proses menua. Hal ini mengakibatkan produksi hormon, enzim dan zat-zat yang diperlukan untuk kekebalan tubuh menjadi berkurang. Usia responden terbanyak adalah usia 46-55 tahun yaitu sebanyak 5 (29.4%) responden¹⁵.

Usia merupakan faktor resiko tingginya kadar asam urat dalam tubuh, karena ketika seseorang bertambah tua maka akan terjadi perubahan berupa penurunan proses metabolisme dalam tubuh. Semakin bertambah usia, jika seseorang mengkonsumsi protein dalam jumlah banyak maka akan berakibat terjadinya penimbunan purin dalam darah⁸. Jika kadar asam urat dalam darah seseorang melebihi ambang normal maka asam urat ini akan masuk ke dalam tubuh khususnya ke dalam sendi. Sendi-sendi yang diserang pada umumnya, adalah sendi-sendi jempol jari kaki, pangkal jari-jari kaki, pergelangan kaki, tetapi kadang-kadang juga menyerang sendi lutut, tangan, siku, bahu, dan lain-lain¹⁶.

Penyebab kadar asam urat di dalam darah menjadi tinggi bisa primer (ada faktor bawaan), bisa sekunder (faktor dari luar, misalnya diet yang salah atau penyakit tertentu),

bisa juga campuran antara primer dan sekunder. Umumnya yang sering terserang asam urat adalah seseorang yang sudah lanjut usia. Seseorang dikatakan lanjut usia jika usianya lebih dari 60 tahun. Penyebab penyakit pada lansia berasal dari gout merupakan jenis penyakit rematik yang paling ditakuti. Pasalnya, penyakit yang menyerang persendian ini tidak hanya terjadi pada usia lanjut tetapi juga terjadi pada usia produktif (30-50 tahun)¹⁷.

Berdasarkan table 1 menunjukkan bahwa jenis kelamin responden terbanyak dalam penelitian ini yaitu perempuan. Tingginya angka kejadian asam urat pada responden berjenis kelamin perempuan dipengaruhi oleh adanya perubahan dari proses fisiologis yang terjadi pada wanita menopause dimana wanita mulai kehilangan hormon estrogen yang selama ini mengontrol pembuangan dari asam urat tersebut. Responden dengan jenis kelamin perempuan adalah responden terbanyak dalam penelitiannya yaitu sebanyak 12 (60%) responden¹⁸.

Penderita arthritis gout paling banyak menyerang laki-laki, namun setelah usia diatas 40 tahun arthritis gout banyak menyerang perempuan, terutama perempuan yang sudah mengalami menopause. Pada perempuan yang belum menopause, maka kadar hormon estrogen cukup tinggi. Hormon estrogen membantu pembuangan asam urat lewat urin. Selama seorang perempuan mempunyai hormon estrogen, maka pembuangan asam uratnya ikut terkontrol. Ketika pembuangan asam urat terganggu, maka akibatnya adalah kadar asam urat dalam tubuh akan meningkat sehingga memicu terbentuknya kristal urat yang akan menumpuk dan mengendap pada sendi yang mengakibatkan terjadinya nyeri².

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 distribusi frekuensi berdasarkan tingkat nyeri Gout Arthritis responden kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai menunjukkan hasil bahwa dari 16 responden kelompok intervensi mempunyai tingkat nyeri dengan rata rata 7.88 sebelum diberikan kompres jahe merah dan serai. standar deviasi 0,885. Selanjutnya untuk tekanan nyeri tertinggi sebelum diberikan kombinasi kompres jahe merah dan serai yaitu 9 dan terendah yaitu 6. Setelah diberikan kombinasi kompres jahe merah dan serai didapatkan tingkat nyeri gout arthritis dengan rata rata 2.13 dengan standar deviasi 1.08 dengan tingkat nyeri tertinggi yaitu 4 sedangkan terendah yaitu 1. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Roni Y, Ningsih DW, Khusniyati N (2022) dimana menunjukkan tingkat nyeri responden kelompok intervensi sebelum diberikan intervensi adalah dengan skala nyeri tertinggi 9 dan terendah 6¹⁸. Dan tingkat nyeri pada responden setelah diberikan intervensi mengalami penurunan yaitu nyeri sedang sampai ringan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap tingkat nyeri sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan.

Arthritis Gout merupakan suatu penyakit dengan serangan mendadak dan berulang pada sendi, ditandai timbulnya nyeri pada daerah yang disebabkan adanya endapan kristal

monosodium (peradangan) yang mengumpul didalam sendi sebagai akibat tingginya kadar asam urat didalam darah¹⁰. Asam urat adalah suatu penyakit yang sering menyerang bagian persendian terutama sendi jari kaki, jari tangan, tumit, dengkul, siku, dan pergelangan tangan. Asam urat biasanya sering menyerang seseorang yang berusia lanjut, untuk pria biasanya berusia 40 tahun ke atas. sedangkan wanita saat memasuki usia menopause¹⁹. Biasanya disertai dengan adanya nyeri, bengkak, merah, teraba panas pada persendian, dan akan sangat terasa pada saat bangun tidur di pagi hari.

Menurut Analisa peneliti, nyeri pada gout arthritis dapat diatasi dengan terapi non farmakologi dengan menggunakan kombinasi jahe merah dan serai yang diolah menjadi air untuk kompres pada daerah sendi yang mengalami nyeri gout arthritis dikarenakan terdapat kandungan Gingerol dalam rimpang jahe dapat membantu meningkatkan motilitas intestinal dan diketahui berperan sebagai agen anti-inflammatory, meredakan nyeri (analgesic), anti-piretik dan anti-bakterial. Serai memiliki sifat kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasa pedas dan bersifat hangat sebagai anti radang (anti inflamasi), menghilangkan rasa nyeri yang bersifat analgetik serta melancarkan sirkulasi darah, yang diindikasikan untuk menghilangkan nyeri otot dan nyeri sendi pada penderita arthritis.

Hasil penelitian pada kelompok kontrol, sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres jahe merah menunjukkan hasil dari 16 responden mempunyai tingkat nyeri dengan rata rata 7.44 sebelum diberikan kompres jahe merah dengan standar deviasi 1.153. Selanjutnya untuk tekanan nyeri tertinggi sebelum diberikan kombinasi kompres jahe merah dan serai yaitu 9 dan terendah yaitu 5. Setelah diberikan kombinasi kompres jahe merah dan serai didapatkan tingkat nyeri gout arthritis dengan rata rata 3.81 dengan standar deviasi 0.911 dengan tingkat nyeri tertinggi yaitu 5 sedangkan terendah yaitu 2.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Zuriati (2017) dimana tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi jahe adalah dengan skala nyeri tertinggi 9 dan terendah 5. Dan tingkat nyeri pada responden setelah diberikan intervensi mengalami penurunan yaitu tertinggi 7 dan terendah 3. Pada kelompok kompres air hangat di dapatkan hasil sebelum diberikan perlakuan rerata nyeri responden tertinggi 9 dan terendah 5. Setelah diberikan perlakuan rerata nyeri responden tertinggi 9 terendah 4²⁰.

Beberapa komplikasi yang mungkin terjadi pada penderita gout arthritis di antaranya adalah sebagai berikut¹⁶. Munculnya benjolan keras (tofi) di sekitar area yang mengalami radang. Biasanya tofi muncul pada penderita gout arthritis yang parah atau gout yang sudah lama tidak ditangani Kerusakan sendi permanen akibat radang yang terus berlangsung serta tofi di dalam sendi yang merusak tulang rawan dan tulang sendi itu sendiri. Penanganan pada penderita gout arthritis terbagi menjadi dua yaitu dengan penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi²¹.

Menurut Analisa peneliti, pola makan responden banyak mengkonsumsi makanan yang tinggi purin seperti jeroan, kembang kol, bayam, jamur olahan kedelai dan terdapat beberapa responden masih masih terbiasa merokok. Selain itu juga faktor usia yang memengaruhi metabolisme purin dalam tubuh. Apabila serangan asam urat dibiarkan terus menerus tanpa di tangani akan mengakibatkan komplikasi.

Berdasarkan uji statistic didapatkan bahwa intervensi terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai dapat menurunkan rata-rata tingkat nyeri sebesar 5,75 dan diperoleh $p\text{-value} = 0,0001$ artinya ada perbedaan yang signifikan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah pemberian intervensi terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai. Dengan kata lain ada pengaruh yang signifikan intervensi terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai terhadap rata-rata tingkat nyeri. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyu (2021) dimana menunjukkan nilai $p\text{ value} = 0.034 < 0,05$ artinya ada pengaruh pemberian jahe dan serai terhadap intensitas nyeri penderita gout arthritis⁸.

Jahe (*Zingiber officinale* Rosc.) adalah herbal menahun yang ditanam untuk diambil rimpangnya. Rimpang jahe juga mempunyai aktivitas antioksidan yang melebihi tokoferol(2). Rimpang jahe dimanfaatkan sebagai rempah-rempah dan obat-obatan sejak lama. Jahe memberikan efek panas, dan dalam masakan memberikan efek sedap Kompres hangat jahe dapat menurunkan nyeri arthritis gout. Kompres jahe merupakan pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri arthritis gout. Kompres hangat jahe memiliki kandungan enzim siklo oksigenasi yang dapat mengurangi peradangan pada penderita arthritis gout. Selain itu tambahan rempah Serai memiliki sifat kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasa pedas dan bersifat hangat sebagai anti radang (anti inflamasi), menghilangkan rasa nyeri yang bersifat analgetik serta melancarkan sirkulasi darah, yang diindikasikan untuk menghilangkan nyeri otot dan nyeri sendi pada penderita arthritis badan pegal dan sakit kepala².

Menurut Analisa peneliti menunjukkan bahwa adanya perubahan yang signifikan pada tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe merah dan serai pada penderita gout arthritis dikarenakan kandungan pada jahe merah dan serai yang sama-sama memberikan rasa hangat dan bersifat analgesik serta air rebusan dari serai dan jahe merah yang memperlancar peredaran darah pada sendi yang terasa nyeri sehingga nyeri dapat berkurang setelah dilakukan kompres kombinasi jahe merah dan serai selama tujuh hari pada pagi hari dalam waktu 20 menit.

Hasil uji *independent T Test* diperoleh selisih rata-rata tingkat nyeri kelompok intervensi dan control sebesar 1.68 dan $P\text{ Value: } 0,0001$ ($p < 0,05$) artinya ada perbedaan rerata tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kontrol setelah diberikan perlakuan pada penderita gout arthritis. Pada kelompok intervensi diberikan kombinasi jahe merah dan air rebusan daun serai, sedangkan kelompok control diberikan intervensi kompres jahe merah.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Penelitian Arlina (2019), dimana 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 value = 0,0001 artinya terdapat pengaruh kompres hangat memakai parutan jahe merah pada penurunan nyeri lansia penderita Gout Arthritis Di PSTW Tresna Werdha Teratai Palembang²².

Adapun pengobatan untuk menurunkan nyeri pada gout arthritis yaitu dengan 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)²⁰. Terapi non farmakologi yang dapat digunakan dalam menurunkan nyeri sendi antara lain: kompres hangat, bimbingan antisipasi, distraksi, hypnosis diri, stimulasi kutaneus (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, TENS), masase kulit, dan relaksasi²⁰.

Menurut Analisa peneliti dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi tingkat nyeri berkurang dari nyeri berat ke nyeri ringan, begitupun pada kelompok kontrol tingkat nyeri yang dirasakan responden dari skala nyeri berat ke nyeri sedang. Hal ini dikarenakan kepatuhan para responden selama penelitian diberikan intervensi kompres jahe merah dan serai selama 7 hari dalam 20 menit pada pagi hari. Penurunan tingkat nyeri ini juga terjadi karena responden mengontrol asupan makanan yang tinggi purin serta mengurangi merokok.

SIMPULAN DAN SARAN

Rata-rata tingkat nyeri sebelum dilakukan terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai adalah 7.88 dan setelah diberikan terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai rata-rata tingkat nyerinya mengalami penurunan sebesar 5.75 yaitu menjadi 2.13. Nilai $p=0.0001$ menunjukkan bahwa pemberian intervensi terapi kombinasi kompres jahe merah dan serai mempunyai pengaruh terhadap tingkat nyeri sebelum dan sesudah. Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi kompres jahe merah dan serai dapat menurunkan nyeri pada penderita gout arthritis. Kesimpulan peneliti adalah menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kombinasi kompres jahe merah dan air rebusan serai terhadap tingkat nyeri pada penderita gout arthritis di RW 002 Kelurahan Pisangan, Ciputat Timur. Oleh karena itu para kader kesehatan agar dapat memberikan edukasi kesehatan kepada warga khususnya penderita gout arthritis tentang upaya penurunan nyeri dengan terapi non farmakologi yaitu kompres jahe merah dan air rebusan serai.

DAFTAR PUSTAKA

1. Simamora RH, Saragih E. Penyuluhan kesehatan terhadap masyarakat: Perawatan penderita asam urat dengan media audiovisual. *JPPM (Jurnal Pendidik dan Pemberdaya Masyarakat)*. 2019;6(1):24–31.
2. Oktavianti DS, Anzani S. Penurunan Nyeri Pada Arthritis Gout Melalui Kompres Hangat Air Rebusan Serai. *Madago Nurs J*. 2021;2(1):1–8.
3. Riskesdas. Riskesdas DKI Jakarta 2018 [Internet]. Laporan Provinsi DKI Jakarta. 2018. 1–535 p. Available from: www.litbang.kemkes.go.id%0A
4. Wilda LO, Panorama B. Kompres Hangat Jahe Terhadap Perubahan Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Gout. *Journals Ners Community*. 2019;11(1):28–34.
5. Sety, Muh La Ode SJ. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun Di Rsud Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2018. *J Ilm Mhs Kesehat Masy*. 2018;27(3):472.e7-472.e10.
6. V.A.R.Barao, R.C.Coata, J.A.Shibli, M.Bertolini, J.G.S.Souza. Efektivitas Pemberian Kkompres Jahe Merah Pada Lansia Dengan Gout Arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran. *Braz Dent J*. 2022;33(1):1–12.
7. Rahmawati CA, Kusnul Z. Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Penderita Gout Artritis. *J Ilm Pemenang*. 2022;4(2):67–73.
8. Wahyu , Ishariani, Mar'atu Sholikhah 2021. Pengaruh Pemberian Jahe dan Serai Terhadap Intensitas Nyeri pada Penderita Gout Artritis (GA) Di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werda Jombang Kediri.
9. Loka WP, Sumadja WA, Resmi. Efektifitas Kompres Air Hangat dan Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Pada pasien Asam Urat di Puskesmas Lubuk Begalung Tahun 2017. *J Chem Inf Model*. 2017;21(2):1689–99.
10. Yurika, Dkk 2022. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Air Rebusan Serai (Cymbopogonocitratus) Terhadap Penurunan Nyeri Arthtritis Gout di Puskesmas Merdeka Palembang. 2016;5:1–23.
11. Sriwiyati L, Noviyanti D. Efektivitas Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Penderita Asam Urat Di Desa Tempurejo Dan Jurug Jumapolo Karanganyar. *KOSALA J Ilmu Kesehat*. 2018;6(1):47–54.
12. Prasetyo DS. Tanda Bahaya Dari Tubuh. Yogyakarta: FlashBooks; 2016.
13. Cahyaning Slamet TA. Pemberian kompres hangat untuk mengurangi intensitas nyeri. 2018;4(1):1–23.
14. Lubis MS. *METODOLOGI PENELITIAN*. Yogyakarta: CV Budi Utama; 2018.
15. Anita A, Astanta J, Lafau BO, Nababan T. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah (Zinger Officinale Roscoe Var Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Panti Jompo Yayasan Guna

- Budi Bakti Medan Tahun 2020. *J Ilm Keperawatan Imelda*. 2020;6(2):99–104.
16. Anies. *Penyakit Degenaritif*. Yogyakarta: Ar-RUZZ MEDIA; 2018.
 17. Azwar. *Terapi Non Farmakologi Pada Asam Urat*. Jakarta: Pustaka Taman Ilmu; 2016.
 18. Roni Y, Ningsih DW, Khusniyati N. 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 Pad. 2022;1(2):70–6.
 19. Kemenkes. *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular*. [Internet]. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2019. Available from: www.p2pm.kemkes.go.id
 20. Zuriati. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Pada Sistem Respirasi Aplikasi Nanda NIC & NOC*. Jakarta: Sinar Utama Indah; 2017.
 21. Savitri D. *DIAM-DIAM MATIKAN, CEGAH ASAM URAT DAN HIPERTENSI*. Yogyakarta: PT Anak Hebat Indonesia; 2017.
 22. Arlina Z, Arlina Z, Kunci K, Arlina Z. Lansia Penderita Gout Arthritis Di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang Tahun 2018. *J Kesehat dan Pembang*. 2019;9(18):130–6.