

TERAPI KOMPRES HANGAT JAHE MERAH UNTUK MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN GOUT ARTHRITIS: LITERATURE REVIEW**Nina Pamela Sari¹, Gita Sania Apriliani¹, Saryomo², Zaenal Mutaqqin²**¹ Program Studi Diploma Keperawatan, ^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya**Informasi Artikel****Riwayat Artikel:**Diterima : 01 Agustus 2022
Direvisi : 05 September 2022
Terbit : 20 Desember 2022**Kata kunci:**Apendiktomi, Intensitas Nyeri,
Teknik Relaksasi Genggam Jari

Phone: (+62) 811-2112-784

Abstrak

Gout arthritis adalah suatu peradangan dari akumulasi endependen kristal monosodium urat sebagai manifestasi, yang terkumpul di dalam sendi akibat dari tingginya kadar asam urat dalam dalam (hiperurisemia). Manifestasi klinis gout arthritis rasa nyeri, kemerahan, bengkak, panas, sulit bergerak, dan timbulnya thopi. Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan baik aktual maupun potensial. Desain penelitian ini menggunakan studi literatur berdasarkan tinjauan pustaka dan 1 jurnal asuhan keperawatan serta 3 jurnal penelitian yang telah ditelaah. Berdasarkan hasil telaah aspek dan jurnal penelitian pengkajian pada pasien gout arthritis yaitu nyeri pada bagian sendi. Diagnosa keperawatan pada pasien gout arthritis adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit ditandai dengan gejala penyakit anggota keluarga semakin memberat. Perencanaan pada pasien gout arthritis adalah dengan penerapan pemberian kompres hangat jahe merah. Implementasi keperawatan yang dilakukan yaitu melakukan terapi kompres hangat jahe merah 2 kali sehari pagi dan sore dengan durasi 20 menit selama 7 hari. Evaluasi keperawatan pada pasien gout arthritis didapatkan bahwa kompres hangat dengan menggunakan jahe merah berpengaruh dalam menurunkan nyeri. Terapi kompres hangat jahe merah terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri gout arthritis.

PENDAHULUAN

Gout arthritis atau biasa dikenal dengan asam urat adalah suatu radang sendi yang disebabkan oleh tingginya

kadar asam urat dalam tubuh. Kadar asam urat normal pada wanita berkisar 2,4-5,7 mg/dl, sedangkan pada laki-laki berkisar 3,4-7,0 mg/dl, dan pada

anak- anak 2,8-4,0 mg/dl. Asam urat termasuk kedalam penyakit tidak menular (PTM) yaitu suatu penyakit kronis yang tidak bisa ditularkan penderita kepada orang lain (Helmi, 2012).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO, 2021), prevalensi penyakit muskuloskeletal di dunia sebanyak 1,7 miliar penduduk. Prevalensi gout sebesar 14 juta penduduk. Gout arthritis secara merata menyebar di seluruh dunia dengan prevalensi berbeda tiap negara. Perbedaan prevalensi tersebut kemungkinan disebabkan oleh perbedaan dari segi lingkungan, genetik, dan diet. Dari tahun 2000 sampai 2007 tercatat kejadian gout arthritis 2,68/1000 penduduk di Inggris, dengan perbandingan 4,42%(pria) dan 1,32%(wanita). Di Italia terjadi peningkatan kejadian gout arthritis 9,1/1000 penduduk di tahun 2009 dari 6,7/1000 penduduk pada tahun 2005 (Wahyu, 2017).

Prevalensi penyakit gout arthritis berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan Indonesia sebesar 11,9% dan berdasarkan diagnosa atau gejala sebesar 24,7%, jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi terjadi pada umur > 75 tahun sebesar 54,8%. Dan dari karakteristik provinsi sebesar 7,30%, presentase Jawa Barat sebesar 19,34% dan Kota Tasikmalaya sebesar 8,52%. Penderita wanita lebih banyak dibandingkan dengan pria (Riskesmas, 2018).

Gout arthritis biasanya muncul keluhan nyeri yang spesifik pada pinggul, otot, lutut, dan bahu. Gejala gout arthritis akan muncul secara tiba-tiba pada malam hari, dengan gejala berulang dan menyiksa. Efek berulang dari peradangan sendi ini bisa berakibat keburukan sendi berurut mulai dari nyeri, keburukan, sendi, fungsi sendi menghilang, dan masalah penampilan seperti badan tidak bisa tegak dengan baik (Kertia, 2013).

Dampak dari nyeri gout arthritis adalah menurunnya kenyamanan pasien karena nyeri yang luar bisa

mengganggu aktivitas sehari-hari. Dampak dari nyeri berulang ini akan muncul reaksi tubuh seperti kegelisahan, denyut jantung tidak normal, terganggunya peredaran darah, dan laju pernapasan. Apabila nyeri tidak ditangani dengan baik, akan menurunkan daya tahan tubuh dengan menurunnya fungsi kekebalan tubuh, kerusakan jaringan, metabolisme menjadi tidak normal yang dapat merusak kesehatan (Febrianti, 2019).

Dalam penatalaksanaan nyeri sendi akibat asam urat bisa menggunakan terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yaitu dengan pemberian obat penenang non steroid Nonsteroid Anti-inflammatory Drugs (NSAID) untuk mengurangi nyeri sendi dan pergelangan, pemberian xanthine oxidase inhibitor (IXO) akan memajukan pelepasan asam urat, dan pemberian urikosurik akan menahan pembentukan asam urat.. Sedangkan tindakan non farmakologis adalah pemberian tindakan diluar obat seperti terapi musik, relaksasi nafas dalam, terapi distraksi, biofeedback, TENS, dan kompres hangat atau dingin untuk mengurangi nyeri sendi (Rizkiyantini, 2018).

Kompres hangat merupakan suatu metode dengan penggunaan suhu hangat yang menimbulkan efek fisiologis dan perubahan fisik diantaranya meningkatkan relaksasi otot, perbaikan metabolisme sel, peningkatan aliran darah, meningkatkan rasa nyaman, dan mengurangi rasa nyeri, serta kecemasan. Selain dengan kompres hangat, penambahan bahan alami dapat meningkatkan efektifitas dari kompres hangat. Bahan alami yang baik dalam menimbulkan sensasi hangat salah satunya adalah jahe. Jahe memiliki efek fisiologis seperti panas, antiinflamasi, antioksidan, antimikroba, antiemetik, antimikroba, antitumor, dan anti obesitas. Jenis jahe yang banyak ditemukan di Indonesia adalah jahe gajah, jahe merah dan jahe emprit (Rahayu, et. al., 2017)

Dari ketiga jenis jahe menurut Rahayu, et. al., (2017) jahe merah paling efektif dalam menurunkan nyeri. Jahe merah mengandung pati (52%), minyak atsiri (3,9%). Jahe merah bersifat pahit, pedas serta aromatik yang berasal dari olerasin (gingerol, zingeron, dan shogaol). Dimana dalam olerasin mengandung anti radang, antioksidan, anti nyeri. Sehingga olerasin ini berguna untuk menekan sintesis prostaglandin dan mampu mengurangi nyeri ataupun ketegangan dalam otot (Anita, et. al., 2020)

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode studi kepustakaan atau literatur review. Literatur review merupakan rangkaian kegiatan dengan menggunakan metode pengumpulan data, membaca, mencatat, dan mengolah bahan tulisan. Kata kunci yang digunakan yaitu gout Arthritis, Kompres Hangat Jahe Merah, dan Nyeri. kriteria inklusi menggunakan PICOT. Jumlah literatur 3 buah artikel jurnal berbahasa indonesia, dan disajikan sesuai proses asuhan keperawatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengkajian

Hasil pengkajian kasus pada Tn. S menurut Rizkiyantini (2018) diperoleh data subjektif klien mengeluh nyeri di bagian lutut, nyeri seperti ditusuk-tusuk, dengan skala nyeri 5, nyeri hilang timbul, klien mengatakan jika nyeri muncul hanya dibiarkan saja, dan klien mengatakan suka makan emping, kacang, dan bayam. Dan data objektif TD: 160/90 mmHg, N: 90x/menit, RR: 25x/menit, S: 36,5oC, kaki kiri tampak bengkak dan merah, tampak meringis menahan nyeri.

Sedangkan pengkajian berdasarkan SDKI menurut PPNI (2017) didapatkan data subjektif secara mayor manajemen kesehatan keluarga tidak efektif mengungkapkan tidak memahami masalah kesehatan yang diderita, mengungkapkan kesulitan menjalankan perawatan yang

ditetapkan. Data objektif mayor manajemen kesehatan keluarga tidak efektif gejala penyakit anggota keluarga semakin memberat, aktivitas keluarga untuk mengatasi masalah kesehatan tidak tepat, dan objektif minor gagal melakukan tindakan untuk mengurangi faktor resiko.

Ada perbedaan yang diperoleh dalam asuhan keperawatan dan teori dimana dalam asuhan keperawatan diagnosa nyeri akut sedangkan dalam teori diagnosa manajemen kesehatan keluarga tidak efektif. Karena dalam teori menggunakan tingkatan keperawatan keluarga level dua dimana yang menjadi fokus adalah keluarga dan individu sebagai latar belakang (Nadirawati, 2018). Namun data dalam asuhan keperawatan masih berhubungan dengan data dalam teori.

Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan keluarga yang muncul pada kasus Tn. S menurut Rizkiyantini (2018) yaitu nyeri akut berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit ditandai dengan data subjektif klien mengeluh nyeri dibagian lutut, nyeri seperti ditusuk-tusuk, dengan skala nyeri 5, nyeri hilang timbul, klien mengatakan jika nyeri muncul hanya dibiarkan saja, dan klien mengatakan suka makan emping, kacang, dan bayam. Dan data objektif TD: 160/90 mmHg, N: 90x/menit, RR: 25x/menit, S: 36,5oC, kaki kiri tampak bengkak dan merah, tampak meringis menahan nyeri.

Sedangkan berdasarkan teori SDKI dalam PPNI (2017) adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit dibuktikan dengan data subjektif secara mayor manajemen kesehatan keluarga tidak efektif yaitu mengungkapkan tidak memahami masalah kesehatan yang diderita, mengungkapkan kesulitan menjalankan perawatan yang ditetapkan. Data objektif mayor manajemen kesehatan keluarga tidak

efektif gejala penyakit anggota keluarga semakin memberat, aktivitas keluarga untuk mengatasi masalah kesehatan tidak tepat, dan objektif minor gagal melakukan tindakan untuk mengurangi faktor resiko.

Diagnosa manajemen kesehatan keluarga tidak efektif diangkat dalam diagnosa penelitian ini karena memenuhi data mendukung untuk data subyektif dan obyektifnya, yaitu gejala penyakit anggota keluarga semakin memberat mendukung data dalam kasus yaitu Tn. S mengeluh nyeri dibagian lutut, nyeri seperti ditusuk-tusuk, dengan skala nyeri 5, nyeri hilang timbul, aktivitas keluarga untuk mengatasi masalah kesehatan tidak tepat yaitu klien mengatakan jika nyeri muncul hanya dibiarkan saja, dan gagal melakukan tindakan untuk mengurangi faktor resiko yang mendukung data klien mengatakan suka makan emping, kacang, dan bayam.

Terdapat perbedaan dalam menegakkan diagnosa keperawatan dalam kasus dan menurut Rizkiyantini (2018) Nyeri akut sedangkan menurut teori berdasarkan SDKI dalam PPNI (2017) adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif. Karena dalam diagnosa manajemen kesehatan keluarga tidak efektif lebih melibatkan anggota keluarga dalam intervensinya.

Perencanaan

Intervensi pada kasus Tn. S menurut Rizkiyantini (2018) adalah observasi tanda tanda vital, observasi karakteristik nyeri, ajarkan keluarga teknik non farmakologi dengan cara kompres hangat menggunakan jahe merah, ajarkan kepada keluarga untuk mengontrol makanan rendah purin.

Sedangkan intervensi keperawatan berdasarkan SIKI menurut PPNI (2018) yaitu Observasi: identifikasi respons emosional terhadap kondisi saat ini, identifikasi beban prognosis secara psikologis identifikasi pemahaman tentang keputusan perawatan setelah pulang identifikasi kesesuaian antara harapan pasien, keluarga, dan tenaga kesehatan.

Terapeutik: dengarkan masalah, perasaan, dan pertanyaan keluarga, terima nilai-nilai keluarga dengan cara yang tidak menghakimi, diskusikan rencana medis dan perawatan, fasilitasi pengungkapan perasaan antara pasien dan keluarga atau antar anggota keluarga, fasilitasi pengambilan keputusan dalam merencanakan perawatan jangka panjang, jika perlu, fasilitasi memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan peralatan yang diperlukan untuk mempertahankan keputusan perawatan pasien, bersikap sebagai pengganti keluarga untuk menenangkan pasien dan/atau jika keluarga tidak dapat memberikan perawatan. Edukasi: informasikan kemajuan pasien secara berkala informasikan fasilitas perawatan kesehatan yang tersedia. Kolaborasi: rujuk untuk terapi keluarga, jika perlu.

Perbedaan intervensi yang dilakukan dalam kasus dengan teori menurut SIKI adalah dalam kasus perawatan lebih ke individu sedangkan dalam teori SIKI lebih banyak melibatkan anggota keluarga yaitu dengarkan masalah, perasaan, dan pertanyaan keluarga, diskusikan rencana medis dan perawatan, fasilitasi memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan peralatan yang diperlukan untuk mempertahankan keputusan perawatan pasien, dan informasikan kemajuan pasien secara berkala. Sedangkan persamaannya adalah intervensi antara kasus Tn. S dan teori menurut SIKI adalah sama menerapkan penanganan non farmakologis dengan pemberian kompres hangat jahe merah untuk menurunkan tingkat nyeri.

Kompres hangat adalah suatu metode dalam menggunakan suhu hangat setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. Kompres hangat dapat digunakan pada pengobatan nyeri dan merelaksasi otot-otot tegang (Fidya, 2020).

Tindakan terapi kompres hangat jahe merah ini mendukung intervensi manajemen kesehatan keluarga tidak efektif yaitu diskusikan rencana medis

dan keperawatan dan fasilitasi memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan peralatan yang diperlukan untuk mempertahankan keputusan perawatan pasien.

Penulis berasumsi bahwa terdapat persamaan bahwa intervensi baik dalam kasus maupun teori dalam menangani gejala penderita gout arthritis yaitu dengan penerapan terapi non farmakologis berupa kompres hangat menggunakan jahe merah.

Implementasi

Implementasi yang dilakukan pada kasus asuhan keperawatan yaitu dengan pemberian teknik non farmakologis berupa kompres hangat jahe merah dengan langkah-langkah pada kasus sama dengan SOP ketiga jurnal menurut Anita, et. al., (2020), Samsudin, et. al., (2016), dan Arlina (2019) yaitu sebelum melakukan tindakan memberikan salam, memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan, mengkaji tingkat nyeri, menjaga privasi klien, menyiapkan jahe, dan cuci bersih, memarut jahe merah, memanaskan air, mencuci tangan, dan memakai handscoon, menyiapkan baskom berisi air hangat, mencelupkan handuk/waslap pada air hangat, meletakkan parutan jahe merah di atas waslap yang sudah dicelupkan air, kompres selama 20 menit, berikan tindakan 2 kali sehari kepada pasien, bersihkan dan keringkan tubuh pasien, lepaskan handscoon lalu cuci tangan, evaluasi tingkat nyeri, dokumentasikan hasilnya, lakukan kontrak waktu selanjutnya, akhiri dan bereskan alat, dokumentasikan tindakan.

Terdapat perbedaan dari asuhan keperawatan dan jurnal, dimana tidak semua menjelaskan seberapa lama tindakan dilakukan. Hanya dalam Anita, et. al., (2020) yang menjelaskan tindakan dilakukan selama 7 hari dan dalam kasus menurut Rizkiyantini (2018) tindakan dilakukan selama 5 kali kunjungan.

Evaluasi

Berdasarkan penelitian Anita, et. al., (2020), Samsudin, et. al., (2016), Arlina (2019), dan asuhan keperawatan oleh Rizkiyantini (2018), evaluasi yang dilakukan pada keluarga yang menderita nyeri gout arthritis dengan pemberian kompres hangat jahe merah sesuai SOP. Dapat disimpulkan bahwa kompres hangat dengan menggunakan jahe merah berpengaruh dalam menurunkan nyeri, dimana nyeri merupakan suatu kondisi yang tidak nyaman dan menyenangkan yang disebabkan oleh kerusakan jaringan. Jahe juga merupakan tanaman yang kaya akan manfaatnya salah satunya untuk mengobati nyeri gout arthritis.

Jahe merah memiliki kandungan orelasin yang bersifat anti radang atau anti inflamasi untuk meredakan nyeri salah satunya nyeri gout arthritis. Hasil penelitian oleh Anita, et. al., (2020) mengatakan rata-rata nyeri yang dirasakan sebelum dilakukan tindakan adalah 56% mengalami nyeri berat dan setelah dilakukan intervensi sebanyak 68% mengalami nyeri ringan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil telaah 3 jurnal, dapat ditarik kesimpulan yaitu sebagai berikut:

1. Pengkajian pada pasien gout arthritis ditandai dengan mengeluh nyeri pada bagian sendi, nyeri seperti ditusuk-tusuk, skala ringan sampai sedang, nyeri hilang timbul bahkan terus menerus. Gejala ini berhubungan dengan tanda gejala pada diagnosa manajemen kesehatan keluarga yaitu gejala penyakit anggota keluarga semakin memberat.
2. Diagnosa keperawatan pada pasien gout arthritis adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit ditandai dengan gejala penyakit anggota keluarga semakin memberat.
3. Perencanaan pasien gout arthritis adalah dengan penerapan

pemberian kompres hangat jahe merah.

4. Implementasi keperawatan pada pasien gout arthritis dengan melakukan terapi kompres hangat jahe merah 2 kali sehari pagi dan sore dengan durasi 20 menit selama 7 hari.
5. Evaluasi keperawatan pada pasien gout arthritis didapatkan bahwa pemberian terapi kompres hangat jahe merah terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri gout arthritis

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang sudah membimbing dan menyelesaikan penelitian ini, tidak lupa kepada orang tua, keluarga dan teman-teman yang selalu memberikan support selalu untuk tetap fokus dalam menyelesaikan penelitian ini.

REFERENSI

- Anita, Astanta, J., Lafau, B. O., & Nababan, T. (2020). 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, 6(2), 99-104.
- Arlina, Z. (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 Tahun 2018, 9(18).
- Febrianti, R. (2019). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Juanda Samarinda.
- Fidya, N. (2020). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Asam Urat. *Engineering, Construction*

And Architectural Management, 25(1), 1-9.

- Helmi, Z. N. (2012). *Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal*. (A. Suslia, Ed.). Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Kertia, N. (2013). *Asam Urat*. Yogyakarta: Bentang Pustaka.
- Nadirawati. (2018). *Asuhan Keperawatan Keluarga*. (Anna, Ed.) (1 Ed.). Bandung: Refika Aditama.
- PPNI, TIM POKJA SDKI DPP. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan*. Jakarta Selatan: DPP PPNI.
- PPNI, TIM POKJA SIKI DPP. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia* (1 Ed.). Jakarta Selatan: DPP PPNI.
- PPNI, TIM POKJA SLKI DPP. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: DPP PPNI.
- Rahayu, H. T., Rahayu, N. S., & Sunardi, S. (2017). The Effectiveness Of Red Ginger Compress Therapy (Zingiber Officinale Rosc . Var . Rubrum) On Elders With Joint Pain, 2(Hsic), 374-380.
- Riskesdas. (2018). Riset Kesehatan Dasar Indonesia.
- Rizkiyantini, H. (2018). *Aplikasi Kompres Hangat Dengan Jahe Merah Pada Penderita Gout Di Kabupaten Magelang*.
- Samsudin, A., Kundre, R., & Onibala, F. (2016). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscoe Var Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Padapenderitagout Arthritis Di Desa Tateli Dua Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. *Jurnal Keperawatan Unsrat*, 4(1), 114041.
- World Health Organization (Who). (2021). *Musculoskeletal Condition*.