

## **PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH TERHADAP NYERI PASIEN GOUT ARTHRITIS DI DESA TEBAT IJUK DILI KEC. DEPATI VII**

**Sarniyati  
Yosep Andri Putra  
Intan Lestari**

**Korespondensi:lauralorenza03@gmail.com**

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Insani Sakti, Provinsi Jambi**

### **ABSTRAK**

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah sehingga menyebabkan nyeri sendi, kemerahan, bengkak, dan keterbatasan aktivitas. Nyeri yang dirasakan pasien gout arthritis dapat mengganggu kualitas hidup, terutama pada lansia. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri adalah pemberian kompres hangat jahe merah. Jahe merah memiliki kandungan gingerol dan shogaol yang bersifat antiinflamasi dan analgesik. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri pada pasien gout arthritis di Desa Tebat Ijuk Dili Kecamatan Depati VII. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan dan demonstrasi pemberian kompres hangat jahe merah kepada masyarakat yang mengalami gout arthritis. Hasil kegiatan menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri serta peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan terapi nonfarmakologis dalam mengatasi nyeri gout arthritis.

Kata kunci: kompres hangat, jahe merah, nyeri, gout arthritis

### **ABSTRACT**

*Gout arthritis is a metabolic disease characterized by increased uric acid levels in the blood, causing joint pain, swelling, redness, and limited mobility. Pain experienced by gout arthritis patients can reduce quality of life, especially in the elderly. One non-pharmacological therapy to reduce pain is the application of warm red ginger compresses. Red ginger contains gingerol and shogaol compounds that have anti-inflammatory and analgesic effects. The purpose of this activity was to determine the effect of warm red ginger compresses on pain reduction in gout arthritis patients in Tebat Ijuk Dili Village, Depati VII District. The method used was health education and demonstration of warm red ginger compress application. The results showed a decrease in pain intensity and an increase in community knowledge regarding non-pharmacological pain management for gout arthritis.*

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

## **1. PENDAHULUAN**

Gout arthritis merupakan penyakit inflamasi sendi yang disebabkan oleh penumpukan kristal monosodium urat akibat tingginya kadar asam urat dalam darah. Penyakit ini sering menyerang sendi-sendi kecil seperti jari kaki, pergelangan kaki, dan lutut, serta ditandai dengan nyeri hebat yang datang secara tiba-tiba (Smeltzer & Bare, 2020)

Prevalensi gout arthritis di Indonesia cenderung meningkat seiring dengan perubahan pola hidup, konsumsi makanan tinggi purin, serta kurangnya aktivitas fisik. Nyeri sendi yang dialami penderita gout arthritis dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, kualitas tidur, dan produktivitas kerja.

Penatalaksanaan nyeri gout arthritis tidak hanya menggunakan terapi farmakologis, tetapi juga dapat didukung dengan terapi nonfarmakologis. Salah satu terapi nonfarmakologis yang mudah dilakukan adalah kompres hangat jahe merah. Jahe merah diketahui memiliki efek vasodilatasi, meningkatkan aliran darah, serta mengandung senyawa aktif yang mampu menurunkan nyeri dan peradangan.

Berdasarkan kondisi tersebut, penulis tertarik melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Nyeri Pasien Gout Arthritis di Desa Tebat Ijuk Dili Kecamatan Depati VII.

## **2. MASALAH**

Berdasarkan hasil pengamatan di Desa Tebat Ijuk Dili, sebagian besar masyarakat yang mengalami gout arthritis masih mengandalkan obat-obatan untuk mengatasi nyeri dan belum mengetahui terapi nonfarmakologis seperti kompres hangat jahe merah. Kurangnya pengetahuan ini menyebabkan nyeri sering kambuh dan tidak tertangani secara optimal.

Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam mengatasi nyeri gout arthritis secara mandiri dengan menggunakan kompres hangat jahe merah

## **3. METODE**

### **a. Tahap Persiapan**

Tahap persiapan meliputi penyusunan perencanaan kegiatan, pembuatan leaflet edukasi tentang gout arthritis dan manfaat kompres hangat jahe merah, serta persiapan alat dan bahan yang digunakan. Persiapan dilakukan satu minggu sebelum pelaksanaan kegiatan.

### **b. Tahap Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pemberitahuan kepada Kepala Desa Tebat Ijuk Dili untuk mengumpulkan masyarakat yang mengalami keluhan gout arthritis. Kegiatan

meliputi penyuluhan kesehatan, diskusi, serta demonstrasi cara pembuatan dan pemberian kompres hangat jahe merah.

### **c. Evaluasi**

#### **1. Struktur**

Peserta yang hadir sebanyak 15 orang penderita gout arthritis di Desa Tebat Ijuk Dili Kecamatan Depati VII. Setting tempat pelaksanaan kegiatan sudah sesuai dengan perencanaan yang telah dibuat. Alat dan bahan yang digunakan untuk penyuluhan dan demonstrasi kompres hangat jahe merah seperti leaflet, baskom, air hangat, jahe merah, dan handuk kecil tersedia lengkap dan dapat digunakan dengan baik.

Bahasa yang digunakan selama kegiatan bersifat komunikatif dan mudah dipahami oleh peserta. Peserta mampu mengikuti setiap tahapan kegiatan, mulai dari penyuluhan hingga praktik langsung pemberian kompres hangat jahe merah. Selama kegiatan berlangsung, peserta aktif bertanya dan menunjukkan ketertarikan terhadap terapi nonfarmakologis yang diberikan.

#### **2. Proses**

Pelaksanaan kegiatan dilakukan sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan, yaitu pada pukul 08.30 WIB sampai selesai. Kegiatan diawali dengan pembukaan, dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan tentang gout arthritis dan manfaat kompres hangat jahe merah, kemudian demonstrasi serta praktik langsung oleh peserta.

Selama proses kegiatan berlangsung, peserta terlihat antusias dan kooperatif. Peserta mampu mengikuti instruksi dengan baik dan memahami langkah-langkah pembuatan serta cara penggunaan kompres hangat jahe merah. Kegiatan berjalan lancar tanpa hambatan yang berarti.

### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan dilaksanakan di Desa Tebat Ijuk Dili Kecamatan Depati VII dengan jumlah peserta sebanyak 15 orang penderita gout arthritis. Peserta mengikuti kegiatan dengan antusias dan aktif dalam sesi tanya jawab. Setelah dilakukan demonstrasi dan praktik langsung, sebagian besar peserta menyatakan nyeri berkurang dan merasa lebih nyaman pada area sendi yang nyeri.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kompres hangat jahe merah dapat menjadi alternatif terapi nonfarmakologis yang efektif, mudah dilakukan, dan aman untuk mengurangi nyeri pada pasien gout arthritis.

### 1.1 Gambaran kegiatan PKM



## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Pemberian kompres hangat jahe merah dapat menurunkan nyeri pada pasien gout arthritis.
2. Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan terapi nonfarmakologis dalam mengatasi nyeri gout arthritis.
3. Kompres hangat jahe merah dapat dijadikan terapi pendamping yang mudah diterapkan secara mandiri di rumah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta: Kemenkes RI.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2021). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan NANDA NIC NOC. Yogyakarta: Mediaction.
- Pratiwi, R., Sari, D. P., & Handayani, S. (2021). Pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri pada penderita asam urat. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 8(2), 75–82.
- Putri, A. D., & Lestari, W. (2023). Pemanfaatan jahe merah sebagai terapi nonfarmakologis pada nyeri sendi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 210–217.
- Rahmawati, I., & Yuliana, E. (2022). Efektivitas terapi kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada pasien gout arthritis. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(1), 45–52.
- Sari, M., Nugroho, A., & Widodo, T. (2024). Intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan nyeri gout arthritis pada lansia. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 12(1), 33–40.
- Smeltzer, S. C., Hinkle, J. L., Cheever, K. H., & Bare, B. G. (2020). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing* (14th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Tamsuri, A. (2020). *Manajemen Nyeri dalam Asuhan Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- World Health Organization. (2021). *WHO Guidelines on the Management of Chronic Musculoskeletal Pain*. Geneva: WHO.