

ABSTRAK

Latar Belakang: Kompres jahe dapat menurunkan nyeri asam urat, kompres jahe merupakan pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri asam urat. Kompres jahe memiliki kandungan enzim siklo-oksigenasi yang dapat mengurangi peradangan pada penderita asam urat, selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas (zingerol dan oleoresin tinggi), dimana senyawa ini dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh kompres jahe terhadap penurunan nyeri pada penderita asam urat.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian study kasus, dimana peneliti mengambil sampel 5 orang yang mempunyai riwayat penyakit asam urat.

Hasil: Dari pannelitia tersebut didapatkan hasil bahwa setelah dilakukan kompres jahe selama 3 kali seminggu dengan durasi 15-30 menit didapatkan data sebelum dilakukan kompres air hangat memakai jahe, untuk pertemuan pertama sebelum dilakukan kompres jahe didapatkan 5 dari 5 orang mengalami nyeri skala 4 (sedang), setelah dilakukan kompres jahe 3 dari 5 orang nyeri berkurang menjadi skala 2 (ringan) dan 2 orang nyeri berkurang menjadi 3 (ringan), pertemuan ke dua sebelum dilakukan kompres jahe didapatkan 3 orang mengalami nyeri skala 3 (ringan) dan 2 mengalami skala nyeri 4 (sedang) dan sesudah dilakukan kompres jahe didapatkan 5 orang skala nyerinya berkurang menjadi ringan (1 sampai 3), untuk pertemuan terakhir didapatkan sebelum dan sesudah dilakukan kompres jahe 5 orang mengalami nyeri skala ringan (1 sampai 3).

Simpulan: Terapi kompres jahe dapat menurunkan intensitas nyeri pada penderita asam urat, jahe memiliki sifat anti inflamasi non steroid dimana jahe dapat menekan sintesis prostaglandin-1 dan siklooksigenase-2. Sehingga ketika diberikan kompres jahe rasa pedas dari kompres jahe tersebut akan mengurangi peradangan, meredakan nyeri, dan kaku.

Kata Kunci: Kompres Jahe, Nyeri, Asam Urat

Daftar Pustaka: 18 jurnal dan 2 google books

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Asam urat atau *gout arthritis* adalah suatu radang persendian yang berulang, yang disebabkan oleh deposit atau penimbunan kristal asam urat di dalam persendian (Anita et al, 2020). Bagian tubuh yang terkena terutama adalah bagian sendi yang berada pada ujung tubuh seperti ibu jari kaki. Sedangkan sasaran lainnya adalah sendi pada siku, lutut, pergelangan kaki dan tangan, atau bahu. Sendi adalah penghubung antara dua tulang atau lebih yang memungkinkan terjadinya gerakan. Sendi-sendi utama seperti pinggul, lutut dan siku mudah mengalami keausan dan regangan yang tetap, sehingga umumnya bisa terjadi ketidaknyamanan setiap saat (Purnamasari dan Listiyarini, 2015)

Menurut WHO (*World Health Organization*), hiperurisemia terjadi pada 5-30% *populasi* umum dan prevalensi dapat lebih tinggi pada beberapa kelompok etnik tertentu. Prevalensi gout belakangan ini menunjukkan peningkatan di seluruh dunia, diduga karena peningkatan prevalensi dan penggunaan obat-obatan.

Di Indonesia sendiri penyakit gout artritis pertama kali diteliti oleh seorang dokter Belanda, dr. Van den horst ditemukan 15 kasus penyakit asam urat oleh masyarakat kurang mampu di wilayah Jawa Tengah pada tahun 1935(Rusnoto et al, 2020), prevalensi asam urat di Indonesia menduduki urutan kedua setelah osteoartritis. di Indonesia sendiri diperkirakan 1,6-13,6/100.000 orang, prevalensi ini meningkat seiring dengan meningkatnya umur. Pada keperawatan komplementer ada terapi herbal dimana tidak ada bahan farmakologi yang digunakan. Jahe mempunyai banyak khasiat yaitu dapat menurunkan rasa nyeri pada penyakit nyeri sendi atau asam urat. Banyaknya penelitian tentang manfaat dan khasiat jahe yang terbukti ampuh untuk meredakan/menurunkan skala nyeri asam urat/nyeri sendi, maka jahe digunakan sebagai kompres pada penderita asam urat atau nyeri sendi (Purnamasari dan Listiyarini, 2015)

Nyeri sendi merupakan tanda dan gejala dari penyakit Atritis Gout, rasa nyeri merupakan rasa yang paling sering menyebabkan seseorang mencari pertolongan medis. Nyeri adalah pengalaman sensoris dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual dan potensial. Nyeri sangat mengganggu menyulitkan banyak orang dibanding suatu penyakit. Selama ini bila terjadi nyeri terutama nyeri sendi asam urat, kebanyakan petugas kesehatan di rumah sakit ataupun puskesmas langsung memberikan tindakan medis (terapi farmakologi) dibandingkan dengan melakukan Tindakan mandiri (terapi-non farmakologi).

Asam urat sering terjadi pada lansia, hal ini ditandai dengan *hiperurisemia* atau peningkatan asam urat di dalam badan seseorang. Cara yang bisa menurunkan derajat nyeri asam urat adalah menggunakan terapi non farmakologis serta farmakologis. Terapi farmakologis yaitu tindakan memberikan obat analgesik seperti obat anti radang serta *nonsteroid* (OAINS) sebagai penurun nyeri, sedangkan diberikannya terapi kompres hangat jahe merah adalah tindakan secara non farmakologis (Ilham, 2020). Dimana kompres hangat akan menimbulkan rasa panas, maka respon tubuh secara fisiologis antara lain dapat menstabilkan darah yang kental, otot menjadi rileks, keseimbangan metabolisme jaringan, meningkatkan permeabilitas jaringan, menumbuhkan rasa kenyamanan dan mengurangi kecemasan (Syamsu, 2017).

Bahan alami yang cocok untuk menimbulkan sensasi hangat salah satunya adalah jahe merah. Dimana mengandung beberapa komponen seperti, pati (52,0%), minyak astiri (3,9%), serta saripati yang tercampur di dalam alcohol (9,93%) lebih banyak dari jahe gajah serta jahe emprit. Jahe merah bersifat pahit, pedas serta aromatik yang berasal dari olerasin yaitu *gingerol*, *zingeron* dan *shogaol*. Dimana terdapat anti radang dari olerasin, antioksidan yang kuat serta anti nyeri. Sehingga *olerasin* atau *zingeron* ini berguna untuk menghambat sintesis prostaglandin hingga mampu mengurangi nyeri sendi ataupun ketegangan otot (Syamsu, 2017).

Kompres jahe dapat menurunkan nyeri asam urat, kompres jahe merupakan pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri asam urat. Kompres jahe memiliki kandungan enzim siklo-oksigenasi yang dapat

mengurangi peradangan pada penderita asam urat, selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas (zingerol dan oleoresin tinggi), dimana senyawa ini dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah, manfaat yang maksimal akan dicapai dalam waktu 20 menit dan setiap 5 menit mengganti air rendamannya(Pumamasari dan Listyarini, 2015).

Berdasarkan data survey pendahuluan dengan wawancara 5 responden didapatkan hasil bahwa dari keluhan yang disampaikan pada dasarnya sama yaitu rasa nyeri sendi (asam urat) pada area lutut, namun yang membedakan hanya pada skala nyeri yang dirasakan oleh responden. Kejadian itu terjadi berulang setiap malam akan tidur, juga setelah melakukan aktivitas. Klien juga mengatakan bahwa ketika nyeri tersebut mulai terasa maka klien mengatasi nyerinya dengan mengonsumsi obat (obat asam urat dan analgetik) yang diberikan oleh pegawai kesehatan Puskesmas tersebut dan tanpa disertai dengan terapi herbal rutin untuk mengurangi skala nyeri yang mereka rasakan, misalnya kompres dengan air rendaman jahe, oleh karena itu peneliti akan melakukan teknik keperawatan komunitas dengan tindakan eksperimen berupa terapi komplementer herbal yaitu bahan jahe dalam menurunkan skala nyeri lansia dengan asam urat. Hal ini dikarenakan penyakit degeneratif yang diderita lansia sehingga faktor inilah yang mendasari penyakit asam urat juga disertai dengan aktivitas berlebihan yang dilakukan oleh lansia setiap harinya(Pumamasari dan Listyarini, 2015).

Pengobatan non farmakologis sangat efektif dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri yang timbul pada asam urat. Sehingga dari uraian latar belakang inilah yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang kompres air rendaman jahe yang dapat digunakan untuk menurunkan skala nyeri pada penyakit sendi khususnya asam urat.

B. Rumusan Masalah

Sesuai uraian pada latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Pengaruh penerapan Tindakan Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Asam Urat Di Desa Bugangan Kecamatan Kedungwuni ?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Karya ilmiah akhir ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres jahe terhadap penurunan nyeri pada penderita asam urat.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari karya ilmiah akhir ini sebagai berikut :

- a. Mahasiswa mampu menganalisis asuhan keperawatan komunitas pada penderita asam urat terutama nyeri yang disebabkan oleh tingginya kadar asam urat.
- b. Mahasiswa mampu menganalisis hasil implementasi dan evaluasi dengan asuhan keperawatan komunitas dengan intervensi kompres jahe untuk menurunkan nyeri pada penderita asam urat di desa bugangan kecamatan kedungwuni dengan indikator gejala nyeri berkurang, masalah dapat teratasi, intervensi dan implementasi yang tepat sesuai EBN dan evaluasi hasil yang tepat.

D. Manfaat

1. Bagi Pasien

Tindakan penerapan ini bermanfaat bagi penderita asam urat sebagai upaya terapi non farmakologis untuk menurunkan rasa nyeri.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Karya ilmiah akhir ini bermanfaat bagi profesi keperawatan sebagai bahan kajian untuk melakukan asuhan keperawatan pada komunitas penderita dengan asam urat.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil karya ilmiah akhir ini dapat dijadikan referensi maupun literatur mengenai asuhan keperawatan pada penderita asam urat yang mengalami nyeri.

4. Bagi Instansi Kesehatan

Sebagai bahan pertimbangan alternatif dalam penanganan nyeri pada penderita asam urat

