PENERAPAN RENDAM AIR HANGAT JAHE MERAH TERHADAP TINGKAT NYERI ASAM URAT (GOUT ARTHRITIS) PADA NY. S DI WISMA SERUNI

Dinia Silvi[1], Handono Fatkhur Rahman[2], Ahmad Kholid Fauzi[3]

(1, 2, 3) Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Nurul Jadid, Probolinggo

✉ Corresponding author:
Diniasilvi91@gmail.com

Abstrak

Nyeri merupakan respons kompleks tubuh terhadap rangsangan yang merugikan atau berpotensi merugikan. Hal ini mekanisme perlindungan alami yang membantu tubuh untuk menghindari atau merespons cedera. Nyeri bisa menjadi tanda peringatan bahwa ada sesuatu yang salah di dalam tubuh atau sebagai hasil dari cedera atau penyakit. Nyeri bisa disebabkan dari berbagai faktor salah satunya penyakit asam urat. Nyeri akibat asam urat terkait dengan kondisi medis yang disebut sebagai gout, atau gout arthritis. Gout terjadi ketika terlalu banyak asam urat terakumulasi dalam tubuh, biasanya dalam bentuk kristal, dan menumpuk di persendian atau jaringan sekitarnya. Kristal asam urat ini dapat menyebabkan peradangan yang menyakitkan. Tujuan: Melaksanakan Penerapan Rendam Air Hangat Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Lansia Di Wisma Seruni. Metode: Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan metode eksperimen, wawancara, dan pemeriksaan fisik. Pengambilan kasus asuhan keperawatan pada Ny, S terhadap penurunan nyeri dan asam urat (Gout Arthritis) dengan penerapan tehnik rendam air hangat jahe merah. Hasil: Gambaran kasus ini menunjukkan setelah dilakukan intervensi teknik rendam air hangat jahe merah progresif asam urat (gout arthritis) pada klien menurun serta membuat klien nyaman dan tenang. Kesimpulan: Berdasarkan hasil evaluasi kasus yang didapatkan klien dengan asam urat (gout arthritis) penulis mengangkat diagnosa keperawtan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis ditandai dengan asam urat yang tinggi.

Kata Kunci: Nyeri, Asam Urat, Gout Arthritis, Jahe

Abstract

Pain is the body's complex response to harmful or potentially harmful stimuli. This is a natural protective mechanism that helps the body to avoid or respond to injury. Pain can be a warning sign that something is wrong in the body or the result of injury or disease. Pain can be caused by various factors, one of which is gout. Pain due to gout is related to a medical condition known as gout or gouty arthritis. Gout occurs when too much uric acid accumulates in the body, usually in crystal form, and builds up in joints or surrounding tissues. These uric acid crystals can cause painful inflammation. Objective: Implementing the Application of Warm Red Ginger Water Soaks on the Levels of Gout Pain (Gout Arthritis) in the Elderly at Wisma Seruni. Method: The method used in this study is to use experimental methods, interviews, and physical examinations. Taking nursing care cases on Mrs. S against pain reduction and gout (Gout Arthritis) with the red ginger warm water soak technique. Results: The description of this case shows that after the warm water immersion technique in red ginger, the client's uric acid (gouty arthritis) decreased and made the client comfortable and calm. Conclusion: Based on the results

of case evaluations obtained by clients with gout (gouty arthritis), the author raised a nursing diagnosis of acute pain related to physiological injurious agents characterized by high uric acid.

Keywords: *Pain, Gout, Gout Arthritis, ginger*

PENDAHULUAN

Nyeri merupakan respons kompleks tubuh terhadap rangsangan yang merugikan atau berpotensi merugikan (Pusporini & Fuadiyah, 2020). Hal ini mekanisme perlindungan alami yang membantu tubuh untuk menghindari atau merespons cedera. Nyeri bisa menjadi tanda peringatan bahwa ada sesuatu yang salah di dalam tubuh atau sebagai hasil dari cedera atau penyakit (Busvold & Bondevik, 2018). Nyeri bisa disebabkan dari berbagai faktor salah satunya penyakit asam urat. Nyeri akibat asam urat terkait dengan kondisi medis yang disebut sebagai gout, atau gout arthritis. *Gout* terjadi ketika terlalu banyak asam urat terakumulasi dalam tubuh, biasanya dalam bentuk kristal, dan menumpuk di persendian atau jaringan sekitarnya. Kristal asam urat ini dapat menyebabkan peradangan yang menyakitkan (Anggraini, 2022).

Lansia merupakan istilah gambaran orang-orang yang telah mencapai usia tua atau lanjut usia. Secara umum, lansia adalah individu yang berusia 60 tahun ke atas, fase di mana seseorang biasanya mulai mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang berhubungan dengan penuaan (Karni, 2018). Beberapa karakteristik umum lanjut usia meliputi penurunan daya penglihatan dan pendengaran, penurunan kekuatan fisik, munculnya penyakit kronis, perubahan dalam kesehatan mental seperti penurunan kognitif, serta perubahan dalam kebutuhan sosial dan dukungan. Oleh karena itu, penting bagi masyarakat untuk memberikan perhatian dan dukungan yang memadai kepada populasi lansia untuk memastikan bahwa mereka dapat menjalani kehidupan yang bermakna dan berkualitas pada tahap lanjut usia (Muhith & Siyoto, 2016).

Penderita gout arthritis pada lansia di seluruh dunia telah mencapai angka 355 juta jiwa, artinya 1 dari 6 lansia di dunia ini menderita gout atritis. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25% akan mengalami kelumpuhan. Organisasi kesehatan dunia (WHO) melaporkan bahwa 20% penduduk dunia terserang penyakit gout arthritis dimana 5-10% adalah mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% mereka yang berusia 60 tahun keatas. Artinya lebih banyak pada usia lanjut (WHO, 2021). Penyakit sendi salah satunya Arthritis Gout (asam urat) termasuk kedalam penyakit tidak menular tertinggi yang diderita masyarakat Indonesia. Prevalensi penyakit asam urat jika dilihat dari karateristik umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) dan data Sumatera Barat atritis gout mencapai 12,7% dan 7% *atritis gout* di derita oleh lansia usia 60 tahun keatas (Riskesdas, 2018).

Gout Arthritis dapat disebabkan oleh usia, kemampuan ginjal dalam membuang asam urat yang berlebih sudah menurun, dan terlalu banyak mengonsumsi makanan yang mengandung purin. Makanan yang dikonsumsi akan menghasilkan sisa metabolisme zat purin yang disebut dengan asam urat. Purin adalah zat hasil metabolisme protein yang bisa ditemukan di tubuh dan makanan (Madyaningrum et al., 2020). Kadar normal asam urat menurut World Health Organization (WHO) pada pria adalah 3,5 – 7 mg/dl dan pada wanita 2,6 – 6 mg/dl. Asam urat akan dikeluarkan oleh tubuh melalui feses dan urin jika tubuh dalam keadaan normal. Namun jika ginjal tidak mampu mengeluarkan kristal asam urat, kadar asam urat yang tinggi terjadi di dalam tubuh kemudian menumpuk di persendian dan menyebabkan rasa nyeri. Akibatnya, penderita asam urat sering mengalami kesulitan berjalan (Kemenkes, 2020). Oleh karena itu, pemahaman tentang tanda dan gejala asam urat perlu diketahui lebih lanjut.

Dampak dari *Gout Arthritis* ini dapat mengancam jiwa penderitanya atau dapat menimbulkan gangguan kenyamanan, dan masalah yang disebabkan oleh penyakit rematik tidak hanya berupa keterbatasan yang tampak jelas pada mobilitas hingga terjadi hal yang paling ditakuti yaitu menimbulkan kecacatan seperti kelumpuhan dan gangguan aktivitas hidup sehari-hari tetapi juga efek sistemik yang tidak jelas tetapi dapat menimbulkan kegagalan organ dan

kematian atau mengakibatkan masalah seperti rasa nyeri, keadaan mudah lelah, perubahan citra diri serta resiko tinggi terjadi cedera.

Penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti et al., (2019) menunjukkan bahwa rimpang jahe merah (*Zinger Officinale Roscoe var Rubrum*) dapat mengurangi peradangan dan asam urat yang menumpuk dan melancarkan sirkulasi darah. Jika asam urat menurun, rasa nyeri yang dirasakan akan menghilang secara bertahap. Jahe merah dapat mengurangi nyeri asam urat pada lansia secara bertahap Berdasarkan hasil lain penelitian yang dilakukan oleh Anita et al., (2020) memberikan teknik kompres jahe menggunakan jahe merah sebanyak 100 gram/ 1 responden selama 2 kali yang dilakukan pada tahun 2018 di Wilayah Kerja Puskesmas Alianyang Kota Pontianak. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa kompres jahe merah dapat menurunkan nyeri pada penderita *gout arthritis*. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Yanti et al., (2019) memberikan jahe merah sebanyak 20 gram selama 20 menit. Kompres dilakukan selama 7 hari berturut-turut. Hasil penelitiannya menunjukkan senyawa gingerol terbukti mempunyai manfaat sebagai antipiretik, antitusif, anti implamasi dan analgesik.

Pencegahan asam urat dapat dilakukan dengan menghindari makanan yang tinggi purin, seperti jeroan dan makanan yang diawetkan. Minuman beralkohol, serta obesitas juga merupakan salah satu penyebab kadar asam urat tinggi, oleh karena itu dianjurkan untuk menjaga pola makan agar berat badan dapat terkontrol. Olahraga yang teratur dapat dilakukan untuk pencegahan penyakit asam urat, karena olahraga yang teratur dapat memperbaiki kondisi kekuatan dan kelenturan sendi serta memperkecil resiko terjadinya kerusakan sendi akibat peradangan sendi. Upaya penunjang lain untuk mengatasi nyeri *Gout Arthritis* adalah dengan pengobatan non farmakologis, yaitu dengan memanfaatkan bahan-bahan herbal yang dikenal turun temurun oleh masyarakat dapat berkhasiat menurunkan nyeri, salah satunya adalah jahe. 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. Rasa pedas dari jahe tersebut akan mengurangi peradangan, meredakan nyeri, kaku, dan spasme otot (Sundari et al., 2019).

Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan untuk intervensi secara mandiri dan bersifat alami yaitu hidroterapi rendaman air hangat secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot (Liana, 2019). Hidroterapi rendam air hangat sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya mahal dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya. Terapi rendam kaki air hangat akan memberikan respon lokal terhadap panas melalui stimulasi ini akan mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipothalamus diransang, sistem effektor mengeluarkan signal yang mulai berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah diatur oleh pusat vasomotor pada medulla oblongata dari tangkai otak, dibawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi (Haksara & Rahmanti, 2022).

Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah ke setiap jaringan bertambah, khususnya yang mengalami radang dan nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi pada jaringan yang meradang. Hal ini berarti kompres hangat lebih efektif untuk menurunkan nyeri pada penderita *arthritis gout* (Potter & Perry, 2006). Rendam kaki dapat dikombinasikan dengan bahan-bahan herbal lain salah satunya jahe. Setelah peneliti melakukan observasi dan pemeriksaan test GCU di dapatkan ada 10 orang lansia yang mempunyai penyakit *gout arthritis* dari 15 jumlah lansia yang ada di wisma seruni. Berdasarkan wawancara, ada beberapa lansia yang tidak mengetahui bahwasanya terkena gout arthritis dan juga tidak tau bagaimana penanganan dan juga pengobatannya, hal tersebut memiliki resiko pada lansia dan akan memiliki dampak yang sangat besar terhadap kesehatan dan juga tingkat kenyamanannya yang di akibatkan oleh nyeri asam urat.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk memberikan asuhan keperawatan pada klien secara professional sekaligus menyusun lapotan Karya Ilmiah Akhir berjudul

"Penerapan rendam air hangat jahe merah terhadap Tingkat Nyeri Asam Urat (*Gout ArthritiS*) Pada Ny. S Di Wisma Seruni".

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan metode eksperimen, wawancara, dan pemeriksaan fisik. Pengambilan kasus asuhan keperawatan pada Ny, S terhadap penurunan nyeri dan asam urat (Gout Arthritis) dengan penerapan tehnik rendam air hangat jahe merah yang di laksanakan pada tanggal 20-12-2023 dalam kurun waktu 3 hari. Perlakuan terapi rendam air hangat jahe selama 15-20 menit kemudian di lakukan pengukuran asam urat menggunakan GCU dan pengkajian skala nyeri kembali. Pengkajian yang meliputi, melakukan proses pengkajian, merumuskan diagnose keperawatan, menyusun intervensi keperawatan, melakukan implementasi keperawatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pada BAB IV menyajikan hasil pengumpulan data yang di peroleh sejak tanggal 21-23 Desember 2023 di lakukan pada Ny. S dengan jenis kelamin perempuan yang menderita asam urat di wisma seruni. Pasien yang mengalami asam urat sebelum di berikan terapi rendam kaki air hangat jahe dilakukan pengukuran kadar asam urat menggunakan GCU untuk memastikan adanya asam urat, setelah itu melakukan pengkajian skala nyeri.

Tabel 1. Hasil cek kadar asam urat pasien gout arthritis sebelum dan sesudah di lakukan terapi rendam kaki dengan air hangat jahe merah.

Nama	Usia	Asam urat awal	Asam urat akhir
Ny. S	78 th	11	9,3

Berdasarkan data tabel di atas pasien berusia 78 tahun dan memiliki hasil kadar asam urat 11 mg/dl. Artinya kadar asam urat pasien tersebut tinggi melebihi batas normal wanita yang seharusnya tidak lebih dari 6 mg/dl.

Tabel 2. Skala nyeri sebelum dan sesudah di lakukan terapi rendam kaki dengan air hangat jahe merah.

Hari/ tanggal	Skala nyeri (*pre*)	Skala nyeri (*post*)	Keterangan
Kamis/ 21-12-2023	6	5	Terjadi penurunan nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan rendam air hangat jahe.
Jumat/ 22-12-2023	5	4	Terjadi penurunan nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan rendam air hangat jahe.
Sabtu/ 23-12-2023	4	3	Terjadi penurunan nyeri sebanyak 1 setelah menggunakan rendam air hangat jahe.

Berdasarkan tabel di atas bahwa pasien memiliki keluhan nyeri akibat asam urat. Pasien mengeluh nyeri sedang, hal tersebut di buktikan dengan wawancara dan pengecekan kadar asam urat menggunakan GCU dengan kadar di atas normal yaitu di atas 6 mg/dl untuk wanita dan 7 mg/dl untuk pria. Dari hasil wawancara pasien tersebut tidak mengetahui bahwasanya memiliki gout arthiritis, pasien hanya mengatakan nyeri di kaki kanan sampai kelutut dengan skala nyeri 6.

Pembahasan

Pengkajian

Pada saat dilakukan pengkajian didapatkan Data Subjektif: pasien mengatakan nyeri/sakit dibagian kaki kanan sampai ke lutut dan sedikit bengkak, pasien juga mengatakan nyeri bertambah apabila melakukan aktivitas berlebihan, pasien juga mengatakan kesulitan berjalan Karna nyerinya, Nyeri seperti ditusuk-tusuk, dengan skala nyeri 6 dan nyerinya hilang timbul. Data objektif: pasien mengeluh nyeri, pasien tampak meringis, pasien tampak hanya berbaring di tempat tidur, hasil pemeriksaan asam urat yg di dapatkan adalah 11.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa hasil pemeriksaan asam urat pasien sebelum di berikan terapy non farmakologi rendam kaki dengan air hangat jahe yaitu 11 mg/dl. Pasien mengatakan nyeri di kaki kanan hingga lutut dan juga sedikit bengkak. Pasien juga tidak mengetahui cara pengobatannya. Sedangkan pemeriksaan asam urat pasien sesudah di berikan terapy non farmakologi rendam kaki dengan air hangat jahe yaitu 9.3 mg/dl. Disini pasien mengalami penurunan kadar asam urat, artinya ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi tersebut.

Diagnosa

Hasil pengkajian pada pasien di dapatkan diagnosa keperawatan, yaitu : Nyeri akut (D.0077) b/d agen pencedera fisiologis d/d pasien tampak meringis (Tim Pokja, 2017).

Intervention

Penulis menyusun intervensi keperawatan setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3x24 jam, maka di harapkan nyeri akut berkurang dengan kreteria hasil: keluhan nyeri menurun, meringis menurun. Peneliti menggunakan tehnik non farmakologis rendam air hangat jahe merah dikarenakan jahe merah mengandung gingerol yang dapat memberikan efek antipiretik sehingga mampu mengurangi rasa nyeri. Intervensi yang dilakukan dengan Manajemen Nyeri (I.08238) yaitu: 1) Identifikasi lokasi, karakterisitik, durasi, frekuensi, dan intensitas nyeri, 2) Identifikasi skal nyeri, 3) Identifikasi factor yang memperberat dan memperingan nyeri , 4) Identifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup, 5) Berikan tehnik non farmakologis dengan rendam air hangat jahe untuk mengurangi rasa nyeri, 6) Fasilitasi istirahat dan tidur, 7) Anjurkan memonitor nyeri secara mandiri (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa intensitas nyeri responden sebelum dilakukan terapi kompres jahe merah adalah nyeri sedang yaitu 1 orang. Pada Ny. S dengan skala nyeri sebelum intervensi 6 (nyeri sedang), pasien belum mengenal penyebab gout arthritis, dan belum melakukan perawatan dengan minuman herbal atau yang lainnya. Dapat disimpulkan bahwa masalah keperawatan yang dapat diambil adalah nyeri akut b/d agen pencedera fisiologis d/d mengeluh nyeri. Hal ini terbukti ketika pengkajian berlangsung responden dengan skala nyeri sedang mengeluh nyeri yang dialami dan mengungkapkan tidak bisa melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umah & Anggreini (2018) yang menjelaskan lansia mengalami perubahan sistem tubuh paling sering pada sistem muskuloskeletal.

Perubahan yang terjadi seperti perubahan pada jaringan penghubung (kolagen dan elastin), berkurangnya kemampuan kartilago untuk beregenerasi, kepadatan tulang berkurang, perubahan struktur otot dan terjadi penurunan elastisitas sendi yang menyebabkan nyeri sendi. Penyakit gangguan sistem muskuloskletal yang dapat menyebabkan nyeri sendi antara lain: osteoritis, ahrtritis gout, ahrtritis rheumatoid, arthritis infeksi (Muchlis & Ernawati, 2021). Gessl et al., (2021) menjelaskan gejala utama artritis adalah nyeri, bengkak, dan kaku pada sendi. Ketika reaksi inflamasi dimulai, arteri suplai melebar, memungkinkan lebih banyak darah mengalir ke mikrosirkulasi lokal. Vena yang sebelumnya kosong dengan cepat melebar dan dipenuhi darah. Menurut Ekayamti, (2021), dampak nyeri gout artritis yang dirasakan lansia berupa menurunnya kualitas hidup lansia karena nyeri yang sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Muncul keluhan pada sendi dimulai dengan rasa kaku atau pegal pada malam hari nyeri, persendian yang

terkena tampak merah, mengkilap, dan bengkak, kulit terasa panas dan nyeri, serta persendian menjadi kaku.

Implementasi

Implemetasi dilakukan mulai tanggal 21-23 desember 2023 (terhitung 3 hari). Pada implementasi hari pertama tanggal 21 desember 2023 jam pukul 09:00 WIB yaitu dengan 1) Mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, dan intensitas nyeri (dikaki kanan sampai kelutut, nyeri seperti ditusuk tusuk, dan hilang timbul), 2) Mengidentifikasi skala nyeri (skala nyeri 6), 3) Mengidentifikasi yang memperberat dan memperingan nyeri (apabila banyak bergerak), 40 Mengidentifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup (pasien hanya istirahat, dan tidak bisa mengambil makanan sendiri, sehingga dibantu teman sekamarnya), 5) Memberikan terapi non farmakologis dengan rendam air hangat jahe selama 15-20 menit, 6) Menganjurkan pasien untuk istirahat, 7) Menganjurkan pasien untuk memonitor nyeri secara mandiri, 8) Menganjurkan pasien untuk menghindari makanan yang bisa memperparah terjadinya peradangan sendi.

Implementasi pada hari kedua tanggal 22 desember 2023 pukul 09:00 WIB yaitu dengan 1) Mengidentifikasi skala nyeri (skala nyeri 5), 2) Memberikan terapi non farmakologis dengan rendam air hangat jahe selama 15-20 menit, 3) Menganjurkan pasien untuk istirahat, 4) Menganjurkan pasien untuk memonitor nyeri secara mandiri, 5) Menganjurkan pasien untuk menghindari makanan yang bisa memperparah terjadinya peradangan sendi.

Implementasi pada hari ketiga tanggal 23 desember 2023 di pukul 09:00 WIB, sebagai berikut : 1) Mengidentifikasi skala nyeri (skala nyeri 3), 2) Memberikan terapi non farmakologis dengan rendam air hangat jahe selama 15-20 menit, 3) Menganjurkan pasien untuk istirahat , 4) Menganjurkan pasien untuk memonitor nyeri secara mandiri, 5) Menganjurkan pasien untuk menghindari makanan yang bisa memperparah terjadinya peradangan sendi.

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa intensitas nyeri responden sebelum dilakukan rendam air hangat jahe merah adalah nyeri sedang. Pada Ny. S skala nyeri sesudah intervensi selam 3 hari mengalami penurunan yaitu dari angka 6 turun menjadi 3. Dapat disimpulkan bahwa penerapan rendam air hangat jahe merah yang diberikan pada responden penelitian selama 15 - 20 menit berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri asam urat (*gout arthritis*). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2016), penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan kompres jahe hangat berkisar pada penurunan 1-2 tingkat dari intensitas nyeri sebelumnya.

Priyanto et al., (2023) mengemukakan aktivitas fisik dapat mempengaruhi kadar asam urat, karena menyebabkan peningkatan asam laktat yang dapat mengurangi pengeluaran asam urat. Ketika asam urat tidak dapat dikeluarkan dari ginjal, asam urat menumpuk dan menyebabkan nyeri sendi. Hasil penelitian Nahariani et al., (2018) menunjukkan bahwa aktivitas fisik dengan intensitas yang terlalu tinggi dapat membuat sendi menjadi terlalu tertekan dan meningkatkan risiko cedera, sehingga aktivitas fisik yang aktif pada lansia dapat menyebabkan peningkatan intensitas nyeri sendi. Namun, aktivitas fisik dengan intensitas ringan dan sedang sebenarnya dapat meningkatkan dan menjaga kesehatan sendi. Oleh karena itu, lansia yang aktif secara fisik dan menderita nyeri sendi membutuhkan aktivitas yang lebih sedikit untuk mengurangi intensitas nyeri sendi yang dialaminya, namun lansia diharapkan tetap aktif beraktivitas seiring bertambahnya usia.

Hasil evaluasi subyektif dari responden penelitian, bahwa setelah dilakukan rendam air hangat jahe merah Ny. S merasa lebih rileks, nyeri berkurang, persendian tidak kaku dan lebih ringan dalam pergerakan sendi. Menurut Handayani, (2020), kandungan gingerol pada jahe tidak hanya mengurangi sensasi rasa sakit, tetapi juga meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang rusak. Jahe berfungsi sebagai agen osmotik yang dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin untuk menembus kulit tanpa mengiritasi atau merusak sirkulasi perifer. Senyawa gingerol telah terbukti memiliki efek antipiretik, antitusif, antiinflamasi, dan analgesik.

Evaluasi

Evaluasi keperawatan yang di lakukan pada tanggal 21-23 desember 2023 pukul 16:00 WIB di dapatkan masalah nyeri akut teratasi yang di tandai dengan subjektif pasien mengatakan nyeri sudah berkurang dengan objektif pasien mengeluh nyeri berkurang, meringis berkurang, dengan hasil pemeriksaan asam urat 9,3. Dari hasil data tersebut dapat dibuktikan bahwa masalah nyeri akut teratasi, oleh karena itu perawat menghentikan intervensi dan memberikan edukasi kepada pasien untuk memonitor nyeri secara mandiri dengan tehnik non farmakologis rendam air hangat jahe, dan menganjurkan pasien untuk menghindari makanan yang bisa memperparah terjadinya peradangan sendi.

Terdapat perbedaan intensitas nyeri yang dirasakan pasien sebelum dan sesudah intervensi rendam air hangat jahe merah, pasien mengalami penurunan skala nyeri. Perbedaan skala nyeri terjadi karena saat melakukan intervensi, responden merasakan lebih nyaman dan hangat pada daerah yang direndam. Rendam air hangat jahe merah menurunkan nyeri karena jahe merah memiliki kandungan gingerol yang lebih banyak dibandingkan jenis jahe lainnya yang bisa menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri sehingga dapat menurunkan nyeri. Ini ditunjukkan dengan penurunan intensitas nyeri, pada Ny.S skala nyeri sebelum dilakukan intervensi 6 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan intervensi selama 3 hari yaitu menjadi 3 (nyeri ringan).

Dapat disimpulkan terdapat perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi rendam air hangat jahe merah. Hal ini terjadi karena responden mampu melakukan intervensi sesuai lembar standar prosedur operasional yang telah dijelaskan oleh peneliti sehingga didapatkan adanya perubahan intensitas nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sundari et al., (2019), hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perubahan skala nyeri asam urat pada lansia antara sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah. Andriani, (2016) mengatakan terdapat perbedaan skala nyeri yang dirasakan responden dikarenakan responden yang mendapat tindakan kompres hangat jahe merah merasakan lebih nyaman dan hangat pada daerah yang dikompres.

Putri et al. (2017) juga mengatakan efek panas dari jahe merah tersebut yang dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamine dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri. Panas akan merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dapat dihambat. Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi rendam air hangat jahe merah pada pasien Ny. S mengalami tingkat penurunan nyeri dengan presentase sebanyak 50 % dengan intervensi yang dilakukan selama 3 hari dengan waktu terapi selama 15 – 20 menit.

SIMPULAN

Berdasarkan data pengkajian diatas didapatkan data keluhan utama klien dengan Asam Urat. Dan klien sering sakit dibagian kaki kanan sampai ke bagian lutut seperti ditusuk-tusuk jarum, klien merasa tidak nyaman dengan keadaan klien saat ini. Pada pemeriksaan tanda-tanda vital ditemukan asam urat :11, pernafasan 20 x/menit, tekanan darah: 140/90, nadi: 78 x/menit. Penulis mengangkat diagnosa keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisik ditandai dengan tanda mayor tampak meringis, mengeluh nyeri, sedangkan tanda minor asam urat meningkat (D.0077).

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya banyak mengucapkan terimaksih terhadap semua pihak yang terlibat terutama responden yang telah bersedia menjadi responden sampai penulis selesai melakukan penelitian dan menyelesaikan artikel semoga hasil penelitian ini memberikan banyak kontribusi terhadap khalayak ramai.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Andriani, M. (2016). Pengaruh kompres serei hangat terhadap penurunan intensitas nyeri artritis rheumatoid pada lanjut usia. *Jurnal Ipteks Terapan*, *10*(1), 34–46.
[2] Anggraini, D. (2022). Aspek Klinis Hiperurisemia. *Scientific Journal*, *1*(4), 299–308.
[3] Anita, A., 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. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, *6*(2), 99–104.
[4] Busvold, K. I. H., & Bondevik, H. (2018). Medically unexplained physical symptoms, misunderstood and wrongly treated? A semiotic perspective on chronic pain. *Physiotherapy Theory and Practice*, *34*(6), 411–419.
[5] Ekayamti, E. (2021). Terapi Non Farmakologi Sebagai Bentuk Swamedikasi Lansia Dalam Manajemen Nyeri Osteoarthritis: Non-Pharmacological Therapy: Elderly Swamedication In Osteoarthritis Pain Management. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, *7*(2), 119–126.
[6] Gessl, I., Popescu, M., Schimpl, V., Supp, G., Deimel, T., Durechova, M., Hucke, M., Loiskandl, M., Studenic, P., & Zauner, M. (2021). Role of joint damage, malalignment, and inflammation in articular tenderness in rheumatoid arthritis, psoriatic arthritis, and osteoarthritis. *Annals of the Rheumatic Diseases*, *80*(7), 884–890.
[7] Haksara, E., & Rahmanti, A. (2022). Penerapan terapi rendam kaki dengan air jahe hangat terhadap penurunan nyeri pada pasien arthritis gout di puskesmas mungkid kabupaten magelang. *Jurnal ilmu kedokteran dan kesehatan indonesia*, *2*(1), 11–21.
[8] Handayani, I. (2020). Pengaruh Kompres Parutan Jahe Merah Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Penderita Rhematoid Arthritis Kecamatan Sendana. *Healthy Papua-Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, *3*(1), 114–120.
[9] Karni, A. (2018). Subjective well-being pada lansia. *Jurnal Ilmiah Syi'ar*, *18*(2), 84–102.
[10] Kemenkes, R. I. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018].; 2019*.
[11] Liana, Y. (2019). Efektifitas terapi rendam kaki dengan air jahe hangat terhadap nyeri arthritis gout pada lansia. *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, *4*(1), 199–206.
[12] Madyaningrum, E., Kusumaningrum, F., Wardani, R. K., Susilaningrum, A. R., & Ramdhani, A. (2020). *Buku Saku Kader: Pengontrolan Asam Urat di Masyarakat. Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada*.
[13] Muchlis, M. R., & Ernawati, E. (2021). Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia. *Ners Muda*, *2*(3), 165–173.
[14] Muhith, A., & Siyoto, S. (2016). *Pendidikan keperawatan gerontik*. Penerbit Andi.
[15] Nahariani, P., Lismawati, P., & Wibowo, H. (2018). Correlation of Physical Activity With Intensity of Joint Pain Geriatric At Panti Werdha Mojopahit in Mojokerto District. *Journal STIKES Pemkab Jombang*, 34–39.
[16] Potter & Perry. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan* (Edisi 4). Jakarta EGC.
[17] Priyanto, A., Abdillah, A., & Fauziyah, L. (2023). The correlation between physical activity and stress and their impact on uric acid levels in older individuals. *International journal of nursing and midwifery science (IJNMS)*, *7*(3), 387–393.
[18] Pusporini, R., & Fuadiyah, D. (2020). *Mengenal pereda nyeri dalam kedokteran gigi*. Universitas Brawijaya Press.
[19] Sundari, Y. A., Wahyuni, N. S., & Nurhidayat, S. (2019). Efektivitas Kompres Jahe Terhadap Perubahan Skala Nyeri Sendi Asam Urat (Gout) pada Lansia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan. *1st Prosiding Seminar Nasional Fakultas Ilmu Kesehatan*, 128–134.
[20] Tim Pokja, S. (2017). DPP PPNI. *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*, *1*.
[21] Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*.
[22] Tim Riskesdas 2018. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
[23] WHO. (2021). *Tentang Populasi Lansia*.
[24] Yanti, E., Arman, E., & Rahayuningrum, D. C. (2019). Efektifitas Pemberian Kompres Jahe

Merah (Zingiber Officinale Rosc) Dan Sereh (Cymbopogon citratus) Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Rhematoid Effectiveness Of Giving Red Ginger Compresses (Zingiber officinale rosc) AND SEREH (Cymbop. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, *1*(2), 7–16.

[25] Yuniarti, E. V., Windartik, E., & Akbar, A. (2019). *Effect of red ginger compresses to decrease the scale of pain in arthritis patients*.