



## Asuhan Keperawatan Keluarga pada Tn. Z dengan Pemberian Terapi Kompres Hangat Jahemerah ntuk Mengurangi Nyeri pada Penderita *Gout Arhtritis* di Desa Kualu Nenas

### Family Nursing Care for Tn. Z with Warm Red Compress Therapy to Reduce Pain in Patients with Gouty Arthritis in Kualu Nenas Village

Nadia Septiani<sup>1</sup>, Ridha Hidayat<sup>2</sup>, Neneng Fitria Ningsih<sup>3</sup>

(1, 2, 3) Profesi Ners, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

✉ Corresponding author:

[Nadiaseptiani693@gmail.com](mailto:Nadiaseptiani693@gmail.com)

#### Abstrak

Gout Arthritis merupakan salah satu penyakit sendi akibat peningkatan kadar asam urat yang dapat menimbulkan nyeri hebat dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Penatalaksanaan nonfarmakologi, salah satunya dengan terapi kompres hangat jahe merah, terbukti efektif sebagai terapi komplementer untuk mengurangi nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada keluarga Tn. Z dengan pemberian kompres hangat jahe merah dalam menurunkan nyeri akibat Gout Arthritis di Desa Kualu Nenas wilayah kerja UPT Puskesmas Tambang tahun 2025. Desain penelitian menggunakan studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, penetapan diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Intervensi kompres hangat jahe merah diberikan satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15 menit. Hasil pengkajian menunjukkan klien mengalami nyeri skala 5 sebelum intervensi, kemudian setelah tiga hari pemberian kompres, skala nyeri menurun menjadi 3. Klien juga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pola makan dan perawatan mandiri. Hasil evaluasi membuktikan adanya penurunan tingkat nyeri serta peningkatan kenyamanan pasien. Dengan demikian, kompres hangat jahe merah efektif digunakan sebagai intervensi keperawatan komplementer untuk menurunkan nyeri pada pasien Gout Arthritis.

**Kata Kunci:** Gout Arthritis, Kompres Hangat Jahe Merah, Nyeri.

#### Abstract

Gouty arthritis is a joint disease caused by increased uric acid levels that can cause severe pain and interfere with daily activities. Nonpharmacological management, one of which is red ginger warm compress therapy, has proven effective as a complementary therapy to reduce pain. This study aims to describe nursing care in the family of Mr. Z with the provision of warm red ginger compresses. Z's family by giving a warm compress of red ginger in reducing pain due to Gout Arthritis in Kualu Nenas Village, UPT Puskesmas Tambang working area in 2025. The research design uses a case study with a nursing process approach which includes assessment, diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The red ginger warm compress intervention was given once a day for three consecutive days with a duration of 15 minutes. The assessment results showed that the client experienced pain on a scale of 5 before the intervention, then after three days of compressing, the pain scale decreased to 3. The client also showed an increased understanding of diet and self-care. The evaluation results prove a decrease in pain levels and an increase in patient comfort. Thus, warm red ginger compress is effectively used as a complementary nursing intervention to reduce pain in patients with Gout Arthritis.



**Keywords:** Gouty Arthritis, Red Ginger Warm Compress, Pain.

## PENDAHULUAN

Penyakit *Gout Arthritis* atau asam urat adalah penyakit sendi dimana terdapat peningkatan kadar asam urat dalam darah akibat gangguan metabolisme purin yang menyerang pesendian (Rizal & Daeli, 2022). Kadar asam urat menurut *World Health Organization* (WHO) pada pria adalah 3,5 – 7 mg/dl dan pada wanita 2,6 – 6 mg/dl. Dalam keadaan normal, tubuh mengeluarkan asam urat lewat feses dan urin, namun kadar asam urat akan menumpuk dalam tubuh saat ginjal tidak mampu mengeluarkan Kristal asam urat sehingga menimbulkan rasa nyeri hingga mengganggu aktivitas sehari – hari seperti berjalan (Kemenkes RI, 2022).

*World Health Organization* (WHO) mengemukakan pada tahun 2022 menjelaskan bahwa prevelensi asam urat di dunia sebanyak 34,2%. Prevelensi asam urat Amerika sebanyak 26,3% dari total penduduk. Angka kejadian asam urat juga tergolong tinggi di Indonesia mencapai 81% sehingga Indonesia masuk dalam urutan tertinggi penderita asam urat (Rahman, 2022).

Berdasarkan data di Indonesia diperkirakan sekitar 2,3% dari 273.879.750 orang yang menderita *Gout Arthritis*. Prevelensi *Gout Arthritis* (asam urat) di provinsi Riau berdasarkan data kunjungan puskesmas adalah 3,74% termasuk dalam 10 penyakit penyakit terbanyak di puskesmas, dengan angka kejadian 8.339 kasus pada tahun tertentu berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2017.

Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar memiliki data terkait penyakit *Gout Arthritis*. Berdasarkan data tahun 2022, penyakit *gout arthrititis* berada di peringkat 6 dari 10 penyakit terbanyak di Kabupaten Kampar, dengan 5.772 penderita. Berdasarkan tahun 2024 penyakit *Gout Arthritis* di Puskesmas Tambang sebanyak 362 orang.

Nyeri akibat *Gout Arthritis* berdampak pada fungsi fisik dan kualitas hidup pasien, Radharani (2020) menjelaskan bahwa nyeri pada *Gout Arthritis* dapat menyebabkan keterbatasan aktivitas, gangguan tidur, dan penurunan kenyamanan secara keseluruhan. Secara fisiologis, nyeri merupakan respon tubuh yang dipengaruhi oleh aktivasi sistem saraf simpatis. Mardona, dkk (2023) menyebutkan bahwa nyeri akut dapat menyebabkan perubahan tanda vital seperti peningkatan denyut nadi, tekanan darah, dan frekuensi napas. Oleh karena itu, penanganan nyeri yang efektif menjadi komponen penting dalam asuhan keperawatan pasien dengan *Gout Arthritis*.

Selain terapi farmakologi, terapi komplementer menjadi alternatif penanganan nyeri yang semakin direkomendasikan. Salah satu terapi yang banyak diteliti adalah kompres hangat jahe merah. Jahe merah memiliki kandungan bioaktif seperti gingerol, shogaol, dan zingeron yang bersifat antiinflamasi dan analgesik. Saputra, dkk (2023) mengemukakan bahwa jahe merah mampu memberikan efek analgesik dan meningkatkan sirkulasi darah sehingga dapat menurunkan nyeri. Merliani, Dkk (2019) membuktikan bahwa kompres jahe merah menghasilkan penurunan yang signifikan pada intensitas nyeri *Gout Arthritis*. Roni dkk. (2022) juga menunjukkan bahwa terapi kompres hangat jahe merah merupakan metode nonfarmakologi yang efektif karena memiliki kemampuan mempercepat vasodilatasi dan meredakan inflamasi lokal.

Dalam konteks keperawatan, kompres hangat jahe merah juga dipandang sebagai intervensi yang dapat meningkatkan kemandirian keluarga dalam merawat pasien. Agustinawati, dkk (2022) menyatakan bahwa pemberdayaan keluarga dalam melakukan perawatan mandiri sangat penting, terutama pada penyakit kronis seperti *Gout Arthritis*. Edukasi keperawatan mengenai diet rendah purin, manajemen nyeri, dan penerapan terapi komplementer perlu diberikan agar keluarga mampu melakukan perawatan secara mandiri dan berkelanjutan.

Hasil survei awal pada Tn. Z di Desa Kualu Nenas menunjukkan bahwa klien mengalami nyeri dengan skala 5, pembengkakan sendi, dan keluhan nyeri yang bertambah saat beraktivitas. Klien juga melaporkan kesulitan tidur akibat nyeri dan belum pernah menggunakan terapi nonfarmakologi seperti kompres hangat jahe merah. Pemeriksaan menunjukkan kadar asam urat 9,2 mg/dL, jauh di atas nilai normal. Keluarga juga belum memahami pola makan rendah purin dan cara mengatasi flare nyeri, sehingga membutuhkan intervensi dan edukasi keperawatan yang tepat.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menerapkan asuhan keperawatan keluarga melalui pemberian terapi kompres hangat jahe merah sebagai intervensi komplementer untuk mengurangi nyeri pada pasien *Gout Arthritis*. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah tentang efektivitas



terapi kompres jahe merah, sekaligus memperkuat praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based practice*) dalam penatalaksanaan nyeri *Gout Arthritis* di masyarakat.

## METODE PENELITIAN

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini menggunakan metode studi kasus yang dilaksanakan pada satu pasien dengan diagnosa *Gout Arthritis* di desa kuala nenas kecamatan tambang pada tanggal 30 Juni-02 Juli 2025. Subjek penelitian adalah pasien Tn. Z berusia 42 tahun yang mengalami nyeri dengan skala nyeri 5. Intervensi yang diberikan berupa terapi kompres hangat jahe merah selama tiga hari berturut-turut. kompres hangat jahe merah dilakukan selama  $\pm 15$  menit dengan suhu air 40-45°C. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan pengukuran kadar asam urat sebelum serta sesudah intervensi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian awal pada Tn. Z yang mengalami *Gout Arthritis* menunjukkan keluhan nyeri hebat pada betis hingga jempol kaki dengan skala nyeri 5. Nyeri dirasakan seperti terbakar, berdenyut, dan menusuk, serta semakin memburuk saat melakukan aktivitas atau berjalan. Pemeriksaan fisik menunjukkan adanya pembengkakan dan kemerahan pada daerah sendi, sedangkan pemeriksaan laboratorium menunjukkan kadar asam urat 9,2 mg/dL. Pasien juga mengalami gangguan tidur dan belum pernah melakukan penanganan nonfarmakologi seperti kompres hangat jahe merah. Selain itu, keluarga belum memiliki pengetahuan yang memadai terkait pola makan rendah purin maupun manajemen nyeri *Gout Arthritis*.

Intervensi kompres hangat jahe merah diberikan satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15 menit. Pada hari pertama, meskipun skala nyeri belum mengalami perubahan, pasien mulai merasa sedikit lebih nyaman setelah kompres dilakukan. Hari kedua menunjukkan perubahan yang lebih nyata, dengan penurunan skala nyeri menjadi 4 dan kadar asam urat turun menjadi 8,7 mg/dL. Pasien melaporkan tubuhnya terasa lebih ringan dan mulai memahami edukasi diet rendah purin yang diberikan. Pada hari ketiga, nyeri menurun lebih signifikan dengan skala 3, disertai penurunan kadar asam urat menjadi 8,2 mg/dL. Pasien tampak lebih rileks, mampu melakukan kompres secara mandiri, dan mulai menerapkan pola makan yang dianjurkan. Secara keseluruhan, intervensi menghasilkan penurunan nyeri dari skala 5 menjadi 3 serta peningkatan kemampuan keluarga dalam merawat pasien.

Temuan penelitian ini sejalan dengan beberapa pendapat ahli dan hasil penelitian sebelumnya. Muchlis & Ernawati (2021) menjelaskan bahwa kompres hangat jahe merah mampu memperbaiki aliran darah lokal dan mengurangi sensasi nyeri melalui vasodilatasi. Senyawa aktif dalam jahe merah seperti gingerol, shogaol, dan zingeron memiliki efek antiinflamasi dan analgesik (Saputra dkk., 2023), sehingga dapat menurunkan proses inflamasi pada sendi akibat penumpukan kristal asam urat. Merliani et al. (2019) dan Roni et al. (2022) juga membuktikan bahwa kompres jahe merah mampu menurunkan tingkat nyeri secara signifikan pada pasien *Gout Arthritis* setelah diberikan secara rutin.

Penurunan nyeri yang terjadi pada penelitian ini juga didukung teori fisiologi nyeri dari Mardona dkk. (2023) yang menyatakan bahwa pemberian rangsangan hangat dapat menurunkan aktivitas impuls nyeri melalui relaksasi otot dan peningkatan aliran darah daerah lokal. Hal ini terbukti pada penelitian ini, di mana pasien menunjukkan pengurangan ketegangan otot dan perbaikan kenyamanan setelah terapi kompres jahe merah dilakukan.

Selain penurunan nyeri, penerapan terapi ini juga menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan kemandirian keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami penyakit kronis. Hal ini sesuai dengan pendapat Agustinawati et al. (2022) bahwa pemberdayaan keluarga merupakan komponen penting dalam keberhasilan manajemen penyakit kronis, termasuk *Gout Arthritis*. Peningkatan pengetahuan pasien mengenai diet rendah purin serta kemampuan melakukan kompres secara mandiri menjadi indikator keberhasilan pendekatan keperawatan keluarga.

Secara umum, penerapan terapi ini membuktikan bahwa kompres hangat jahe merah merupakan intervensi komplementer yang aman, mudah dilakukan, murah, dan efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien *Gout Arthritis*. Temuan ini memperkuat praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing*), dan dapat direkomendasikan sebagai pilihan terapi nonfarmakologi dalam pelayanan keperawatan keluarga maupun komunitas.



## SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari asuhan keperawatan keluarga mengenai penerapan terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri pada penderita *gout arthritis* di desa kwalu nenas maka dapat disimpulkan sebagai berikut : a) Hasil pengkajian yang dilakukan oleh peneliti pada Tn. Z. ditemukan adanya data-data yang menunjukkan bahwa pasien mengalami nyeri ditandai dengan klien mengatakan sakit pada bagian kaki, dan kaki membengkak, klien mengatakan nyeri hilang timbul sewaktu-waktu pada saat melakukan aktivitas, dan klien mengatakan nyeri bertambah pada saat melakukan aktivitas yang berat. b) Diagnosa keperawatan yang muncul pada Tn. Z yaitu Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologi. c) Intervensi keperawatan yang diberikan pada Tn. S yaitu terapi kompres hangat jahe merah untuk menurunkan tingkat nyeri pada Tn. Z. d) Implementasi keperawatan yang dilakukan sesuai dengan intervensi yang telah disusun yaitu memberikan terapi kompres hangat jahe merah untuk menurunkan tingkat nyeri pada Tn. Z sampai masalah teratasi. e) Evaluasi terhadap Tn. S selama 3 hari menunjukkan adanya penurunan tingkat setelah melakukan terapi kompres hangat jahe merah. f) Hasil analisis inovasi keperawatan sebelum dan sesudah pemberian terapi kompres hangat jahe merah didapatkan hasil yang signifikan dalam penurunan tingkat nyeri pada Tn. Z.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustinawati, R., Asnet, A., & Indriati, N. (2022). Pemberdayaan keluarga dalam perawatan pasien dengan penyakit kronis. *Jurnal Keperawatan Keluarga*, 7(2), 45–53.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mardona, A., dkk. (2023). Respons fisiologis terhadap nyeri: kajian sistem saraf simpatik. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 22–30.
- Merliani, A., Daeli, Y., & Sitanggang, M. (2019). Efektivitas kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri Gout Arthritis. *Jurnal Kesehatan Medika*, 12(1), 88–95.
- Muchlis, M. R., & Errnawati. (2021). Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada penderita Gout Arthritis. *Jurnal Ners Muda*, 2(3), 101–110.
- Radharani, A. (2020). Dampak nyeri Gout Arthritis terhadap kualitas hidup pasien. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 34–40.
- Rahman, A. (2022). Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia: Tinjauan epidemiologi. *Jurnal Epidemiologi Indonesia*, 5(1), 11–19.
- Rizal, F., & Daeli, Y. (2022). Penyakit Gout Arthritis: Tinjauan metabolisme purin dan penatalaksanaan. *Jurnal Farmasi dan Kesehatan*, 4(1), 23–29.
- Roni, S., Ningsih, D., & Khusniyanti, F. (2022). Efektivitas kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri Gout Arthritis. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 8(2), 77–84.
- Saputra, D., dkk. (2023). Kandungan aktif jahe merah dan efek farmakologisnya terhadap nyeri. *Jurnal Fitoterapi Indonesia*, 9(1), 14–21.
- World Health Organization. (2022). *Global report on gout and musculoskeletal conditions*. Geneva: WHO.