

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

DWI SALSABILLA

Ns. ANDRI KUSUMA WIJAYA , S.Kep., M.Kep

**EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT JAHE (*Zingiber officinale*) DENGAN
KOMPRES HANGAT CENGKEH (*Syzygium aromaticum*) TERHADAP
PENURUNAN NYERI GOUT ARTHRITIS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SAWAH LEBAR**

xix + 114 halaman, 10 tabel, 9 gambar, 22 lampiran

ABSTRAK

Karena kadar asam urat yang tinggi, gout arthritis adalah gangguan medis yang menyebabkan peradangan di persendian. Penumpukan kristal urat monosodium menyebabkan rasa sakit dan mobilitas terbatas. Seringnya keluhan nyeri pada pasien arthritis asam urat dan pentingnya pengobatan nonfarmakologis yang efektif adalah fokus utama dari penelitian ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kompres hangat jahe (*Zingiber officinale*) atau cengkeh (*Syzygium aromaticum*) lebih bermanfaat untuk meringankan nyeri yang terkait dengan gout arthritis di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar di Kota Bengkulu. Penelitian ini menggunakan pendekatan quasi-eksperimen dengan pre-test dan post-test pada dua kelompok. 30 responden menjadi sampel penelitian yang dibagi menjadi dua kelompok satu untuk kompres cengkeh hangat dan satu lagi untuk kompres jahe hangat. Nyeri diukur baik sebelum maupun setelah terapi menggunakan Skala Penilaian Numerik (NRS). Menurut penelitian ini kompres hangat jahe dan cengkeh sama-sama bisa mengurangi nyeri akibat arthritis. Kompres hangat yang mengandung jahe (*Zingiber officinale*) dan cengkeh (*Syzygium aromaticum*) sama-sama berguna sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk pasien gout arthritis dan tidak ada perbedaan yang terlihat dalam efektivitasnya. Pasien dengan gout arthritis disarankan untuk memanfaatkan terapi ini sendiri agar lebih nyaman dan mengurangi nyeri. Peneliti di masa depan diharapkan menggunakan berbagai pendekatan yang lebih luas dalam penelitian mereka supaya hasilnya lebih lengkap.

Kata Kunci : Gout Arthritis, Kompres Hangat Cengkeh, Kompres Hangat Jahe, Nyeri.

Daftar Bacaan : 49 (2016-2025)

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BACHELOR OF NURSING PROGRAM
THESIS, 5 AUGUST 2026

DWI SALSABILLA

Ns. ANDRI KUSUMA WIJAYA , S.Kep., M.Kep

**THE EFFECTIVENESS OF WARM GINGER (*Zingiber officinale*)
COMPRESSES AND WARM CLOVE (*Syzygium aromaticum*)
COMPRESSES IN RELIEVING PAIN ASSOCIATED WITH GOUTY
ARTHRITIS IN THE SERVICE AREA OF SAWAH LEBAR COMMUNITY
HEALTH CENTRE**

xix + 112 pages, 10 table, 9 figures, 22 appendices

ABSTRACT

Due to elevated uric acid levels, gout arthritis is a medical disorder that causes inflammation in the joints. The accumulation of these crystals of monosodium urate results in pain and restricted mobility. The high frequency of pain complaints among gout arthritis patients and the necessity for efficient non-pharmacological treatments are the primary emphasis of this investigation.

This study aims to determine the effectiveness of Warm Ginger (*Zingiber officinale*) compresses and Warm Clove (*Syzygium aromaticum*) compresses in relieving pain associated with Gouty Arthritis in the service area of Sawah Lebar community health centre working area in Bengkulu City.

This study used a quasi-experimental approach with a pre-test and post-test two-group design. Thirty respondents made the research sample, which was split into two groups: one for warm clove compresses and the other for warm ginger compresses. Before and after the intervention, pain was measured using the Numeric Rating Scale (NRS).

The results show that warm clove and ginger compresses both effectively decreased arthritic pain, according to the study's findings. Warm compresses of ginger (*Zingiber officinale*) and clove (*Syzygium aromaticum*) can be used as an alternative non-pharmacological nursing intervention because they both significantly reduce pain in patients with gout arthritis. For greater comfort and pain alleviation, patients with gout arthritis are encouraged to practice this therapy on their own. The future studies can be conducted with a wider variety of techniques to get more comprehensive results.

Keywords : Gouty arthritis, warm clove compress, warm ginger compress, pain.

References : 49 (2016-2025)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2023 tingkat kejadian gout arthritis naik menjadi 1.370 (33,3%) kasus, dengan jumlah kasus tertinggi di Amerika Serikat mencapai 26,3% dari populasi total negara tersebut. Pada tahun 2023, tercatat 2,68 kasus asam urat per 1.000 orang. Asam urat 3–6% lebih umum terjadi pada pria dibanding wanita. Pada tahun 2030, diperkirakan asam urat akan menyerang lebih dari 8 juta orang. Gout arthritis semakin umum terjadi di negara-negara maju maupun berkembang, termasuk indonesia (WHO, 2023).

Asam urat cukup umum di indonesia menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023. Menurut para ahli medis, 12,9% orang menderita asam urat. Sementara itu, masyarakat melaporkan angka prevalensi sebesar 25,7% berdasarkan diagnosis atau gejala. Selain itu, prevalensi tertinggi ditemukan pada kelompok usia lanjut, terutama pada usia ≥ 75 tahun. Asam urat jadi salah satu masalah kesehatan utama yang memengaruhi penduduk lanjut usia di indonesia (Kemenkes RI, 2023).

Indonesia menempati peringkat keempat dalam jumlah penderita *gout* di dunia. Prevalensi asam urat di indonesia di prediksi berkisar antara 1,6 hingga 13,6 per 100.000 orang, atau 32% pada tahun 2023. Pria di bawah usia 34 tahun mencapai 32% dari kasus asam urat di Indonesia. Seiring

bertambahnya usia, prevalensi ini meningkat. Sekitar 45% orang berusia 55 sampai 64 tahun, 51,9% orang berusia 65 sampai 74 tahun, dan 54,8% orang di atas 75 tahun biasanya memiliki asam urat (Harahap, 2024). Gout arthritis paling umum terjadi di Provinsi Aceh (18,3%), Jawa Barat (17,5%), Papua (15,4%), dan Bengkulu (15,4%) (Kumalasari et al., 2024).

Salah satu dari 10 penyakit teratas di Bengkulu terutama di kalangan lansia, adalah gout arthritis. Berdasarkan hasil pengumpulan data kunjungan ke 12 UPTD di kota Bengkulu pada tahun 2024. Dengan 231 pasien, Pusat Kesehatan Masyarakat (UPTD Puskesmas) Sawah Lebar mencatat jumlah pasien terbanyak, disusul oleh UPTD Puskesmas Penurunan dengan 115 pasien, UPTD Puskesmas Jembatan Kecil dengan 116 pasien, dan UPTD Puskesmas Nusa Indah dengan 110 pasien (Dinkes Kota Bengkulu, 2024).

Hiperurisemia atau kadar asam urat dalam darah yang meningkat di atas 7,5 mg/dl adalah ciri dari gout arthritis. Keseimbangan antara sintesis dan ekskresi asam urat di tubuh yang terganggu bisa menyebabkan hiperurisemia yaitu kondisi di mana kadar asam urat dalam serum darah lebih tinggi dari normal. Jalur metabolisme purin terganggu karena penyakit ini, yang membuat kadar asam urat naik. Pilihan gaya hidup buruk yang umum di masyarakat, seperti minum alkohol dan mengonsumsi makanan tinggi purin, seperti daging merah, makanan laut, dan jeroan adalah penyebab utama gout arthritis. Selain itu, kebiasaan mengonsumsi minuman manis dan makanan cepat saji (Sari et al., 2022).

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah masalah kesehatan yang umum berkembang perlahan dan bertahan lama, dan salah satu penyebab utama kematian. Di antara penyakit tidak menular ini ada gout arthritis atau sering disebut penyakit asam urat. Kualitas hidup pasien sangat dipengaruhi oleh gout arthritis gejala-gejalanya meliputi nyeri sendi yang berkepanjangan, keterbatasan mobilitas, serta kemungkinan timbulnya masalah jangka panjang yang dapat menyulitkan seseorang untuk hidup mandiri dan produktif. Untuk menurunkan prevalensi gout arthritis di masyarakat strategi promosi kesehatan dan pencegahan seperti pendidikan kesehatan, pengelolaan faktor risiko, dan deteksi dini sangatlah penting (Kemenkes RI, 2023).

Gout arthritis dapat menimbulkan ketidaknyamanan yang sangat parah dan bahkan berpotensi mematikan. Selain pembatasan gerak yang jelas yang bisa menyebabkan akibat paling menakutkan seperti kelumpuhan, ketidakmampuan, dan gangguan dalam tugas sehari-hari, penyakit ini juga memiliki efek sistemik yang meskipun biasanya tidak terlihat bisa menyebabkan kegagalan organ. Selain menyebabkan masalah fisik seperti nyeri, kelelahan, perubahan persepsi diri, dan peningkatan risiko kecelakaan, penyakit ini bahkan dapat berakibat fatal (Silvi, 2024).

Menjaga mobilitas dan kualitas hidup, terutama pada orang dewasa dan lansia, sangat bergantung pada kesehatan sendi. Dalam praktik medis, masalah pada otot dan tulang terutama nyeri sendi adalah salah satu keluhan yang paling umum. Diet yang tinggi purin (seperti daging merah, makanan laut, dan alkohol), obesitas, riwayat keluarga dengan kondisi ini, dan penyakit seperti

diabetes serta tekanan darah tinggi adalah faktor risiko utama untuk gout arthritis. Penumpukan kristal monosodium urat yang disebabkan oleh kadar asam urat darah yang tinggi (*hiperurisemia*) adalah salah satu jenis penyakit sendi yang dikenal sebagai gout arthritis (Kemenkes RI, 2023).

Penanganan yang tidak memadai terhadap gout arthritis dapat menyebabkan kelainan sendi, nyeri berkepanjangan, keterbatasan mobilitas, serta penurunan kualitas hidup dan kemampuan penderita untuk bekerja. Dengan demikian, diperlukan langkah pencegahan dan penanganan menyeluruh, baik melalui perubahan pola hidup maupun penerapan terapi medis yang sesuai (Intan, 2025). Baik metode farmakologis maupun nonfarmakologis dapat digunakan untuk mengontrol asam urat. Sementara obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) digunakan dalam terapi kompres hangat adalah salah satu teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri (Umaht et al., 2021).

Untuk memenuhi kebutuhan kenyamanan pasien, kompres hangat adalah intervensi keperawatan yang menggunakan cairan atau alat yang menghasilkan panas pada area yang membutuhkannya untuk memberikan kehangatan pada bagian tubuh tertentu dengan suhu 43° hingga 46° C. Prinsip kerja kompres hangat yang dibuat dari handuk yang dibungkus kain adalah panas berpindah dari handuk ke tubuh melalui konduksi membuat otot yang tegang menjadi rileks dan pembuluh darah melebar, sehingga mengurangi atau menghilangkan nyeri. Mengompres dengan kompres hangat secara rutin bisa membantu mengurangi rasa nyeri dari yang parah menjadi sedang atau ringan,

terutama bagi para lansia, sehingga memudahkan mereka melakukan aktivitas sehari-hari. Peningkatan aliran darah lokal, yang membantu mengurangi penumpukan produk limbah metabolik dan meredakan sinyal nyeri pada ujung saraf, berkaitan dengan efek terapeutik kompres hangat (Hidayat, 2023).

Pemberian kompres hangat menggunakan rempah-rempah jahe (*Zingiber officinale*) dan cengkeh (*Syzygium aromaticum*) diharapkan dapat meringankan gejala nyeri. Baik pengobatan tradisional maupun kuliner sama-sama memanfaatkan jahe secara luas. Zat kimia gingerol dan shagaol memengaruhi tingkat kepedasan jahe, sejenis tanaman rimpang. Rasa pedas jahe segar disebabkan oleh gingerol tapi rasa pedas jahe kering disebabkan oleh shagaol (Sowwam et al., 2022).

Selain itu, menggunakan terapi komplementer nonfarmakologi kompres hangat rempah cengkeh yang mengandung senyawa anti inflamasi seperti eugenol, yang memiliki efek meredakan peradangan dalam tubuh. Konsumsi cengkeh dapat membantu mengurangi peradangan pada kondisi seperti arthritis, gangguan pencernaan, dan penyakit inflamasi lainnya. Cengkeh juga memiliki sifat analgesik atau pereda nyeri. Cengkeh mengandung eugenol yang punya sifat antiinflamasi dan pereda nyeri. Selain itu, cengkeh memiliki sifat antioksidan yang melindungi tubuh dari kerusakan yang disebabkan oleh radikal bebas. Sifat antioksidannya tidak cuma memperkuat sistem kekebalan tubuh tapi juga mendukung kesehatan pencernaan dan jantung serta menunda penuaan sel. Kombinasi efek anti-inflamasi dan antioksidan membuat cengkeh

berpotensi sebagai bahan alami yang mendukung kesehatan secara komprehensif apabila dikonsumsi secara tepat (Vee, 2024).

Berdasarkan survei awal yang diperoleh di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu pada tanggal 26 November 2025 di dapatkan data penderita gout arthritis berjumlah 45 orang, dimana survei awal yang dilakukan kepada 10 orang yang menderita gout arthritis mengatakan belum pernah mendapatkan intervensi berupa terapi nonfarmakologi kompres hangat jahe (*Zingiber officinale*) dan kompres hangat cengkeh (*Syzygium aromaticum*). Berdasarkan data dari 10 orang, yang mengalami gout arthritis terdapat 2 orang mengatakan nyeri dengan skala nyeri 6, kemudian 4 orang mengatakan nyeri dengan skala nyeri 5 dan 4 orang yang mengatakan rasa nyeri dengan skala nyeri 4. Penderita arthritis mengeluh nyeri dibagian sendi lutut (*Articulatio Genu*) dan pergelangan kaki.

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian yang berjudul, “Efektivitas Kompres Hangat Jahe (*Zingiber officinale*) dengan Kompres Hangat Cengkeh (*Syzygium aromaticum*) terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian adalah “Bagaimana Perbandingan Kompres Hangat Jahe (*Zingiber officinale*) dengan Kompres Hangat Cengkeh (*Syzygium aromaticum*) terhadap Penurunan

Nyeri Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu”.

C. Pembatasan masalah

Pembatasan masalah ini difokuskan untuk mengetahui pengaruh antara kompres hangat jahe (*Zingiber officinale*) dan kompres hangat cengkeh (*Syzygium aromaticum*) terhadap penurunan nyeri gout arthritis. Selanjutnya penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mana yang lebih efektif dari kedua tindakan tersebut. Penelitian ini hanya melibatkan pasien yang telah didiagnosis mengalami gout arthritis dengan tingkat nyeri ringan hingga sedang.

D. Rumusan Masalah

Bagaimana perbandingan efektivitas kompres hangat jahe (*Zingiber officinale*) dengan kompres hangat cengkeh (*Syzygium aromaticum*) terhadap penurunan nyeri gout arthritis?

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas kompres hangat jahe (*Zingiber officinale*) dengan kompres hangat cengkeh (*Syzygium aromaticum*) terhadap penurunan nyeri gout arthritis.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi skala nyeri pada pasien gout arthritis sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat jahe.
- b. Diketahui distribusi frekuensi skala nyeri pada pasien gout arthritis sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat cengkeh.
- c. Diketahui pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri gout arthritis di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
- d. Diketahui pengaruh pemberian kompres hangat cengkeh terhadap penurunan nyeri gout arthritis di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
- e. Diketahui efektivitas kompres hangat jahe dengan kompres hangat cengkeh terhadap penurunan nyeri gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan ilmiah bagi para peneliti di masa mendatang mengenai, efektivitas kompres hangat jahe (*Zingiber officinale*) dengan kompres hangat cengkeh (*Syzygium aromaticum*) terhadap penurunan nyeri gout arthritis di wilayah kerja puskesmas sawah lebar kota bengkulu.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Mampu mengimplementasikan pengetahuan yang telah dipelajari selama perkuliahan, menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman dalam melakukan penelitian tentang “Efektivitas Kompres Hangat Jahe (*Zingiber officinale*) Dengan Kompres Hangat Cengkeh (*Syzygium aromaticum*) Terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis”.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai efektivitas kompres hangat jahe (*Zingiber officinale*) dan cengkeh (*Syzygium aromaticum*) terhadap penurunan nyeri gout arthritis, Sehingga dapat meningkatkan pemahaman tentang penyakit gout arthritis (asam urat) serta berkontribusi dalam upaya kesehatan masyarakat.

c. Bagi Universitas

Hasil penelitian ini dapat menambah referensi bagi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu prodi Ilmu Keperawatan sebagai calon yang memberikan pelayanan pada masyarakat.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai bahan referensi dan bahan masukan bagi peneliti lain yang berminat meneliti topik yang sama atau mengembangkan penelitian yang baru.

G. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti dan Judul Penelitian	Metode dan Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	Sifra Dosmaria Sihotang (2024). Efektivitas Kompres Hangat Jahe Merah terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Gout pada Lanjut Usia	Metode yang digunakan peneliti menggunakan metode Pre-eksperimen dengan desain One Group Pre-Post Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri Gout Arthritis.	Waktu,Tempat, Variabel, Sampel,Populasi	Menggunakan kompres hangat jahe, sama-sama meneliti Gout Arthritis
2.	Misbah, Rizka, Yaqin (2024). Efektivitas Kompres Hangat Serai (Cymbopogon Citratus) dan Kompres Hangat Cengkih (Syzygium Aromaticum) terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis di Desa Curah kalong Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember	Penelitian ini menggunakan metode Quasi eksperimental dengan rancangan penelitian two group pre test and post test design. Hasil Penelitian ini Menunjukkan ada Pengaruh kompres hangat cengkeh pada gout arthritis.	Waktu,Tempat, Variabel, Sampel,Populasi,melakukan kompres hangat serai dan cengkeh	Sama-sama meneliti Gout Arthritis, Menggunakan kompres hangat cengkeh
3	Rita Sari (2020). The warm compress of clove water (Syzygium aromaticum) therapy	Penelitian ini menggunakan metode Quasi-eksperimen, desain pre-post test.	Waktu,Tempat, Variabel, Sampel,Populasi,Suhu,menggunakan	Fokus pada gout arthritis dan nyeri sendi, menggunakan kompres hangat

	during bouts of acute gouty arthritis	Hasil penelitian ini terdapat pengaruh penurunan nyeri gout arthritis dengan kompres hangat cengkeh.	kompres hangat cengkeh terhadap penurunan nyeri gout arthritis	herbal,mengukur nyeri sebelum dan sesudah intervensi.
4	Cyntia Theresia Lumintang, Wahyuni Langelo, Marlince Amelia Kaseside (2024). Efektivitas Kompres Jahe Merah Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dan Kualitas Hidup Penderita Gout Arthritis	Penelitian ini menggunakan pre-post eksperimental. Hasil penelitian ini didapatkan kompres jahe merah memberikan dampak signifikan pada penurunan nyeri dan peningkatan kualitas hidup dengan p value 0,000 (p-value<0,05).	Waktu,Tempat, Variabel, Sampel,Populasi	Sama-sama menggunakan kompres hangat jahe
5	Feri, Astrid Novita, Rindu (2025). Efektivitas Pemberian Terapi Kompres Air Hangat Jahe Merah Untuk Mengurangi Nyeri Sendi Terhadap Penyakit Arthritis Gout Pada Lansia Di Lingkungan RT 06 RW 02 Ciganjur Kecamatan	Penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan bentuk rancangan one group pretest-posttest. Hasil Penelitian ini terdapat pengaruh penurunan nyeri gout arthritis dengan kompres hangat jahe.	Waktu,Tempat, Variabel, Sampel,Populasi	Sama-sama menggunakan kompres hangat jahe