MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

PENGELOLAAN NYERI AKUT DENGAN MANAJEMEN NYERI MELALUI KOMPRES JAHE PADA PASIEN *GOUT ARTHRITIS* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAWEN

Danik Rinawati, Maksum
Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Email: danikrinawati456@gmail.com

ABSTRAK

Gout arthritis merupakan penyakit inflamasi sendi yang terjadi akibat deposisi kristal monosodium urat sehingga menimbulkan nyeri akut, pembengkakan, kemerahan, dan keterbatasan gerak sendi. Nyeri yang tidak ditangani dengan baik dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan kualitas hidup, bahkan menyebabkan kerusakan sendi secara permanen. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan untuk membantu menurunkan intensitas nyeri adalah kompres hangat menggunakan jahe. Kandungan *gingerol, shogaol*, dan *oleoresin* dalam jahe memiliki efek antiinflamasi serta analgesik yang dapat membantu mengurangi nyeri pada penderita *gout arthritis*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengelolaan nyeri akut melalui penerapan kompres hangat jahe pada pasien *gout arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Bawen. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada satu pasien dengan diagnosis keperawatan nyeri akut. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Intervensi keperawatan berupa kompres hangat jahe diberikan selama 20 menit, satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut disertai evaluasi menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Hasil pengelolaan menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan intervensi. Pasien melaporkan nyeri berkurang, tampak lebih rileks, kemampuan mobilisasi meningkat, dan tidak lagi menunjukkan ekspresi meringis seperti sebelum tindakan. Hal tersebut menunjukkan bahwa kompres hangat jahe dapat menjadi terapi pendamping yang efektif dalam membantu menurunkan nyeri pada pasien gout arthritis.

Kata kunci : *Gout arthritis*, nyeri akut, kompres hangat jahe, manajemen nyeri.

ABSTRACT

Gout arthritis is an inflammatory joint disease caused by the deposition of monosodium urate crystals, resulting in acute pain, swelling, redness, and limited joint movement. Acute pain is the main complaint experienced by patients and requires appropriate management. One of the non-pharmacological nursing interventions that can be applied is a warm ginger compress, which has analgesic and anti-inflammatory effects. To describe the management of acute pain through the application of warm ginger compresses in patients with gout arthritis. Methods: This study used a descriptive design with a case study approach. Data were collected through interviews, observation, physical examination, and nursing documentation. The nursing intervention consisted of pain

Article History
Received: Agustus 2026
Reviewed: Agustus 2026
Published: Agustus 2026

Plagirism Checker No 950
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Nutricia.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Medic Nutricia

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

management by applying warm ginger compresses for approximately 20 minutes once daily for three consecutive days. After three days of intervention, the patient's pain intensity decreased from a Numeric Rating Scale (NRS) score of 6 to 3. The patient appeared more relaxed, joint swelling decreased, mobility improved, and the patient reported feeling more comfortable during daily activities.Warm ginger compresses can be used as a complementary non-pharmacological nursing intervention to reduce acute pain in patients with gout arthritis. This intervention is simple, safe, economical, and can be performed independently by patients at home.

Keywords *: Acute pain, gout arthritis, ginger compress, pain management.*

PENDAHULUAN

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat (*hiperurisemia*) sehingga menyebabkan terbentuknya kristal monosodium urat pada persendian. Endapan kristal tersebut akan memicu proses inflamasi yang ditandai dengan nyeri hebat, pembengkakan, kemerahan, rasa hangat pada sendi, serta keterbatasan gerak. Apabila tidak ditangani secara tepat, kondisi ini dapat menyebabkan kerusakan sendi secara permanen dan menurunkan kualitas hidup penderitanya (Mayasari, 2016). *World Health Organization (WHO)* melaporkan bahwa prevalensi gout arthritis di dunia mencapai 34,2%, dengan sekitar 355 juta orang menderita penyakit tersebut.

Di Indonesia, *gout arthritis* masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup tinggi. Di wilayah kerja Puskesmas Bawen sendiri tercatat sebanyak 267 penderita *gout arthritis* dari total 40.321 penduduk. Data tersebut menunjukkan bahwa *gout arthritis* masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian khusus dalam upaya pencegahan maupun penatalaksanaan (Madoni, 2018). Manifestasi klinis utama pada penderita *gout arthritis* adalah nyeri akut akibat proses inflamasi yang terjadi karena deposisi kristal monosodium urat pada persendian. Nyeri dapat muncul secara tiba-tiba, terutama pada malam hari, dengan intensitas ringan hingga berat. Selain nyeri, penderita juga dapat mengalami pembengkakan, kemerahan, rasa hangat pada sendi, dan keterbatasan mobilisasi. Kondisi tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan produktivitas, bahkan meningkatkan risiko kecacatan apabila tidak segera ditangani (Radharani, 2020).

Penatalaksanaan *gout arthritis* dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Terapi farmakologis umumnya menggunakan obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS), *kolkisin,* maupun *kortikosteroid* untuk mengurangi inflamasi dan nyeri. Namun, penggunaan OAINS dalam jangka panjang dapat menimbulkan berbagai efek samping seperti gangguan saluran cerna, gangguan fungsi ginjal, hingga perdarahan gastrointestinal. Oleh karena itu, diperlukan terapi pendamping yang aman, mudah dilakukan, serta dapat diterapkan secara mandiri oleh pasien untuk membantu mengurangi nyeri (Muchlis & Ernawati, 2021).

Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah kompres hangat menggunakan jahe. Jahe (*Zingiber officinale*) mengandung senyawa aktif berupa *gingerol, shogaol, dan oleoresin* yang memiliki efek antiinflamasi, analgesik, dan memberikan sensasi hangat. Sensasi hangat tersebut mampu meningkatkan vasodilatasi, memperlancar sirkulasi darah, merilekskan otot, serta menghambat transmisi impuls nyeri sehingga intensitas nyeri dapat berkurang. Selain itu, kandungan *gingerol* pada jahe mampu menghambat pembentukan

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

prostaglandin yang berperan dalam proses inflamasi sehingga memberikan efek penurunan nyeri yang lebih optimal (Purnamasari & Listyarini, 2015).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat jahe efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien *gout arthritis*. (Putri et al., 2021) melaporkan bahwa kompres hangat jahe memberikan penurunan nyeri yang lebih baik dibandingkan kompres air hangat biasa. Penelitian (Azizah & Nurhidayati, 2023) juga menunjukkan adanya penurunan skala nyeri setelah pemberian kompres hangat jahe secara rutin selama beberapa hari. Hasil tersebut memperkuat bahwa kompres hangat jahe dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan berbasis evidence dalam mengatasi nyeri akut pada pasien *gout arthritis*.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus asuhan keperawatan pada satu pasien gout arthritis dengan masalah keperawatan nyeri akut di wilayah kerja Puskesmas Bawen pada Juni 2026. Subjek dipilih menggunakan teknik *convenience sampling* berdasarkan kriteria inklusi: terdiagnosis *gout arthritis*, mengalami nyeri akut dan kooperatif..

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi yang mengacu pada standar SDKI, SLKI, dan SIKI. Intensitas nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Intervensi keperawatan berupa kompres hangat jahe. Kompres hangat menggunakan jahe dilakukan dengan menyiapkan 100 gram jahe yang telah diparut dan menyiapkan waslap yang direndam dalam 500 cc air hangat bersuhu ±40°C. Parutan jahe selanjutnya diaplikasikan dengan cara dipupukkan pada area yang mengalami nyeri lalu ditimpa dengan waslap yang telah direndam ke dalam air hangat dan diaplikasikan selama 20 menit, dilakukan sebanyak dua kali (Suryani et al., 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian di wilayah kerja Puskesmas Bawen, diperoleh data pasien berinisial Tn. S**,** berusia 45 tahun, berjenis kelamin laki-laki, bekerja sebagai pegawai swasta, dengan diagnosis medis gout arthritis**.** Pasien mengeluhkan nyeri pada persendian tangan dan kaki sejak ±3 tahun. Hasil pengkajian menggunakan metode PQRST menunjukkan nyeri bertambah saat beraktivitas dan berkurang saat istirahat, nyeri terasa ngilu pada persendian tangan dan kaki, dengan intensitas 5 menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS)**.** Pemeriksaan fisik menunjukkan pasien tampak menahan nyeri saat menggerakkan sendi, sedangkan tanda vital dalam batas yang dapat diterima.

Keluhan yang dialami pasien sesuai dengan teori bahwa *gout arthritis* terjadi akibat deposisi kristal monosodium urat pada persendian yang memicu proses inflamasi sehingga menimbulkan nyeri, pembengkakan, dan keterbatasan gerak. Nyeri merupakan keluhan utama pada penderita *gout arthritis* dan dapat mengganggu aktivitas serta kualitas hidup apabila tidak ditangani secara tepat.

DIAGNOSIS KEPERAWATAN

Berdasarkan data subjektif dan objektif, diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (deposisi kristal monosodium urat) D. 0077**.** Diagnosis ini didukung oleh keluhan nyeri dengan skala 5, nyeri bertambah saat aktivitas, serta adanya keterbatasan pergerakan akibat nyeri. Diagnosis tersebut telah sesuai dengan karakteristik diagnosis Nyeri Akut dalam SDKI (PPNI, 2016). Penetapan diagnosis nyeri

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

akut sebagai prioritas dinilai tepat karena nyeri merupakan masalah utama yang memengaruhi kenyamanan dan kemampuan pasien dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

INTERVENSI KEPERAWATAN

Intervensi yang diberikan adalah Manajemen Nyeri (I.08238) sesuai Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (PPNI, 2018) yang meliputi identifikasi nyeri, pemantauan skala nyeri, pemberian kompres hangat jahe selama ±20 menit selama tiga hari, serta edukasi mengenai diet rendah purin dan pengendalian kadar asam urat. Kompres hangat jahe dipilih karena memiliki efek analgesik dan antiinflamasi yang membantu menurunkan nyeri (Rahmawati, 2021).

IMPLEMENTASI KEPERAWATAN

Implementasi keperawatan dilakukan selama 3×60 menit sesuai intervensi yang telah disusun. Tindakan yang diberikan meliputi identifikasi karakteristik nyeri menggunakan metode PQRST, pemantauan intensitas nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), pemberian kompres hangat jahe selama ±20 menit pada area yang nyeri, serta edukasi mengenai manfaat kompres hangat jahe, diet rendah purin, peningkatan konsumsi air putih, dan pentingnya kontrol kadar asam urat secara berkala. Selama pelaksanaan tindakan, pasien kooperatif dan mengikuti seluruh intervensi yang diberikan tanpa hambatan.

EVALUASI

Evaluasi dilakukan setiap hari selama tiga hari pelaksanaan asuhan keperawatan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dari skala 5 menjadi 3 berdasarkan *Numeric Rating Scale* (NRS). Pasien mengatakan nyeri berkurang, tampak lebih rileks, dan mampu menggerakkan ekstremitas dengan lebih nyaman dibandingkan sebelum intervensi diberikan. Selain itu, pasien memahami edukasi yang telah diberikan mengenai pengelolaan gout arthritis dan menyatakan bersedia menerapkan kompres hangat jahe sebagai terapi nonfarmakologis di rumah.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat jahe membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien *gout arthritis*. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Azizah & Nurhidayati, 2023) yang menunjukkan bahwa kompres hangat jahe efektif menurunkan intensitas nyeri pada pasien gout arthritis. Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Samsudin et al. 2021) yang menyatakan bahwa terapi kompres hangat jahe dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri pada penderita gout arthritis.

DAFTAR PUSTAKA

Anis Rahmawati. (2021). Potensi Kompres Hangat Jahe Merah Sebagai Terapi komplementer Terhadap Pengurangan Nyeri Artritis Gout. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, *3*(1), 7–15. https://doi.org/10.53599/jip.v3i1.76

Azizah, F. A., & Nurhidayati, T. (2023). Penurunan Intensitas Nyeri Sendi Pasien Lansia Dengan Gout Artritis Menggunakan Kompres Jahe. *Ners Muda*, *4*(2), 229. https://doi.org/10.26714/nm.v4i2.8170

Madoni, A. (2018). The Effect of Warm Compress Using Grated Ginger on Reducing Gout Arthritis Pain Intensity in the Elderly in the Work Area of the Lubuk Begalung Health Center in 2017. *XII Jilid III*, *XII*(79), 1–7. http://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewFile/530/469

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Mayasari. (2016). Managemen Nyeri Arthritis. *Journal of Nursing and Health*, *6*(2), 84–94.

Muchlis, M. R., & Ernawati, E. (2021). *Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia*.

PPNI, D. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik*.

PPNI, D. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan*.

PPNI, D. (2022). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan*.

Purnamasari, S. D. I., & Listyarini, A. D. (2015). Kompres Air Rendaman Jahe Dapat Menurunkan Nyeri Pada Lansia Dengan Asam Urat di Desa Cengkalsewu Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, *1*(4), 19. https://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/stikes/article/view/76

Putri, D. Q. S., Rahmayanti, D., & Diani, N. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Artitis Pada Lansia. *Dunia Keperawatan*, *5*(2), 90.

Radharani, R. (2020). *Kompres jahe Hangat dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis*. *11*(1), 573–578. https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.349

Samsudin A, Kundre R, dan Onibala F. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscoe Var Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada penderita Gout Artritis Di Desa Tateli Dua Kecamatan Mandolang Kabupeten Minahasa. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, *4*(1), 1–7. https://doi.org/10.35790/jkp.v4i1.12128

Suryani, S., Sutiyono, S., & Pistanty, M. A. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Larutan Jahe Terhadap Nyeri Asam Urat Di Posyandu Lansia Melati Desa Candisari. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, *10*(1), 17. https://doi.org/10.31596/jcu.v10i1.693