PENERAPAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH TERHADAP NYERI ASAM URAT PADA LANSIA

Nadiyah Azizah Uswatun Khasanah [1] Ida Nur Imamah [2]

ppstachionad@gmail.com

Program Studi Diploma III Keperawatan

Universitas Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyakit asam urat (*gout arthritis*) sering melanda lansia akibat penurunan fungsi organ tubuh dan penumpukan *kristal monosodium* urat pada sendi yang memicu peradangan serta nyeri. Manajemen non-farmakologis seperti kompres hangat jahe merah diperlukan karena kandungan zat aktif *gingerol* dan *shogaol* di dalamnya memiliki efek antiinflamasi serta analgesik untuk meredakan nyeri.**Tujuan** Mendeskripsikan tingkat penurunan intensitas nyeri sendi pada lansia penderita asam urat sebelum dan sesudah diberikan penerapan kompres hangat jahe merah.**Metode** Penelitian ini menggunakan rancangan studi kasus terapan terhadap dua orang lansia penderita asam urat dengan nyeri sedang. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Intervensi kompres hangat jahe merah diberikan selama 15 menit, sekali sehari selama 3 hari berturut-turut.**Hasil** Sebelum intervensi, responden pertama (Ny.S, 73 tahun) memiliki skala nyeri 5 (nyeri sedang) dan responden kedua (Tn.G, 75 tahun) memiliki skala nyeri 6 (nyeri sedang). Setelah intervensi selama 3 hari, kedua responden mengalami penurunan intensitas nyeri yang signifikan menjadi skala 2 (nyeri ringan), dengan selisih penurunan nyeri masing-masing sebesar 3 dan 4 poin. **Kesimpulan** Penerapan kompres hangat jahe merah efektif dalam menurunkan intensitas nyeri sendi dari kategori sedang menjadi ringan pada lansia penderita asam urat.

Kata Kunci: Asam Urat, Jahe Merah, Kompres Hangat, Lansia, Nyeri.