

PERBANDINGAN KOMPRES HANGAT JAHE DENGAN SERAI DAN KOMPRES HANGAT DAUN KELOR DENGAN KAYU MANIS TERHADAP NYERI *ARTHRITIS GOUT* PADA LANSIA KABUPATEN ACEH BESAR

Nanda Desreza^{1*}, Dewi Sartika², Raihan Fathira³

Universitas Abulyatama^{1,2,3}

*Corresponding Author : nandadesreza.psyk@abulyatama.ac.id

ABSTRAK

Arthritis gout merupakan penyakit yang menyerang semua kalangan usia baik muda maupun tua, laki-laki ataupun perempuan, prevalensi penyakit asam urat memiliki urutan tertinggi kedua setelah hipertensi yang terjadi pada masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan kompres hangat jahe dengan serai dan kompres hangat daun kelor dengan kayu manis terhadap nyeri *arthritis gout* pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar Tahun 2024. Menggunakan teknik *kuantitatif* dengan jumlah populasi sebanyak 89 orang dan jumlah sampel sebanyak 24 orang penderita *arthritis gout*, teknik pengambilan sampel secara *Purposive Sampling*. Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 20 April sampai 7 Juni 2024 dengan analisa univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan, kelompok kompres hangat jahe dan serai rata-rata penurunan nyeri responden setelah diberikan tindakan adalah 3,67. sedangkan pada kelompok kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata penurunan nyeri responden 1,75 dengan selisih sebesar 1,91 dengan p value 0,000, artinya ada perbedaan penurunan nyeri antara kelompok kompres hangat serai dan jahe dengan kelompok kompres hangat daun kelor dan kayu manis. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kompres hangat jahe dan serai lebih efektif terhadap nyeri *arthtrisit gout* pada lansia di bandingkan kompres hangat daun kelo dan kayu manis. Diharapkan pada tempat penelitian untuk mengadakan pendidikan kesehatan tentang cara penanganan nyeri *arthritis gout* secara non farmakologis menggunakan jahe, serai, daun kelor dan kayu manis.

Kata kunci : *arthritis gout*, daun kelor, jahe, kayu manis, kompres hangat, serai

ABSTRACT

Gout arthritis is a disease that attacks all ages, both young and old, men and women, the prevalence of gout is the second highest after hypertension in society. This study aims to determine the comparison of warm compresses of ginger with lemongrass and warm compresses of Moringa leaves with cinnamon on gouty arthritis pain in the elderly in the Kuta Baro Community Health Center Working Area, Aceh Besar Regency in 2024. Using quantitative techniques with a population of 89 people and a sample size of 89 people. 24 people suffering from gouty arthritis, the sampling technique was purposive sampling. This research was conducted from April 20 to June 7 2024 with univariate and bivariate analysis. The results of the study showed that the ginger and lemongrass warm compress group had an average reduction in pain for respondents after being given the treatment was 3.67. Meanwhile, in the Moringa and Cinnamon leaf warm compress group, the average reduction in pain for respondents was 1.75 with a difference of 1.91 with a p value of 0.000, meaning that there was a difference in pain reduction between the Lemongrass and Ginger warm compress group and the Moringa leaf and cinnamon warm compress group. sweet. This study concluded that warm compresses of ginger and lemongrass were more effective for arthritic gout pain in the elderly compared to warm compresses of kelo leaves and cinnamon. It is hoped that the research site will provide health education on how to treat gouty arthritis pain non-pharmacologically using ginger, lemongrass, moringa leaves and cinnamon

Keywords : *gouty arthritis, warm compress, lemongrass, ginger, moringa leaves, cinnamon*

PENDAHULUAN

Proses penuaan adalah hal alami yang tidak bisa dielakkan, terus berlangsung tanpa henti (Iskandar et al., 2024). Masalah kesehatan lansia sangat mengancam kemandirian dan kualitas

hidup dengan membebani kemampuan melakukan perawatan personal dan tugas sehari-hari salah satunya penyakit *arthritis gout* (Riza et al., 2018). *Arthritis gout* penyakit yang menyerang pada semua kalangan usia baik muda maupun tua, baik laki-laki maupun perempuan, dimana prevalensi asam urat memiliki urutan tertinggi nomor dua setelah hipertensi yang terjadi pada masyarakat. Insiden penyakit *arthritis gout* terjadi pada usia 30-40 tahun dan 20 kali lebih sering pada wanita daripada pria (Librianty, 2015). Prevalensi kasus *arthritis gout* di dunia menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 sebesar 39,8% angka ini meningkat bila dibandingkan tahun 2021 sebesar 34,4%. Prevalensi penyakit *arthritis gout* di Amerika sebesar 28,1% dan di Asia Tenggara sebesar 33,4%. Penyakit *arthritis gout* di Indonesia diderita pada usia lebih awal dibandingkan dengan negara barat, dimana 32% serangan *arthritis gout* terjadi pada usia di bawah 34 tahun, sementara di negara lain rata-rata *arthritis gout* terjadi diatas usia 34 tahun (WHO, 2023).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2022 sebesar 7,3% dengan kasus tertinggi terdapat di Provinsi Aceh sebesar 13,3%. Prevalensi penyakit sendi (*arthritis gout*) lebih banyak terjadi pada perempuan yaitu sebesar 13,4% berdasarkan diagnosis dan 27,5% berdasarkan ada nya gejala, sedangkan pada laki-laki yaitu 10,3% berdasarkan diagnosis dan 21,8% berdasarkan adanya gejala (Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Provinsi Aceh pada tahun 2022 jumlah penyakit sendi (*arthritis gout*) sebesar 13,26% dan Kkasus *hiperurisemia* di Provinsi Aceh sebesar 9,4%. Kasus tertinggi penyakit sendi (*arthritis gout*) terdapat di Kabupaten Pidie sebesar 25,19%, Nagan Raya sebesar 18,68% dan Aceh Timur sebesar 17,7% (Dinkes Provinsi Aceh, 2022). Komplikasi *arthritis gout* adalah *deformitas* pada persendian yang terserang, urolitiasis akibat deposit kristal urat pada saluran kemih, *nephrophaty* akibat deposit Kristal urat dalam *interstisial* ginjal, hipertensi ringan, *proteinurea*, gangguan pada ginjal dan batu ginjal (Savitri, 2021). Salah satu gejala yang muncul pada *arthritis gout* adalah nyeri. Nyeri mengakibatkan terbatasnya gerakan, selain itu juga nyeri sendi berdampak pada komplikasi yang serius seperti gangguan kenyamanan akibat nyeri hebat, kelainan bentuk atau ukuran sendi, infeksi parah dan risiko amputasi (Sembiring, 2020).

Penanganan *arthritis gout* dapat dilakukan secara farmakologis yaitu dengan pemberian obat-obatan (glukokortikoid adalah obat anti inflamasi, analgesik dapat digunakan untuk mengurangi rasa sakit dan obat anti peradangan nonsteroid (NSAID) dapat digunakan untuk mengurangi rasa sakit sendi) dan dapat juga dilakukan secara non farmakologis seperti kompres jahe, serai, daun kelor dan kayu manis. Tanaman Serai (*Cymbopogon Citratus*) merupakan salah satu tanaman yang berpotensi sebagai antioksidan, antimikroba dan antiinflamasi, dengan kandungan senyawa aktif saponin, flavonoid, polifenol, alkaloid dan minyak atsiri yang terdapat pada sereh dapat meredakan nyeri pada penderita gout atritis. (Costansia, 2022). Serai juga memiliki zat sebagai penghangat, anti radang dan dapat memperlancar aliran darah (Sari et al., 2022).

Tanaman jahe atau yang biasa di kenal dengan (*Zingiber Officinale*) mengandung minyak atsiri 0,25 sampai 3,33% yang terdiri dari senyawa-senyawa seskuiterpen, zingiberen, bisabolena, pati, damar, asam-asam organik seperti asam malat dan asam oksalat, vitamin A, B, dan C, senyawa-senyawa floanoid dan polifenol, minyak astarti sifatnya mudah menguap bermanfaat untuk menghilangkan nyeri pada penderita gout atritis, antiinflamasi dan anti bakteri. (Sulistyaningsih et al., 2023). Sebagai sumber anti inflamasi yang kuat, kandungan zat anti inflamasi dalam jahe disebut gingrol. Zat ini dapat membantu mencegah peradangan, mengurangi nyeri rheumatik (pembengkakkan sendi). Selain itu jahe juga bisa merangsang tubuh memproduksi asam salisilat yaitu sebuah zat yang bisa meringankan rasa sakit dan ketidaknyamanan akibat nyeri pada sendi serta sakit pinggang dan bahu. Kandungan phenol yang bersifat anti radang dalam jahe pun sudah terbukti dalam beberapa penelitian mampu meredakan radang sendi dan ketegangan otot (Yanti, 2023).

Daun kelor mengandung senyawa-senyawa yang berpengaruh bagi tubuh, kandungan zat fitokimia pada daun kelor seperti *steroid*, *tanin*, *triterpenoid*, *saponin*, *flavonoid*, *alkaloid* dan *antarkuinon*. Senyawa ini bertindak menjadi obat anti inflamasi dan analgesik, sehingga dapat mengatasi nyeri pada *arthritis gout* (Maula & Ulfah, 2023). Penambahan campuran tanaman kayu manis (*Cinnamomum Burmanni*) dalam terapi kompres hangat dapat lebih meningkatkan terjadinya penurunan nyeri karena batang kayu manis mengandung minyak atsiri (1- 4%) yang terdiri atas safrol, eugenol, tannin, sinamaldehid, kalsium oksalat, damar, dan zat penyamak, minyak atsiri memiliki sifat panas yang bisa melebarkan pembuluh darah sehingga aliran darah lancar dan mengurangi rasa nyeri. Peningkatan aliran darah dapat menyingkirkan inflamasi seperti histamin, bradikinin dan prostaglandin (Gendrowati, 2018).

Anti inflamasi dan analgesik berperan dalam proses penyembuhan radang sendi yang terjadi *arthritis gout*. Hal ini dikarenakan kayu manis mengandung *sinamaldehid* yang dapat menghambat proses peradangan dan kandungan atsiri yang mengandung *eugenol* dapat menurunkan nyeri pada sendi (Hartutik, 2021). Selain itu komponen kimia lain yang ada pada kayu manis berupa betakalofiler, benzyl, etil sinamat, metil kovikol, cinntenamol, benzoate, felandren dan kumarin, kayu manis juga punya efek sebagai anti rematik, penghilang nyeri, peluruh keringat dan penambah nafsu makan (Gendrowati, 2018). Penelitian sebelumnya oleh (Sulistiyana et al., 2023). Di temukan bahwa terdapat pengaruh terapi kompres hangat jahe *Zingiber Officinale* untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita gout. Hasil penelitian menunjukan bahwa pemberian kompres hangat jahe untuk menurunkan tingkat nyeri yang dirasakan pasien dengan skala nyeri awal 7 lalu turun menjadi skala nyeri 4. Temuan ini memberikan dukungan terhadap penggunaan terapi komplementer seperti kompres hangat serai, sebagaimana yang telah diteliti oleh Dwi Noviyanti (2023) menemukan bahwa penerapan kompres hangat serai (*Cymbopogon Citratus*) berhasil menurunkan tingkat nyeri arthritis gout secara signifikan.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Tri et al., 2022) Pengaruh kompres kayu manis terhadap penurunan nyeri pada pasien arthritis gout diperoleh bahwa nilai P value dari data tersebut adalah 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian kompres kayu manis berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout di Desa Mekar Jaya. Hasil penelitian yang dilakukan Hidayatullah, (2020) juga mendukung terkait kompres air hangat daun kelor di peroleh hasil skor nyeri pasien gout sebelum dan setelah kompres hangat daun kelor diukur dengan p value $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak, artinya kompres hangat daun kelor efektif mengobati nyeri sendi pada lansia penderita asam urat di Desa Boyolali Petronaya. Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Aceh Besar tahun 2023 prevalensi kasus *arthritis gout* sebanyak 1.831 orang dan kasus tertinggi *arthritis gout* terdapat di Puskesmas Suka Makmur sebanyak 285 orang, Puskesmas Indrapuri sebanyak 211 orang, Puskesmas Suka Makmur sebanyak 209 orang dan Puskesmas Kuta Baro sebanyak 89 orang (Dinkes Aceh Besar, 2023).

Data dari Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar periode Januari sampai Desember 2023, jumlah penyakit *arthritis gout* sebanyak 89 orang (Puskesmas Kuta Baro, 2023). Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada 5 orang lansia penderita *arthritis gout* yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro, hasil wawancara diketahui bahwa selama ini untuk pengobatan nyeri *arthritis gout* hanya mengkonsumsi obat dari dokter dan terdapat 4 orang mengatakan tidak mengkonsumsi obat anti nyeri karena ingin melakukan pengobatan tradisional tetapi tidak mengetahui obat tradisional apa yang baik digunakan, sehingga menahan rasa nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan mana yang lebih leih efektif kompres hangat jahe dan serai dengan kompres hangat daun kelor dan kayu manis dalam menurunkan nyeri *arthritis gout*, karena bahan bahan tersebut memiliki kandungan yang berbeda namun memiliki fungsi yang sama. Selain itu juga serai, jahe, daun kelor dan kayu manis merupakan rempah tradisioanal yang terdapat disekitar masyarakat, sehingga mudah untuk didapatkan dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif *Quasi eksperimen* dengan desain *two group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia dengan nyeri *arthritis gout* yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar periode Januari sampai Desember 2023 berjumlah 89 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 24 orang yang terdiri dari 12 orang dilakukan kompres hangat jahe dengan serai, sedangkan 12 orang lagi dilakukan kompres hangat daun kelor dengan kayu manis. Proses pengumpulan data dilakukan dengan pemberian kompres hangat jahe dengan serai dan kompres hangat daun kelor dengan kayu manis dengan mengkompres sendi yang nyeri kurang lebih selama 12 menit, dilakukan 1 kali sehari selama 5 hari.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 20 April sampai 7 Juni 2024 pada 24 orang lansia dengan *arthritis gout* menggunakan enumerator sebanyak 1 orang.

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar Tahun 2024 (n=24)

No	Karakteristik	Jahe dan Serai		Daun Kelor dan Kayu Manis	
		f	%	f	%
1	Usia				
	60-70 tahun	7	58,3	8	66,7
	71-74 tahun	5	41,7	4	33,3
2	Jenis Kelamin				
	Laki-laki	3	25	1	8,3
	Perempuan	9	75	11	91,7
3	Lama Menderita				
	≤ 5 tahun	11	91,7	10	83,3
	>5 tahun	1	8,3	2	16,7
Jumlah		12	100	12	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa pada kelompok serai dan jahe dari 12 responden sebagian besar berusia 60-70 tahun sebanyak 7 orang (58,3%), jenis kelamin perempuan sebanyak 9 orang (75%) dan lama menderita asam urat ≤ 5 tahun sebanyak 11 orang (91,7%), sedangkan pada kelompok daun kelor dan kayu manis dari 12 responden sebagian besar berusia 60-70 tahun sebanyak 8 orang (66,7%), jenis kelamin perempuan sebanyak 11 orang (91,7%) dan lama menderita asam urat ≤ 5 tahun sebanyak 10 orang (83,3%).

Analisis Univariat

Nyeri Kelompok Jahe dan Serai

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Nyeri pada Kelompok Jahe dan Serai Sebelum dan Sesudah Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar Tahun 2024 (n=24)

No	Nyeri	Sebelum		Sesudah	
		f	%	f	%
1	Ringan	0	0	8	66,7
2	Sedang	6	50	4	33,3
3	Berat	6	50	0	0
Jumlah		12	100	12	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan kompres hangat jahe dan serai sebagian besar mengalami nyeri tingkat berat sebanyak 6 orang (50%), sedangkan setelah diberikan kompres hangat jahe dan serai sebagian besar mengalami nyeri tingkat ringan sebanyak 8 orang (66,7%).

Nyeri Kelompok Daun Kelor dan Kayu Manis

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Nyeri pada Kelompok Jahe dan Serai Sebelum dan Sesudah Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar Tahun 2024 (n=24)

No	Nyeri	Sebelum		Sesudah	
		f	%	f	%
1	Ringan	0	0	4	33,3
2	Sedang	8	66,7	8	66,7
3	Berat	4	33,3	0	0
Jumlah		12	100	12	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan kompres hangat daun kelor dan kayu manis sebagian besar mengalami nyeri tingkat sedang sebanyak 8 orang (66,7%), sedangkan setelah diberikan kompres daun kelor dan kayu manis sebagian besar mengalami nyeri tingkat sedang juga sebanyak 8 orang (66,7%).

Analisa Bivariat

Hasil Uji Normalitas Data

Tabel 4. Uji Normalitas Data

Kelompok	Shapiro-Wilk		p value
	Statistik	Df	
Nyeri pretest jahe dan serai	0,877	12	0,080
Nyeri posttest jahe dan serai	0,866	12	0,105
Nyeri pretest daun kelor dan kayu manis	0,936	12	0,449
Nyeri posttest daun kelor dan kayu manis	0,877	12	0,080

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui, hasil uji normalitas berdistribusi normal ($p < 0,05$), yaitu nyeri sebelum pemberian jahe dan serai dengan p value 0,080, dan sesudah 0,105, untuk nyeri sebelum pemberian daun kelor dan kayu manis p value 0,449 dan sesudah 0,080, sehingga uji statistik yang digunakan adalah uji *paired t test*.

Pengaruh Kompres Hangat Jahe dan Serai terhadap Nyeri *Arthritis Gout* pada Lansia

Tabel 5. Pengaruh Kompres Hangat Jahe dan Serai terhadap Nyeri Arthritis Gout pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar Tahun 2024 (n=24)

Jahe dan Serai	Nyeri			
	Mean Pretest	Mean Posttest	Selisih	p value
Pretest-posttest	6,33	2,67	3,667	0,000

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui sebelum diberikan kompres hangat jahe dan serai rata-rata tingkat nyeri responden adalah 6,33, sedangkan setelah diberikan kompres hangat jahe dan serai rata-rata tingkat nyeri menjadi 2,67 dengan penurunan sebesar 3,667 dengan p value

0,000, artinya ada pengaruh kompres hangat jahe dan serai terhadap nyeri *arthtritis gout* pada lansia.

Pengaruh Kompres Hangat Daun Kelor dan Kayu Manis terhadap Nyeri *Arthritis Gout* pada Lansia

Tabel 6. Pengaruh Kompres Hangat Daun Kelor dan Kayu Manis terhadap Nyeri *Arthritis Gout* pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar Tahun 2024 (n=24)

Daun Kelor dan Kayu Manis	Nyeri			
	Mean Pretest	Mean Posttest	Selisih	<i>p value</i>
Pretest-posttest	5,83	4,08	1,750	0,000

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui sebelum diberikan kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata tingkat nyeri responden adalah 5,83, sedangkan setelah diberikan kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata tingkat nyeri menjadi 4,08 dengan penurunan sebesar 1,750 dengan *p value* 0,000, artinya ada pengaruh kompres hangat daun kelor dan kayu manis terhadap nyeri *arthtritis gout* pada lansia.

Perbandingan Kompres Hangat Jahe dan Serai dengan Daun Kelor dan Kayu Manis Terhadap Nyeri *Arthritis Gout* pada Lansia

Tabel 7. Perbandingan Kompres Hangat Jahe dan Serai dengan Daun Kelor dan Kayu Manis terhadap Nyeri *Arthritis Gout* pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar Tahun 2024 (n=24)

Kelompok	Nyeri			
	Mean Jahe dan serai	Mean Daun kelor dan kayu manis	Selisih	<i>p value</i>
Jahe dan serai-Daun kelor dan kayu manis	3,67	1,75	1,91	0,000

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui pada kelompok kompres hangat jahe dan serai rata-rata penurunan nyeri responden setelah diberikan tindakan adalah 3,67, sedangkan pada kelompok kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata penurunan nyeri responden 1,75 dengan selisih sebesar 1,91 dengan *p value* 0,000, artinya ada perbedaan penurunan nyeri antara kelompok kompres hangat serai dan jahe dengan kelompok kompres hangat daun kelor dan kayu manis, sehingga kompres hangat jahe dan serai lebih efektif terhadap nyeri *arthtritis gout* pada lansia di bandingkan kompres hangat daun kelo dan kayu manis.

PEMBAHASAN

Pengaruh Kompres Hangat Jahe dan Serai terhadap Nyeri *Arthritis Gout* pada Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres hangat jahe dan serai rata-rata tingkat nyeri responden adalah 6,33, sedangkan setelah diberikan kompres hangat jahe dan serai rata-rata tingkat nyeri menjadi 2,67 dengan penurunan sebesar 3,667 dengan *p value* 0,000, artinya ada pengaruh kompres hangat jahe dan serai terhadap nyeri *arthtritis gout* pada lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sari et al (2022), tentang efektivitas pemberian kompres hangat jahe merah terhadap nyeri *arthritis gout* pada lansia di Desa Batu Menyan Pesawaran. Jenis penelitian quasi eksperimen dengan jumlah sampel sebanyak 13 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres hangat jahe efektif menurunkan nyeri

arthritis gout dengan p value 0,001. Begitu pula dengan teori yang dikemukakan oleh Arif et al (2023), dimana penanganan rheumatik dapat dilakukan secara farmakologis yaitu dengan pemberian obat-obatan (glukokortikoid adalah obat anti inflamasi, analgesik dapat digunakan untuk mengurangi rasa sakit dan obat anti peradangan nonsteroid (NSAID) dapat digunakan untuk mengurangi rasa sakit sendi) dan dapat juga dilakukan secara non farmakologis seperti kompres jahe dan serai. Serai merupakan salah satu tanaman yang memiliki zat sebagai penghangat, anti radang dan dapat memperlancar aliran darah. Serai mengandung minyak atsiri yang memiliki efek sebagai anti inflamasi dan anti analgesik, sehingga dapat mengatasi rasa nyeri.

Menurut asumsi peneliti ada pengaruh kompres hangat jahe dan serai terhadap nyeri *arthritis gout* pada lansia, hal ini disebabkan karena terjadi penurunan nyeri setelah dilakukan kompres hangat jahe dan serai. Kandungan *gingerol* pada jahe berfungsi membuang tumpukan asam urat dan vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri. Selain itu jahe bekerja sebagai analgesik serta rasa panas dan pedas berfungsi merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke *medulla spinalis* dan otak dapat dihambat. Kandungan minyak atsiri pada serai dapat melancarkan aliran darah dan meningkatnya suplai oksigen ke jaringan, dimana sel-sel mendapatkan oksigen sehingga menurunkan nyeri *arthritis gout*.

Pengaruh Kompres Hangat Daun Kelor dan Kayu Manis terhadap Nyeri Arthritis Gout pada Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata tingkat nyeri responden adalah 5,83, sedangkan setelah diberikan kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata tingkat nyeri menjadi 4,08 dengan penurunan sebesar 1,750 dengan p value 0,000, artinya ada pengaruh kompres hangat daun kelor dan kayu manis terhadap nyeri *arthritis gout* pada lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Widiyanto et al (2020), tentang efektivitas kompres hangat daun kelor terhadap nyeri *arthritis gout* pada lansia di Desa kenteng Nogosari Boyolali. Jenis penelitian quasi eksperimen dengan jumlah sampel sebanyak 40 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres hangat daun kelor efektif menurunkan nyeri *arthritis gout* dengan p value 0,002.

Begitu pula dengan yang dikemukakan oleh Maula dan Ulfah (2023), dimana daun kelor mengandung senyawa-senyawa yang berpengaruh bagi tubuh, kandungan zat fitokimia pada daun kelor seperti *steroid*, *tanin*, *triterpenoid*, *saponin*, *flavonoid*, *alkaloid* dan *antarkuinon*. Senyawa ini bertindak menjadi obat anti inflamasi dan analgesik, sehingga dapat mengatasi nyeri pada *arthritis gout*. Penambahan campuran kayu manis dalam terapi kompres hangat dapat lebih meningkatkan terjadinya penurunan nyeri karena kayu manis mengandung anti inflamasi yang dan analgesik yang berperan dalam proses penyembuhan peradangan sendi yang terjadi *arthritis gout*. Hal ini dikarenakan kayu manis mengandung *sinamaldehyd* yang dapat menghambat proses peradangan dan kandungan atsiri yang mengandung *eugenol* dapat menurunkan nyeri pada sendi (Hartutik, 2021).

Menurut asumsi peneliti ada pengaruh kompres hangat daun kelor dan kayu manis terhadap nyeri *arthritis gout* pada lansia, hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan nyeri yang signifikan setelah pemberian kompres hangat daun kelor dan kayu manis. Hal ini disebabkan karena adanya kandungan *steroid*, *tanin*, *triterpenoid*, *saponin*, *flavonoid*, *alkaloid* dan *antarkuinon* pada daun kelor yang berfungsi meningkatkan aliran darah ke bagian tubuh yang mengalami peradangan, meningkatkan aliran nutrisi dan pembuangan zat sisa, mengurangi kongesti vena di dalam jaringan yang mengalami peradangan, dan menurunkan ketegangan otot sehingga menurunkan nyeri. Kayu manis mengandung *sinamaldehyd* yang dapat menghambat proses peradangan dan kandungan atsiri yang mengandung *eugenol* dapat meningkatkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi penurunan nyeri.

Perbandingan Kompres Hangat Jahe dan Serai dengan Daun Kelor dan Kayu Manis terhadap Nyeri *Arthritis Gout* pada Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok kompres hangat jahe dan serai rata-rata penurunan nyeri responden setelah diberikan tindakan adalah 3,67, sedangkan pada kelompok kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata penurunan nyeri responden 1,75 dengan selisih sebesar 1,91 dengan p value 0,000 artinya ada perbedaan penurunan nyeri antara kelompok kompres hangat serai dan jahe dengan kelompok kompres hangat daun kelor dan kayu manis, sehingga kompres hangat jahe dan serai lebih efektif terhadap nyeri *arthrititis gout* pada lansia di bandingkan kompres hangat daun kelo dan kayu manis. Hasil penelitian ini di dukung penelitian yang dilakukan Oktaviani & Anzani (2021) pemberian kompres hangat serai efektif dalam menurunkan skala nyeri pada penderita Gout Arthritis dibuktikan dengan hasil uji statistik dengan nilai p value =0,005 ($\alpha < 0,05$) serta terdapatnya perbedaan rata-rata skala nyeri antara sebelum dan setelah diberikannya kompres hangat serai. Penelitian lain yang dilakukan oleh Rufaridah, et al, (2020) didapatkan hasil skala nyeri penderita RA sebelum diberikan kompres serai hangat dengan nyeri sedang (80%) dan mengalami penurunan menjadi skala nyeri ringan (70%) dengan hasil nilai p value =0,000.

The Science and Technology menyatakan bahwa serai memiliki senyawa analgesik yang dapat mengurangi rasa nyeri akibat Arthritis (Heming, 2007 dikutip dalam Pebrianti, 2022). Serai mengandung minyak atsiri dengan komponen sitronelal (32-45%), geraniol (12-18%) sebagai antioksidan, citronellol, geraniol acetate, citronellil acetate, sitral, kavikol eugenol, elemol, sesquiterpene laim, elemen, cadinene, kadinol, kadinen, vanilin, limonen, kamfen (Oktaviani & Anzani, 2021). Tanaman serai mempunyai kandungan yang bersifat kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasa pedas serta bersifat hangat sebagai anti inflamasi, yang mampu menurunkan rasa nyeri, bersifat analgetik serta dapat melancarkan sirkulasi darah yang diindikasikan untuk menghilangkan nyeri otot dan nyeri sendi pada penderita Arthritis, badan pegal linu dan sakit kepala (Oktaviani & Anzani, 2021). Sifat analgetik yang dimiliki serai dapat membantu mengurangi nyeri dan rasa ketidaknyamanan, serta fitronutrien yang ada dalam serai dapat meningkatkan peredaran darah (Royhanaty, Mayangsari & Novita, 2018)

Penambahan campuran jahe merah ataupun serai pada terapi kompres hangat dapat lebih meningkatkan terjadinya penurunan nyeri. Jahe merah mengandung komponen yang bersifat panas seperti minyak siri (3,9 %), pati (52%) serta saripati yang tercampur dalam alkohol (9,93%) yang terkandung lebih banyak dari jahe gajah dan jahe emprit. Sifat pedas yang terkandung dalam jahe berasal dari oleoresin (gingerol, zingeron dan shagol) yang memiliki khasiat sebagai anti radang, antioksidan yang kuat serta anti nyeri (Syamsu, 2017). Tanaman serai juga mengandung minyak atsiri yang bersifat kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasa pedas serta bersifat hangat sebagai anti inflamasi, yang mampu menurunkan rasa nyeri, analgetik serta dapat melancarkan sirkulasi darah yang diindikasikan untuk menghilangkan nyeri otot dan nyeri sendi pada penderita Arthritis, badan pegal linu dan sakit kepala (Oktaviani & Anzani, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Nopriani & Riadi, 2024) Rata-rata skala nyeri sebelum diberikannya terapi kompres hangat serai adalah 4,89 dan setelah diberikannya intervensi didapatkan hasil 1,63 hal tersebut membuktikan terdapatnya perubahan yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres hangat serai. Terdapat perbedaan skala nyeri yang signifikan antara kelompok kompres hangat jahe merah dengan kelompok kompres kompres hangat serai. Dengan menggunakan uji statistik Paired Samples Test nilai signifikan (2-tailed) $< 0,05$). Serai dan jahe sudah terbukti memberikan dampak terhadap pengurangan nyeri pada arthritis gout, hal ini juga sejalan dengan dampak pengurangan nyeri menggunakan kompres hangat daun kelor dan kayu manis. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Tri et al., 2022) pengaruh kompres kayu manis terhadap penurunan nyeri pada pasien arthritis gout diperoleh bahwa nilai P value dari

data tersebut adalah 0,000 ($P < 0.05$) Hal ini menunjukkan bahwa pemberian kompres kayu manis berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout di Desa Mekar Jaya. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Antoni et al (2020) didapatkan nilai p value $0,001 < 0,05$ maka H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh kompres kayu manis terhadap penurunan skala nyeri pada penderita arthritis gout di wilayah kerja Puskesmas Batunadua.

Tak hanya kayu manis, daun kelor juga memiliki efek analgesik, Kandungan flavanoid pada daun kelor memiliki efek analgesik, yang mekanisme kerjanya adalah menghambat aktivitas enzim siklooksigenase. Penghambatan ini akan menurunkan produksi prostaglandin sehingga mengurangi rasa nyeri (Anshory et al., 2018). Studi lain yang dilakukan oleh Widiyanto et al., (2020) tentang “Efektivitas kompres hangat daun kelor terhadap nyeri asam urat pada lansia di desa Kenteng, Nogosari, Boyolali” menunjukkan bahwa kompres hangat daun kelor efektif guna meredakan nyeri asam urat pada lansia, nilai p value $0,000 < 0,05$. Sehingga menurut asumsi peneliti terdapat perbedaan penurunan nyeri antara kelompok jahe dan serai dengan kelompok daun kelor dan kayu manis, dimana kelompok jahe dan serai terjadi penurunan nyeri yang lebih banyak dibandingkan dengan kelompok daun kelor dan kayu manis, sehingga jahe dan serai lebih efektif menurunkan nyeri pada penderita *arthritis gout* dibandingkan dengan daun kelor dan jahe. Hal ini disebabkan karena kandungan jahe dan serai selain meningkatkan vasodilatasi pembuluh darah juga dapat merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke *medulla spinalis* dan otak dapat dihambat. Kandungan minyak atsiri pada serai dapat melancarkan aliran darah dan meningkatnya suplai oksigen ke jaringan, dimana sel-sel mendapatkan oksigen sehingga menurunkan nyeri *arthritis gout*

KESIMPULAN

Setelah melakukan penelitian, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan: Sebelum diberikan kompres hangat jahe dan serai rata-rata tingkat nyeri responden adalah 6,33, sedangkan setelah diberikan kompres hangat jahe dan serai rata-rata tingkat nyeri menjadi 2,67 dengan penurunan sebesar 3,667 dengan p value 0,000, artinya ada pengaruh kompres hangat jahe dan serai terhadap nyeri *arthritis gout* pada lansia. Sebelum diberikan kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata tingkat nyeri responden adalah 5,83, sedangkan setelah diberikan kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata tingkat nyeri menjadi 4,08 dengan penurunan sebesar 1,750 dengan p value 0,000, artinya ada pengaruh kompres hangat daun kelor dan kayu manis terhadap nyeri *arthritis gout* pada lansia. Kelompok kompres hangat jahe dan serai rata-rata penurunan nyeri responden setelah diberikan tindakan adalah 3,67, sedangkan pada kelompok kompres hangat daun kelor dan kayu manis rata-rata penurunan nyeri responden 1,75 dengan selisih sebesar 1,91 dengan p value 0,000, artinya ada perbedaan penurunan nyeri antara kelompok kompres hangat serai dan jahe dengan kelompok kompres hangat daun kelor dan kayu manis, sehingga kompres hangat jahe dan serai lebih efektif terhadap nyeri *arthritis gout* pada lansia di bandingkan kompres hangat daun kelo dan kayu manis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada keluarga yang telah memberikan dukungan, doa serta motivasi kepada peneliti. Terimakasih kepada tim Nanda Desreza, Dewi Sartika, dan Raihan Fathira serta seluruh pihak yang terlibat dalam proses penelitian yang tidak bisa diseutkan satu persatu. Dan terakhir ucapan terima kasih kepada Institusi Universitas Abulyatama yang telah menjadi tempat dedikasi dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Antoni, A., Pebrianthy, L., Harahap, D. M., Suharto, & Pratama, M. Y. (2020). Pengaruh Penggunaan Kompres Kayu Manis terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Penderita Arthritis Gout di Wilayah Kerja Puskesmas Batunadua. *Jurnal Kesehatan Global*, 3(1), 26–31.
- Arif, A. Z., Rofiki, S., & Amilia, Y. (2023). Kompres Serai Hangat Dapat Menurunkan Nyeri Akut Gout Arthritis: Studi Kasus. *Indonesian Health Science Journal*, 3(1).
- Costansia. (2022). Perbandingan Uji Aktivitas Mukolitik Ekstrak Etanol, Infusa, dan Minyak Atsiri Batang Serai Wangi (*Cymbopogon Nardus*). *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 4(5)(495499).
- Dinkes Aceh Besar. (2023). *Kasus Arthritis Gout di Kabupaten Aceh Besar. Laporan Tahunan*. (Aceh Besar). Dinkes Aceh Besar.
- Dinkes Provinsi Aceh. (2022). *Kasus Arthritis Gout di Provinsi Aceh*. Dinkes Provinsi Aceh.
- Dwi Noviyanti. (2023). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Air Rebusan Serai (*Cymbopogon Citratus*) terhadap Penurunan Nyeri Arthritis Gout di Puskesmas Merdeka Palembang. *Malahayati Nursing Journal*, 5(3), 633646. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i3.7969>
- Gendrowati. (2018). Basmi Penyakit dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga). Jakarta: Pustaka Makmur.
- Hartutik, S. (2021). Pengaruh Kompres Kayu Manis (*Cinnamomum Burmanni*) Terhadap Nyeri Arthritis Gout Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 5(2), 40–51.
- Hidayatullah, F. (2020). Pengaruh Kompres Hangat Daun Kelor Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Asam Urat Di Desa Potronayan Boyolali. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Iskandar, I., Sartika, D., Afra, M., & Elvianda, V. (2024). Pengaruh Terapi BagaPule untuk Mengurangi Nyeri Kepala Lansia dengan Hipertensi. *Faletehan Health Journal*, 11(01), 51–58.
- Kemenkes RI. (2022). *Kasus Penyakit Sendi di Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia*. www.depkes.co.id.
- Librianty, N. (2015). *Panduan Mandiri Melacak Penyakit*. Lintas Kata.
- Maula, L. H., & Ulfah, M. (2023). Implementasi Pemberian Kompres Hangat Daun Kelor terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia Dengan Gout Arthritis di Desa Dawuhan, Padamara, Purbalingga. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4(1), 37–42.
- Nopriani, Y., & Riadi, E. S. (2024). Perbandingan Kompres Hangat Jahe Merah (*Zingiber Officinale* Varietas Rubrum) Dan Serai (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Skala Nyeri Arthritis Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5 (2), 4898–4909.
- Nurfitriani., Fatmawati. T. Y. (2020). Pengaruh Kompres Serai Hangat terhadap Skala Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*. 9 (1) : 260- 267.
- Oktaviani, D. S., & Anzani, S. (2021). Penurunan Nyeri Pada Arthritis Gout Melalui Kompres Hangat Air Rebusan Serai. *Madago Nursing Journal*. 2 (1) : 1-8.
- Pebrianti, D. K. (2022). Kompres Serai Hangat Mengurangi Nyeri Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Abdimas Kesehatan*. 4(1) : 52-57
- Puskesmas Kuta Baro. (2023). *Kasus Arthritis Gout. Laporan Tahunan*. Puskesmas Kuta Baro.
- Riza, S., Desreza, N., & Asnawati, A. (2018). Tinjauan Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Activities Daily Living (Adl) di Gampong Lambhuk Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. *Jurnal Aceh Medika*, 2(1), 166–170.
- Royhanaty, I., Mayangsari, D., & Novita, M. (2018). Manfaat Minuman Serai (*Cymbopogon Citrus*) dalam Menurunkan Skala Dismenore. *Jurnal Kebidanan Cerdas*. 5 (1) : 37-46.

- Rufaridah, A., Cumayunaro, A., & Putri, N. R. (2020). Pengaruh Kompres Serai Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis. *Ensiklopedia of Journal*, 2(2), 77–83. Retrieved from <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Sari, I., Wardiyah, A., & Isnainy, U. C. A. S. (2022). Efektivitas Pemberian Kompres Jahe Merah pada Lansia dengan Gout Arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(10), 3676–3689.
- Savitri, D. (2021). *Diam-diam mematikan, cegah asam urat dan hipertensi*. Anak Hebat Indonesia.
- Sembiring, S. P. K. (2020). *Diagnosis Diferensial Nyeri Lutut*. Yayasan Kita Menulis.
- Sulistyaningsih, T., Dewanto, H., Rika, W., Avia, R. U., Ika, R. P., Annisa, W. R., & Futri, A. R. (2023). Tanaman Herbal (Jahe, Katuk). Penerbit Tahta, 2–3.
- Tri, A., Harahap, N., Afrioza, S., Wibisono, H. A. Y. G., & Madani, U. Y. (2022). Pengaruh Kompres Kayu Manis Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Arthritis Gout Di Desa Mekar Jaya The Effect Of Cinnamon Compresses On Pain Reduction In Gout Arthritis Patients In Mekar Jaya Village. *Nusantara Hasana Journal*, 2(7), Page.
- WHO. (2023). *Arthritis Gout*.
- Widiyanto, A., Pradana, K. A., Hidayatullah, F., Atmojo, J. T., Putra, N. S., & Fajriah, A. S. (2020). Efektifitas kompres hangat daun kelor terhadap nyeri asam urat pada lansia di desa kenteng, nogosari, boyolali. *Avicenna: Journal of Health Research*, 3(2).
- Yanti, A. N. (2023). Pengaruh Kompres Hangat Seduhan Bubuk Serai Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Artritis Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Kedawung Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 11(2, Juni), 149–155.