

Pengaruh Terapi Kompres Jahe terhadap Tingkat Nyeri Sendi Lansia di Wilayah Puskesmas Jampang Tengah Kabupaten Sukabumi

M Altaf Hidayat^{1*}, Irawan Danismaya², Amir Hamzah²

¹⁻³Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Indonesia

Alamat: Jl. R. Syamsudin, S.H. No. 50, Cikole, Kec.Cikole, Kota Sukabumi, Jawa Barat 43113

Korespondensi penulis: altafhidayat17@ummi.ac.id*

Abstract. High uric acid which causes joint pain is a disease where there is a buildup of purine which causes the joints to become inflamed to the point of swelling. Gout which occurs in people of course when they have a disease that causes gout they will undergo medical treatment to reduce uric acid levels and the pain that occurs in the elderly due to high levels. And most people assume that by taking medication they assume that the pain will disappear, according to Ilham (2019) that to reduce joint pain you can do ginger compress therapy on the joint pain, because the spicy effect of ginger can reduce pain in the joints. Objective: To determine the effect of ginger compress therapy on the level of joint pain in the elderly. Method: The design in this research uses a quasi-experiment using a one group pretest posttest design approach. Results: based on the results of statistical tests using the Paired Samples Test, the resulting P value is $0.000 < 0.05$. Conclusion: it can be concluded that there is an influence of ginger compress therapy on the level of joint pain in the elderly in the working area of the Central Jampang Community Health Center. Suggestion: It is recommended for future researchers to measure the influence of respondent characteristics such as age, gender, education level, length of time suffering from joint pain, type of work and type of medication used.

Keywords: Ginger Compress Therapy, Joint Pain, Pain Scale

Abstrak. Asam urat tinggi yang menyebabkan nyeri sendi merupakan penyakit dimana terjadi penimbunan purin yang menyebabkan persendian meradang sampai bengkak, Asam urat yang terjadi pada masyarakat tentunya ketika memiliki penyakit yang menderita asam urat mereka akan melakukan pengobatan secara medis untuk menurunkan kadar asam urat dan nyeri yang terjadi pada lansia karena kadar yang tinggi. Dan kebanyakan masyarakat menganggap bahwa dengan mengonsumsi obat asumsi mereka bahwa timbul nyeri nya akan hilang, menurut ilham (2019) bahwa untuk menurunkan nyeri sendi bisa di lakukan terapi kompres jahe pada bagian nyeri sendi, karna efek pedas jahe tersebut bisa menurunkan nyeri pada sendi. Tujuan: Untuk mengetahui Pengaruh terapi kompres jahe terhadap tingkat nyeri sendi lansia. Metode: Desain dalam penelitian ini menggunakan Quasi eksperimen dengan menggunakan pendekatan one group pretest posttest design. Hasil: berdasarkan hasil uji statistik dengan Uji Paired Samples Test nilai P value yang dihasilkan sebesar $0,000 < 0,05$. Kesimpulan: dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi kompres jahe terhadap tingkat nyeri sendi lansia diwilayah kerja Puskesmas jampang tengah. Saran: Disarankan untuk peneliti mendatang untuk mengukur pengaruh karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lama menderita nyeri sendi, jenis pekerjaan dan jenis obat yang digunakan.

Kata kunci: Terapi Kompres Jahe, Nyeri Sendi, Skala Nyeri

1. LATAR BELAKANG

Penyakit yang disebabkan oleh tingginya asam urat dapat mengakibatkan nyeri pada sendi, disebabkan oleh akumulasi purin yang menyebabkan peradangan serta pembengkakan pada persendian. Ketika anggota masyarakat mengalami masalah ini, mereka cenderung mencari pengobatan medis untuk menurunkan kadar asam urat dan meredakan rasa sakit, terutama pada lansia yang mengalami peningkatan kadar asam urat. Banyak orang meyakini bahwa dengan mengonsumsi obat, rasa nyeri yang dialami akan hilang. Menurut Ilham (2019),

untuk meredakan nyeri sendi, dapat dilakukan terapi dengan kompres jahe pada area yang sakit, karena sifat pedas dari jahe dapat membantu mengurangi ketidaknyamanan tersebut..(Darmawansyah & Rochmani, 2022)

Tanda dan gejala dari kadar asam urat yang tinggi biasanya ditandai dengan rasa sakit pada sendi yang muncul secara tiba-tiba. Umumnya, rasa nyeri ini terjadi di malam hari atau menjelang pagi. Gejala tambahan yang dapat muncul adalah kemerahan dan pembengkakan pada area yang terkena, demam, perasaan dingin, detak jantung yang cepat, serta gangguan dalam aktivitas dan kualitas tidur. Biasanya, serangan pertama terjadi di satu sendi tertentu dan akan segera mereda. Serangan ini dapat kembali muncul, tetapi bisa terjadi dalam jangka waktu yang panjang hingga bertahun-tahun. Jika gejala asam urat sudah mencapai tingkat parah, bisa mengakibatkan nyeri pada sendi di bagian tubuh yang terpengaruh. Pembengkakan biasanya terlihat di pergelangan kaki, punggung, lengan, lutut, tendon belakang, serta daun telinga. (Syarifuddin et al., 2019).

Asam urat tinggi adalah kondisi yang sangat mengganggu aktivitas sehari-hari penderitanya. Individu dengan asam urat tinggi biasanya merasakan nyeri, mengalami rasa sakit saat sendi digerakkan, mengalami pembengkakan, dan jari-jari menjadi kaku, sehingga tidak bisa berfungsi dengan baik. Dalam situasi yang lebih serius, rasa sakit pada sendi dapat dirasakan di hampir seluruh tubuh. Selanjutnya, pertumbuhannya menjadi sangat cepat dan menyebabkan luka besar yang sangat menyakitkan. Mengingat efek yang ditimbulkan oleh penyakit asam urat, tampak jelas bahwa ini bukanlah suatu penyakit yang biasa. Kondisi ini dapat diklasifikasikan sebagai penyakit yang berbahaya. Penanganan yang tidak sesuai dapat mengakibatkan kerugian yang lebih besar, oleh karena itu, intervensi farmakologis dan nonfarmakologis sangat diperlukan. (Dafriani, 2019).

Berdasarkan data dari WHO, ditemukan adanya individu yang mengalami masalah. Nyeri sendi akibat asam urat yang tinggi terjadi pada 5-30 persen populasi secara keseluruhan, dan angka ini bisa lebih tinggi pada kelompok-kelompok tertentu. Akhir-akhir ini, prevalensi nyeri asam urat menunjukkan tren peningkatan di seluruh dunia, yang diduga berkaitan dengan meningkatnya prevalensi serta penggunaan obat-obatan. Secara global, prevalensi asam urat belum tercatat secara lengkap, namun diketahui bahwa jumlah penderita asam urat meningkat dari 2 menjadi 8,3 juta, dengan 6,1 juta di antaranya adalah pria dan 2,2 juta adalah wanita. (Nasir, 2019).

Menurut informasi dari WHO, sekitar 81% dari populasi di Indonesia menderita penyakit sendi. Angka ini mencakup 11,9% dengan tingkat kejadian tertinggi terdapat di Bali pada 19,3%, diikuti oleh Aceh yang mencatat 18,3%, Jawa Barat dengan 17,5%, Papua melaporkan

15,4%, dan untuk prevalensi penyakit sendi yang berlandaskan gejala di Indonesia terdapat 24,7% dengan catatan tertinggi di Nusa Tenggara Timur yang mencapai 33,1%, disusul oleh Jawa Barat dengan 32,1% dan Bali 30%. Sementara itu, tingkat prevalensi penyakit sendi di Riau berdasarkan diagnosa yang dilakukan oleh tenaga medis berada pada angka 6,8% dengan prevalensi gejala tercatat di Riau sebesar 10,8%. (Muchlis & Ernawati, 2021).

Terapi nonfarmakologis atau terapi alternatif tambahan untuk mempercepat sembuhnya pasien dengan asam urat yang mengalami nyeri sendi meliputi pengobatan herbal, homeopati, akupunktur, akupresur, nutrisi terapi, refleksologi, terapi garam, dan yoga. Salah satu pendekatan dalam pengobatan herbal, dilakukan pada tahap awal untuk menghindari kerusakan sendi dan komplikasi lain, dengan tujuan mengatasi rasa nyeri sendi dan peradangan yang disebabkan oleh asam urat tinggi melalui penggunaan berbagai obat (Aru, 2010; Zahroh & Faiza, 2018). Penelitian oleh Wurangian, Bidjuni, & Kallo (2014) yang dilakukan pada 30 pasien di Puskesmas Bahu Manado menunjukkan bahwa kompres hangat dapat mengurangi tingkat nyeri pada individu yang merasakan nyeri sendi. (Sowwam et al., 2022)

Hasil riset oleh Sena, Putri (S. Q. D. Putri et al., 2017) yang berjudul "Pengaruh Pemberian Kompres Jahe terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis pada Lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan". Penelitian ini tergolong eksperimen kuasi dengan dua kelompok pretes-postest yang diorganisir menjadi kelompok perlakuan dengan kompres jahe dan kelompok kontrol dengan kompres hangat. Metode pengambilan sampel menggunakan sampling probabilitas, dengan total sampel sebanyak 32 lansia. Sebelum mendapatkan terapi kompres jahe, intensitas nyeri pada kelompok perlakuan menunjukkan bahwa semua 16 lansia (100%) mengalami nyeri sedang akibat gout arthritis di PSTW. Setelah mendapat kompres jahe, 13 dari 16 responden (81,2%) merasakan nyeri ringan, dan 3 responden (18,8%) tidak merasakan nyeri sama sekali. Hal ini disebabkan oleh efek panas yang dihasilkan dari kompres jahe yang diterapkan kepada responden selama dua sesi masing-masing 20 menit. Penelitian Henny Syapitri juga menunjukkan bahwa "Kompres Jahe Efektif dalam Mengurangi Intensitas Nyeri pada Penderita Rheumatoid Arthritis".

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat dan Putra pada tahun 2016 melibatkan 30 partisipan. Sebelum intervensi, tingkat nyeri pada 30 partisipan tersebut adalah sebagai berikut: pada skala 3 terdapat 14 individu, skala 4 ada 11 individu, skala 5 melibatkan 4 individu, dan skala 6 hanya 1 individu. Setelah intervensi dilakukan, hasil menunjukkan distribusi nyeri pada 30 partisipan menjadi: skala nyeri 1 melibatkan 1 individu, skala nyeri 2 ada 16 individu, skala nyeri 3 meliputi 12 individu, dan skala nyeri 6 ada 1 individu. Data ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar partisipan, yaitu 16 individu, mengalami nyeri ringan.

Setelah intervensi, jumlah individu dengan nyeri ringan meningkat menjadi 29, menunjukkan bahwa kompres hangat jahe merah memiliki dampak positif terhadap lansia dengan gout arthritis di Desa Tateli Dua, Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa. Penggunaan kompres dingin dan hangat terbukti dapat mengurangi nyeri serta peradangan. Kompres jahe biasa termasuk dalam kategori kompres hangat yang berfungsi untuk membantu meredakan rasa sakit pada sendi. (Emil, 2022).

2. KAJIAN TEORITIS

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan aktual atau potensial. Menurut teori "Gate Control" yang dikembangkan oleh Melzack dan Wall (1965), nyeri dapat dimodulasi oleh mekanisme saraf yang bertindak seperti gerbang yang mengontrol sinyal nyeri ke otak. Terapi kompres jahe diyakini dapat merangsang serat saraf non-nyeri sehingga dapat menghambat transmisi sinyal nyeri.

Efek Antiinflamasi Jahe mengandung senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol yang memiliki sifat antiinflamasi. Senyawa ini dapat menghambat produksi prostaglandin dan sitokin proinflamasi yang berperan dalam proses inflamasi sendi. Efek farmakologis ini menjadikan jahe sebagai alternatif terapi untuk mengurangi nyeri sendi akibat osteoarthritis dan kondisi inflamasi lainnya.

Terapi Kompres hangat telah lama digunakan dalam praktik kesehatan tradisional untuk meredakan nyeri. Mekanisme kerja kompres jahe melibatkan kombinasi efek panas dan senyawa aktif dalam jahe yang dapat meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta membantu mengurangi rasa nyeri dan kekakuan sendi.

Penelitian oleh Paramitha & Kurniasari (2019) Studi ini menunjukkan bahwa terapi kompres jahe efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien dengan arthritis. Responden yang menerima terapi kompres jahe mengalami penurunan nyeri yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi.

Penelitian oleh Handayani et al. (2021) Studi ini dilakukan pada lansia yang mengalami nyeri sendi di puskesmas. Hasilnya menunjukkan bahwa kompres jahe memberikan efek analgesik dan relaksasi yang signifikan dalam mengurangi nyeri sendi lansia.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang akan diterapkan dalam studi ini adalah penelitian kuantitatif, yakni suatu metode penelitian yang dilakukan dengan memberikan pengendalian atau intervensi pada kelompok subjek yang diteliti. Tujuannya adalah untuk mengevaluasi dampak dari suatu intervensi terhadap variabel yang tidak tergantung pada variabel yang mempengaruhi.

Penelitian ini menggunakan desain Quasi Eksperiment dengan uji dua kelompok. Rancangan penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk menilai pengaruh kompres jahe. Pendekatan yang diterapkan dalam penelitian ini menggunakan metode desain two group pre-post. Metode ini adalah penelitian yang difokuskan untuk mengevaluasi kelompok, yaitu kelompok yang menerima perlakuan atau intervensi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di puskesmas jampang tengah pada tanggal 22 Januari – 04 Februari 2024. Berikut adalah penyajian data dari hasil penelitian.

1. Gambaran karakteristik responden

Tabel 1 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase
Laki-Laki	12	75,0%
Perempuan	4	25,0%
Total	16	100%

Berdasarkan data tabel 1 dapat disimpulkan bahwa terdapat 12 orang (75,0%) responden berjenis kelamin laki-laki dan 4 orang (25,0%) responden berjenis kelamin perempuan

a) karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 2 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.

Usia	Frekuensi (n)	Persentase
60-70	10	62,5%
71-80	6	37,5%
Total	16	100%

Berdasarkan data tabel 2 dapat disimpulkan bahwa terdapat 10 orang (62,5%) responden berusia 60-70 tahun dan 6 orang (37,5%) responden berusia 71-80 tahun.

b) Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 3 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase
Petani	6	37,5%
Pedagang	2	12,5%
Wirausaha	5	31,3%
Ibu Rumah Tangga (IRT)	3	18,8%
Total	16	100%

Berdasarkan data tabel 3 dapat disimpulkan bahwa terdapat 6 orang (37,5%) responden dengan pekerjaan sebagai petani, 2 orang (12,5%) bekerja sebagai pedagang, 5 orang (31,3%) bekerja sebagai wirausaha, dan 3 orang (18,8%) bekerja sebagai ibu rumah tangga.

c) Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 4 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.

Pendidikan	Frekuensi (n)	Persentase
SMP	7	43,8%
SMA	9	56,3%
Total	16	100%

Berdasarkan data tabel 4 dapat disimpulkan terdapat 7 orang responden (43,8%) memiliki latar belakang pendidikan SMP dan 9 orang (56,3%) berpendidikan SMA.

1. tingkat nyeri sendi sebelum dilakukan kompres jahe

Tabel 5 Rata-rata tingkat nyeri sendi sebelum dilakukan kompres jahe.

Tingkat Nyeri	Mean	Frekuensi (n)	Std. Deviation	Std. Error Mean
<i>Pretest</i>	7,50	16	,816	,204

Berdasarkan data tabel 5 dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata pretest tingkat nyeri sendi lansia pada 16 responden adalah 7,50 dengan standar deviasi 0,816

a) tingkat nyeri sendi setelah dilakukan kompres jahe

Tabel 6 Rata-rata tingkat nyeri sendi sebelum dilakukan kompres jahe

Tingkat Nyeri	Mean	Frekuensi (n)	Std. Deviation	Std. Error Mean
<i>Posttest</i>	2,63	16	,500	,125

Berdasarkan data tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata posttest tingkat nyeri sendi lansia pada 16 responden adalah 2,63 dengan standar deviasi 0,500

Tabel 7 Pengaruh kompres jahe terhadap tingkat nyeri sendi lansia

	Mean	Std. Deviation	Paired Sample Test				t	df	Sig. (2-tailed)
			Std. Error Mean	95% Confidences Interval of the Difference					
				Lower	Upper				
<i>Pre-Post Test</i>	4,875	1,088	,272	4,295	5,455	17,926	15	,000	

Berdasarkan data tabel 7 hasil uji paired t-test menunjukkan nilai p- value yaitu $0,000 < 0,05$ yang berarti adanya pengaruh kompres jahe terhadap tingkat nyeri sendi lansia. Hal ini dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti adanya pengaruh kompres jahe terhadap penurunan tingkat nyeri sendi lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jampang Tengah

Pembahasan

1. Karakteristik responden

Berdasarkan data tabel 4.1 dapat disimpulkan bahwa terdapat 12 orang (75,0%) responden berjenis kelamin laki-laki dan 4 orang (25,0%) responden berjenis kelamin perempuan.

Pada Di tabel 4.1, terlihat bahwa terdapat 12 individu (75,0%) responden yang berjenis kelamin pria dan 4 individu (25,0%) responden yang berjenis kelamin wanita. Temuan ini bertentangan dengan analisis yang dilakukan oleh Yepi et al (2018), mengenai efektivitas terapi kompres hangat dari jahe rebus dan kompres dingin untuk meredakan nyeri pada lansia dengan osteoporosis, di mana mereka menemukan bahwa persentase wanita (60,9%) lebih banyak mengalami rasa nyeri pada sendi dibandingkan pria (39,1%). Penelitian oleh Amalia & Fatoni (2022) yang berjudul dampak kompres jahe terhadap pengurangan nyeri sendi pada lansia dengan arthritis gout, juga menunjukkan bahwa responden perempuan sebanyak 21 orang (84,0%) lebih banyak dibandingkan responden laki-laki yang hanya berjumlah 4 orang (16,0%). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa wanita lebih rentan mengalami nyeri sendi dibandingkan pria. Selain itu, penelitian oleh Listyarini et al (2022) juga menunjukkan bahwa wanita lebih sering mengalami nyeri sendi dibandingkan pria, dengan data menunjukkan bahwa 25 responden perempuan (64,1%) dan 14 responden laki-laki (35,9%).

2. Tingkat nyeri sendi sebelum dilakukan kompres jahe

Berdasarkan data tabel 4.5 dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata pretest tingkat nyeri sendi lansia pada 16 responden adalah 7,50 dengan standar deviasi 0,816

Pada studi ini, rata-rata nilai pretest untuk tingkat nyeri sendi lansia dalam kelompok 16 peserta tercatat sebesar 7,50 dengan deviasi standar 0,816. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sriwiyati dan Noviyanti (2018), didapatkan nilai rata-rata skala nyeri sebelum pemberian kompres jahe yang mencapai 4,18 dengan deviasi standar 1,053. Sementara itu, dalam kajian yang dilakukan oleh Listyarini et al (2022), nilai rata-rata nyeri sendi sebelum intervensi kompres jahe tercatat sebesar 4,56. Penelitian oleh Rahmawati dan Kusnul (2021) menunjukkan bahwa rata-rata nilai nyeri sendi dari 30 responden sebelum diberi kompres jahe merah adalah 6,0.

Nyeri pada sendi adalah salah satu bentuk tanda klinis dari kondisi medis seperti arthritis gout dan osteoporosis. Nyeri ini bisa muncul karena adanya kadar asam urat yang tinggi dalam aliran darah. Tingginya konsentrasi asam urat dapat mengakibatkan penumpukan kristal monosodium urat. Ketika kristal asam urat terkumpul di dalam sendi, ini akan memicu peradangan yang dapat menyebabkan rasa sakit pada sendi (Suryani et al., 2021). Beberapa faktor yang dapat berkontribusi pada nyeri sendi meliputi obesitas, kebiasaan merokok, usia, cedera, kelainan atau cacat pada tulang dan sendi, serta sistem imun yang lemah. (Makarim, 2023).

3. Tingkat nyeri sendi setelah dilakukan kompres jahe

Berdasarkan data tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata posttest tingkat nyeri sendi lansia pada 16 responden adalah 2,63 dengan standar deviasi 0,500

Pada penelitian ini, didapatkan nilai rata-rata posttest tingkat nyeri sendi lansia pada 16 responden adalah 2,63 dengan standar deviasi 0,500.

Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Sriwiyati dan Noviyanti pada tahun 2018, yang menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri sendi setelah penerapan intervensi kompres jahe adalah 2,73 dengan deviasi standar 1,162. Ini menunjukkan terjadinya selisih rata-rata antara sebelum dan sesudah penggunaan kompres jahe.

Hal tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Listyarini et al (2022), menunjukkan nilai rata-rata setelah diberikan intervensi kompres jahe terhadap tingkat nyeri sendi yaitu 1,87.

4. Pengaruh kompres jahe terhadap tingkat nyeri sendi lansia

Berdasarkan data tabel 4.7 hasil uji paired t-test menunjukkan nilai p- value yaitu $0,000 < 0,05$ yang berarti adanya pengaruh kompres jahe terhadap tingkat nyeri sendi lansia. Hal ini dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti adanya pengaruh kompres jahe terhadap penurunan tingkat nyeri sendi lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jampang Tengah

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian didapatkan Gambaran karakteristik responden penelitian berdasarkan usia, didapatkan 10 orang (62,5%) responden berusia 60-70 tahun dan 6 orang (37,5%) responden berusia 71-80 tahun, Rata-rata nilai skala nyeri sendi sebelum diberikan intervensi kompres jahe pada 16 responden adalah 7,50 dengan standar deviasi 0,816, Rata-rata nilai skala nyeri sendi sesudah diberikan intervensi kompres jahe pada 16 responden adalah 2,63 dengan standar deviasi 0,500 yang berarti adanya perubahan nilai rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, Hasil uji paired t-test menunjukkan nilai p-value yaitu $0,000 < 0,05$ yang berarti adanya pengaruh kompres jahe terhadap tingkat nyeri sendi lansia. Hal ini dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti adanya pengaruh kompres jahe terhadap penurunan tingkat nyeri sendi lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jampang Tengah. Berdasarkan data tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata posttest tingkat nyeri sendi lansia pada 16 responden adalah 2,63 dengan standar deviasi 0,500. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel berbeda seperti dukungan keluarga ataupun cari faktor lain yang dapat meningkatkan kecemasan pasien yang menjalani diet dm. Hasil penelitian ini dapat

digunakan sebagai acuan atau gambaran, dan diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat mengurangi atau memperbaiki ketidaksempurnaan penelitian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Arjani, S., Mastra, N., & Merta, I. W. (2018). Gambaran kadar asam urat dan tingkat pengetahuan lansia di Desa Samsam Kecamatan Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Jurnal Meditory Poltekkes Denpasar*, 6(1), 46–55.
- Darmawansyah, S., & Rochmani, S. (2022). Pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap nyeri asam urat pada lansia di RW 004 Kampung Rawa Bokor Kota Tangerang tahun 2021. *Nusantara Hasana Journal*, 2(1), 157–166.
- Emil, E. (2022). Pengaruh pemberian kompres jahe terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis gout pada lansia. *Jurnal Nurse*, 5(1), 14–19.
- Handayani, I. (2020). Pengaruh kompres parutan jahe merah terhadap nyeri sendi pada lansia penderita rheumatoid arthritis Kecamatan Sendana. *Healthy Papua - Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 3(1), 114–120.
- Hidayat, S., & Putra, I. D. A. (2016). Pengaruh terapi kompres jahe terhadap tingkat nyeri osteoarthritis pada lansia di UPT Puskesmas Guluk-Guluk. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 6(2), 53–59.
- Isnainy, U. C. A. S. (2021). Pemberian kompres jahe merah pada penderita asam urat dengan masalah keperawatan nyeri di Desa Padan Arang Kabupaten Lahat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(5), 1209–1215.
- Joewono Soeroso, S. P.-K., Algristian, H., & Ked, S. (n.d.). *Asam urat*. Penebar PLUS+.
- Kertia, N. (2009). *Asam urat*. PT Mizan Publika.
- Lutfi, M., & Fijianto, D. (2021). Penerapan kompres jahe untuk mengurangi nyeri pada lansia penderita asam urat. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 1732–1736.
- Manangin, N. (2020). Pengaruh pemberian terapi tradisional terhadap kadar asam urat lansia di Desa Lolak Kabupaten Bolaang Mongondow. *Graha Medika Nursing Journal*, 3(1), 35–47.
- Muchlis, M. R., & Ernawati, E. (2021a). Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia. *Ners Muda*, 2(3), 165–173.
- Muchlis, M. R., & Ernawati, E. (2021b). Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia. *Ners Muda*, 2(3), 165–173.
- Nasir, M. (2019). Gambaran asam urat pada lansia di wilayah Kampung Selayar Kota Makassar. *Jurnal Media Analisis Kesehatan*, 8(2), 78–82.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Noviyanti, N., & Azwar, Y. (2021). Efektivitas kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dengan arthritis rheumatoid. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(1), 185–192.