

**PENERAPAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH UNTUK
MENGATASI NYERI ASAM URAT PADA LANSIA**

KARYA TULIS ILMIAH



**DELLA NOVITA
NIM : 11025122133**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

PENERAPAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH UNTUK MENGATASI NYERI ASAM URAT PADA LANSIA

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



**DELLA NOVITA
NIM : 11025122133**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juli 2025

Della Novita

**Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Untuk Mengatasi Nyeri Asam Urat
Pada Lansia**

xviii + 85 halaman + 3 tabel + 9 gambar + 1 bagan + 2 grafik + 16 lampiran

ABSTRAK

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai gangguan kesehatan, salah satunya adalah asam urat yang ditandai dengan nyeri sendi. Penumpukan kristal monosodium urat akibat hiperurisemia menyebabkan peradangan pada sendi, menurunkan kualitas hidup, dan membatasi aktivitas fisik lansia. Penanganan asam urat umumnya menggunakan terapi farmakologi, namun efek samping dari obat-obatan mendorong pemanfaatan terapi non-farmakologi seperti kompres hangat jahe merah. Jahe merah memiliki kandungan gingerol dan shogaol yang bersifat antiinflamasi, analgesik, dan antioksidan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan kompres hangat jahe merah dalam menurunkan nyeri asam urat pada lansia. Desain penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus terhadap tiga responden lansia yang mengalami nyeri akibat asam urat. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15 menit setiap kali kompres. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skala nyeri yang signifikan pada semua responden. Responden I mengalami penurunan dari skala nyeri 5 menjadi 2, Responden II dari 4 menjadi 1, dan Responden III dari 4 menjadi 1. Hasil yang konsisten ini menunjukkan bahwa kompres hangat jahe merah memberikan manfaat bertahap dan berkelanjutan. Saran, terapi kompres hangat jahe merah dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan alternatif yang aman, murah, dan mudah diaplikasikan secara rutin untuk mengurangi nyeri asam urat pada lansia di komunitas atau fasilitas pelayanan kesehatan.

Kata kunci: Asam urat, jahe merah, kompres hangat, lansia, nyeri.

**D III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Scientific Paper, July 2025

Della Novita

Application of Red Ginger Warm Compress to Overcome Gout Pain in the Elderly

xviii + 85 pages + 3 tables + 9 figures + 1 chart + 2 graphs + 16 appendices

ABSTRACT

The elderly are an age group vulnerable to various health problems, one of which is gout, which is characterized by joint pain. The accumulation of monosodium urate crystals due to hyperuricemia causes inflammation in the joints, reduces quality of life, and limits physical activity in the elderly. Gout treatment generally uses pharmacological therapy, but the side effects of drugs encourage the use of non-pharmacological therapies such as warm compresses with red ginger. Red ginger contains gingerol and shogaol, which have anti-inflammatory, analgesic, and antioxidant properties. The purpose of this study was to determine the application of warm compresses with red ginger in reducing gout pain in the elderly. The research design used a descriptive method with a case study approach on three elderly respondents experiencing pain due to gout. The intervention was carried out for three consecutive days with a duration of 15 minutes each compress. The results showed a significant reduction in pain scale in all respondents. Respondent I experienced a reduction in pain scale from 5 to 2, Respondent II from 4 to 1, and Respondent III from 4 to 1. These consistent results indicate that warm compresses with red ginger provide gradual and sustainable benefits. Suggestion: Red ginger warm compress therapy can be used as an alternative nursing intervention that is safe, inexpensive, and easy to apply routinely to reduce gout pain in the elderly in the community or health care facilities.

Keywords: *Elderly, gout, pain, red ginger, warm compress.*