

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. KONSEP PENYAKIT GOUT ARTRITIS

1. Definisi *Gout arthritis*

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit metabolik yang disebabkan oleh gangguan metabolisme purin yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia). Kondisi ini menyebabkan terbentuknya kristal monosodium urat yang mengendap pada sendi dan jaringan sekitarnya sehingga memicu respon inflamasi. Secara klinis, gout arthritis ditandai dengan nyeri sendi yang muncul secara mendadak, disertai pembengkakan, kemerahan, serta keterbatasan gerak (Madyaningrum et al., 2020). Dengan demikian, gout arthritis dapat dipahami sebagai peradangan sendi akibat deposisi kristal asam urat yang menimbulkan keluhan nyeri sebagai gejala utama.

2. Etiologi *Gout arthritis*

Penyebab gout arthritis pada dasarnya berkaitan dengan dua mekanisme utama, yaitu peningkatan produksi asam urat dan penurunan ekskresi asam urat melalui ginjal. Peningkatan produksi dapat terjadi secara primer maupun sekunder akibat kondisi tertentu seperti penyakit hematologi. Sementara itu, penurunan ekskresi asam urat umumnya disebabkan oleh gangguan fungsi ginjal. Selain kedua mekanisme tersebut,

faktor gaya hidup seperti konsumsi makanan tinggi purin (daging merah, jeroan, dan makanan laut), konsumsi alkohol, serta obesitas juga berperan dalam meningkatkan kadar asam urat dalam tubuh (Junaidi, 2021).

3. Manifestasi Klinis *Gout arthritis*

Manifestasi klinis gout arthritis umumnya berupa nyeri sendi mendadak dengan intensitas tinggi, pembengkakan, kemerahan, rasa panas, dan keterbatasan gerak. Nyeri sering muncul pada malam hari dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Faktor risiko yang mempengaruhi antara lain usia, jenis kelamin laki-laki, obesitas, diet tinggi purin, gangguan ginjal, serta riwayat keluarga.

4. Faktor Risiko *Gout arthritis*

Beberapa faktor yang memicu terjadinya peningkatan kadar asam urat yaitu (Rahmi & Pahriyani, 2021) :

- a. Bertambahnya usia
- b. Jenis kelamin laki – laki
- c. Kelebihan berat badan
- d. Makanan yang tinggi zat purin
- e. Gangguan pada ginjal
- f. Riwayat keturunan dari keluarganya
- g. Mengonsumsi obat diuretik tiazid dan aspirin

5. Patofisiologi *Gout arthritis*

Secara patofisiologis, asam urat merupakan hasil akhir metabolisme purin yang normalnya dikeluarkan melalui ginjal. Pada kondisi hiperurisemia, terjadi ketidakseimbangan antara produksi dan ekskresi sehingga kadar asam urat meningkat. Kristal monosodium urat kemudian mengendap pada sendi perifer dan memicu aktivasi sistem imun serta pelepasan mediator inflamasi seperti prostaglandin dan sitokin. Proses ini menimbulkan nyeri, bengkak, dan kemerahan. Jika berlangsung kronis, dapat menyebabkan kerusakan sendi dan terbentuknya tophi (Rahmi & Pahriyani, 2021).

6. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan gout arthritis meliputi terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis seperti NSAID (Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs), colchicine, dan allopurinol digunakan untuk mengurangi nyeri dan inflamasi. Namun, terapi ini dapat menimbulkan efek samping sehingga diperlukan alternatif terapi nonfarmakologis, seperti perubahan gaya hidup dan penggunaan terapi komplementer, salah satunya kompres hangat jahe merah (Kemenkes RI, 2022).

B. KONSEP DASAR NYERI

1. Defisini Nyeri

Nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan yang berhubungan dengan kerusakan jaringan aktual maupun potensial. Nyeri bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik fisiologis, psikologis, maupun sosial. Pada pasien gout arthritis, nyeri terjadi akibat proses inflamasi yang dipicu oleh deposisi kristal asam urat pada sendi (Fatoni, 2022).

2. Patofisiologi Nyeri Pada Gout Arthritis

Nyeri pada gout arthritis dapat berkembang menjadi nyeri kronis apabila berlangsung dalam waktu lama atau terjadi berulang. Nyeri kronis didefinisikan sebagai nyeri yang berlangsung lebih dari tiga bulan dan dapat menetap meskipun penyebab awal telah teratasi. Pada kondisi ini, terjadi peningkatan sensitivitas nosiseptor sehingga ambang nyeri menurun dan pasien menjadi lebih sensitif terhadap rangsangan (Fatoni, 2022).

Nyeri pada pasien gout arthritis terjadi akibat proses inflamasi yang dipicu oleh pengendapan kristal monosodium urat di dalam sendi. Proses ini diawali dari kondisi hiperurisemia, yaitu peningkatan kadar asam urat dalam darah akibat ketidakseimbangan antara produksi dan ekskresi asam urat. Ketika kadar asam urat melebihi batas kelarutan, akan terbentuk kristal monosodium urat yang kemudian mengendap di jaringan sendi, terutama

pada sendi perifer yang memiliki suhu lebih rendah (Rahmi & Pahriyani, 2021).

Endapan kristal tersebut dikenali sebagai benda asing oleh sistem imun tubuh. Hal ini memicu aktivasi sel-sel imun seperti neutrofil dan makrofag yang kemudian melepaskan berbagai mediator inflamasi, seperti prostaglandin, interleukin-1 (IL-1), tumor necrosis factor (TNF- α), dan leukotrien. Mediator inflamasi ini berperan dalam meningkatkan permeabilitas pembuluh darah serta merangsang reseptor nyeri (nosiseptor) di sekitar sendi (Madyaningrum et al., 2020).

Rangsangan terhadap nosiseptor ini memulai proses nyeri melalui empat tahap utama, yaitu transduksi, transmisi, persepsi, dan modulasi. Pada tahap transduksi, rangsangan kimia akibat mediator inflamasi diubah menjadi impuls listrik oleh nosiseptor. Selanjutnya pada tahap transmisi, impuls nyeri dihantarkan melalui serabut saraf menuju medula spinalis dan kemudian ke otak. Pada tahap persepsi, impuls tersebut diinterpretasikan oleh korteks serebri sebagai sensasi nyeri yang dirasakan oleh pasien. Terakhir, pada tahap modulasi, tubuh berusaha mengatur atau menghambat impuls nyeri melalui sistem analgesik endogen (Fatoni, 2022).

Selain itu, mediator inflamasi seperti prostaglandin berperan dalam menurunkan ambang nyeri sehingga nosiseptor menjadi lebih sensitif terhadap rangsangan. Hal ini menyebabkan nyeri pada gout arthritis sering dirasakan sangat hebat, bahkan hanya dengan sentuhan ringan. Jika proses

inflamasi berlangsung berulang atau kronis, maka akan terjadi sensitisasi perifer dan sentral yang menyebabkan nyeri menjadi menetap atau berkembang menjadi nyeri kronis (Marlinda, 2019).

Dengan demikian, nyeri pada gout arthritis merupakan hasil dari interaksi kompleks antara deposisi kristal asam urat, respon inflamasi, pelepasan mediator kimia, serta aktivasi sistem saraf nyeri. Proses ini tidak hanya menimbulkan rasa nyeri yang hebat, tetapi juga dapat mengganggu fungsi sendi dan aktivitas sehari-hari pasien.

3. Penilaian Skala Nyeri

Penilaian nyeri merupakan bagian penting dalam asuhan keperawatan karena menjadi dasar dalam menentukan intervensi dan mengevaluasi efektivitas tindakan. Salah satu alat ukur yang umum digunakan adalah Numeric Rating Scale (NRS), yaitu skala penilaian nyeri dari 0 hingga 10, di mana angka 0 menunjukkan tidak ada nyeri dan angka 10 menunjukkan nyeri yang sangat berat. Penggunaan skala ini memudahkan perawat dalam memantau perubahan intensitas nyeri pada pasien.

C. KONSEP DASAR KOMPRES HANGAT JAHE

1. Pengertian Kompres Hangat Jahe Merah

Kompres hangat jahe merupakan salah satu metode kompres hangat basah menggunakan handuk yang direndam air hangat lalu diperas dan

ditambahkan dengan tanaman jahe (Wilda & Panorama, 2020). Terapi kompres jahe merupakan terapi eksternal tanpa ada efek yang merugikan bagi pasien (Samsudin et al., 2016).

Kompres jahe merupakan tindakan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu menggunakan cairan rebusan jahe yang mengandung *zingiberol* dan *kurkuminoid* yang mengurangi peradangan nyeri sendi (Prihandhani, 2016).

Jahe merah (*Zingiber officinale Roscoe*) atau jahe sunti merupakan salah satu tanaman herbal yang banyak digunakan sebagai obat maupun bumbu tradisional. Jahe termasuk tumbuhan monokotil dan bersifat steril secara alami (tidak memproduksi biji) serta hanya bereproduksi melalui rimpang. Jahe banyak ditemukan di wilayah tropis maupun subtropis, termasuk Indonesia. (Nurdyansah & Widyastuti, 2022).

2. Manfaat Kompres Hangat Jahe Merah

Manfaat kompres jahe bisa mengurangi nyeri, karena jahe mengandung *gingerol*, *shogaol*, dan *zingeron* yang dapat memberikan efek farmakologi seperti antioksidan, anti inflamasi, analgesik, dan antikarsinogenik yang dapat mengurangi terjadinya peradangan, melancarkan sirkulasi darah, memberikan rasa hangat, dan menimbulkan rasa rileks sehingga mengurangi nyeri (Mariangela et al., 2020).

3. Cara Kerja Kompres Hangat Jahe

Secara fisiologis, pemberian kompres hangat bekerja dengan meningkatkan suhu lokal pada area yang dikompres sehingga menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah. Vasodilatasi ini akan meningkatkan aliran darah ke jaringan yang mengalami inflamasi, sehingga membantu mengurangi penumpukan mediator inflamasi dan mempercepat proses penyembuhan. Selain itu, efek hangat juga dapat merangsang relaksasi otot, mengurangi kekakuan sendi, serta meningkatkan kenyamanan pasien (Indah et al., 2021).

Gingerol sebagai senyawa aktif utama dalam jahe merah memiliki peran penting dalam menurunkan nyeri melalui mekanisme seluler. Pada kondisi gout arthritis, kristal monosodium urat memicu aktivasi sel imun yang menghasilkan mediator inflamasi seperti prostaglandin, IL-1 β , dan TNF- α yang meningkatkan sensitivitas nosiseptor (Madyaningrum et al., 2020).

Gingerol bekerja dengan menghambat enzim siklooksigenase (COX) dan lipooksigenase (LOX) yang berperan dalam pembentukan prostaglandin. Penurunan prostaglandin menyebabkan sensitivitas nosiseptor berkurang sehingga nyeri menurun (Sari & Nasuha, 2021). Selain itu, gingerol menghambat aktivasi jalur Nuclear Factor kappa B (NF- κ B) sehingga menurunkan ekspresi gen proinflamasi dan produksi sitokin

seperti TNF- α dan IL-1 β . Hal ini menyebabkan respon inflamasi berkurang (Mashhadi et al., 2013).

Gingerol juga berinteraksi dengan reseptor TRPV1 pada saraf sensorik. Aktivasi reseptor ini diikuti dengan desensitisasi sehingga menurunkan pelepasan substansi P dan menghambat transmisi impuls nyeri (Grzanna et al., 2005). Sifat antioksidan gingerol membantu menurunkan stres oksidatif dengan menghambat radikal bebas, sehingga mengurangi kerusakan jaringan dan mempercepat penyembuhan.

Dengan demikian, gingerol bekerja melalui berbagai mekanisme yaitu menghambat mediator inflamasi, menekan respon imun, menurunkan sensitivitas nosiseptor, dan mengurangi stres oksidatif, sehingga efektif dalam menurunkan nyeri pada gout arthritis.

Pemberian kompres hangat jahe merah dilakukan dengan memperhatikan prinsip keamanan. Suhu yang digunakan berkisar antara 40°C agar tetap aman bagi kulit dan tidak menimbulkan iritasi atau luka bakar. Durasi pemberian kompres umumnya selama 15–20 menit, karena pada rentang waktu tersebut terjadi vasodilatasi maksimal yang efektif dalam menurunkan nyeri. Penggunaan yang terlalu lama justru dapat menyebabkan kongesti jaringan. Selain itu, kondisi kulit pasien perlu diperhatikan sebelum dan selama tindakan untuk mencegah efek samping seperti kemerahan atau iritasi (Hannan et al., 2019).

Dari segi keunggulan, kompres hangat jahe merah merupakan terapi yang mudah dilakukan, ekonomis, serta memiliki risiko efek samping yang minimal dibandingkan dengan terapi farmakologis. Terapi ini juga dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien di rumah sehingga meningkatkan kemandirian dalam pengelolaan nyeri. Hal ini menjadikan kompres hangat jahe merah sebagai salah satu intervensi komplementer yang efektif dalam mendukung penatalaksanaan nyeri pada pasien gout artritis.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat jahe merah dapat menurunkan intensitas nyeri secara signifikan pada pasien gout artritis. Efektivitas ini berkaitan dengan kombinasi efek termal dan kandungan bioaktif jahe yang bekerja secara sinergis dalam mengurangi inflamasi dan nyeri (Lutfiani & Badhowy, 2022). Dengan demikian, terapi ini dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan pasien gout artritis.

4. Perbedaan Jahe Merah Dengan Jahe lainnya

Jahe biasa dan jahe merah sebenarnya berasal dari spesies yang sama, yaitu *Zingiber officinale*, tetapi keduanya merupakan varietas yang berbeda sehingga memiliki karakteristik fisik dan kandungan kimia yang tidak sepenuhnya sama. Secara morfologis, jahe biasa umumnya memiliki rimpang yang lebih besar, berwarna krem hingga kuning pucat, dengan kandungan serat yang relatif lebih sedikit dan rasa yang tidak terlalu pedas. Sebaliknya, jahe merah memiliki ukuran rimpang yang lebih kecil, kulit dan

daging rimpang yang cenderung berwarna kemerahan, kandungan serat yang lebih tinggi, serta rasa dan aroma yang lebih tajam.

Perbedaan tersebut berkaitan dengan kandungan senyawa aktif yang terdapat di dalam rimpang. Jahe mengandung berbagai komponen bioaktif, seperti *gingerol*, *shogaol*, *zingeron*, dan minyak atsiri. Berdasarkan berbagai penelitian, jahe merah umumnya memiliki kadar minyak atsiri dan senyawa fenolik yang lebih tinggi dibandingkan jahe biasa. Kandungan *gingerol* dan *shogaol* yang lebih besar inilah yang menyebabkan rasa pedas jahe merah lebih kuat serta memberikan aktivitas antioksidan yang cenderung lebih tinggi.

Dari segi pemanfaatan, jahe biasa lebih banyak digunakan sebagai bumbu masakan karena cita rasanya yang lebih ringan dan tidak terlalu menyengat. Sementara itu, jahe merah lebih sering dimanfaatkan sebagai bahan minuman herbal, jamu, atau produk kesehatan tradisional karena sensasi hangat dan pedasnya yang lebih kuat.

Jahe merah juga telah dimanfaatkan sebagai bahan kompres hangat untuk membantu mengurangi nyeri. Efek ini dikaitkan dengan kandungan senyawa aktifnya, terutama *gingerol* dan *shogaol*, yang memiliki sifat antiinflamasi dan memberikan sensasi hangat pada jaringan tubuh. Ketika digunakan dalam bentuk kompres hangat, panas yang dihasilkan dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah lokal, mengurangi ketegangan otot, dan memberikan efek relaksasi pada area yang mengalami nyeri.

Selain itu, senyawa bioaktif dalam jahe merah diduga dapat menghambat pembentukan mediator inflamasi yang berperan dalam timbulnya rasa sakit.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan jahe, baik secara topikal maupun sebagai terapi komplementer, dapat membantu menurunkan intensitas nyeri, terutama pada nyeri muskuloskeletal, nyeri sendi, dan nyeri akibat peradangan ringan. Oleh karena itu, kompres hangat jahe merah sering digunakan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis untuk membantu meredakan nyeri. Meskipun demikian, penggunaan kompres jahe merah sebaiknya dipandang sebagai terapi pendukung dan bukan pengganti pengobatan medis utama, terutama pada kondisi nyeri yang berat atau disebabkan oleh penyakit tertentu.

D. KONSEPASUHAN KEPERAWATAN

1. Pengkajian

Pengkajian keperawatan merupakan tahap awal dalam proses keperawatan yang bertujuan untuk mengumpulkan data secara sistematis, komprehensif, dan berfokus pada masalah utama pasien, yaitu nyeri akibat gout arthritis. Pengkajian dilakukan pada pasien individu dengan pendekatan biopsikososial untuk memperoleh gambaran menyeluruh kondisi pasien (Mubarak, 2012).

a. Pengumpulan Data

1) Pengkajian data umum

Pengkajian terhadap data umum dalam asuhan keperawatan Nama umur, agama, pendidikan, pekerjaan, suku/bangsa, dan alamat, genogram (terdiri dalam tiga generasi), umumnya kasus *gout arthritis* terjadi pada laki-laki mulai dari usia 40-69 tahun, sedangkan pada wanita serangan Gout biasanya terjadi pada saat Menopause usia 45-55 tahun (Mubarak, 2012). faktor resiko internal yang bisa terjadi pada pasien dengan *gout arthritis* yaitu usia, pengetahuan kurang mengenai penyakit, perokok aktif, aktivitas fisik banyak, pola berobat kuratif, tidak pernah berolahraga. Faktor resiko eksternal pasien *gout arthritis* yaitu kurangnya pengawasan terhadap pola makan, kepribadian pasien tertutup, dan ekonomi keluarga kurang. Edukasi dilakukan pada pasien dan keluarganya tentang penyakit dan pencegahan agar tidak menimbulkan komplikasi (Gulbudin & Larasati, 2017).

2) Riwayat Kesehatan

a) Riwayat Penyakit Sekarang

Pasien gout arthritis biasanya mengeluh nyeri sendi yang muncul mendadak, terutama pada malam atau dini hari. Nyeri bersifat tajam, berdenyut, disertai pembengkakan, kemerahan, dan rasa panas pada sendi. Hal yang perlu dikaji Onset (kapan mulai nyeri), Lokasi (umumnya di sendi perifer seperti ibu jari kaki),

Durasi dan frekuensi, Faktor pencetus (makanan tinggi purin, kelelahan), Faktor pereda (istirahat, obat, kompres hangat)

b) Riwayat Penyakit Dahulu

Meliputi riwayat gout sebelumnya, hipertensi, penyakit ginjal, diabetes melitus, serta penggunaan obat-obatan seperti NSAID (*Non-Steroidal Anti Inflammatory Drugs*) atau allopurinol

c) Riwayat Keluarga

Riwayat gout dalam keluarga menunjukkan adanya faktor genetik yang meningkatkan risiko penyakit

b. Pemeriksaan Fisik

Pemeriksaan fisik dilakukan secara menyeluruh dengan fokus pada sistem musculoskeletal :

- 1) Keadaan umum: pasien tampak kesakitan, meringis, gelisah
- 2) Tanda vital: dapat meningkat (nadi, tekanan darah) akibat respon nyeri
- 3) Pemeriksaan system musculoskeletal:

Inspeksi: bengkak, kemerahan

Palpasi: hangat, nyeri tekan

Pergerakan: terbatas

c. Pengkajian Nyeri (Fokus Utama)

Nyeri merupakan masalah utama pada gout arthritis sehingga harus dikaji secara mendalam menggunakan pendekatan PQRST :

P (Provocation): biasanya dipicu makanan tinggi purin atau aktivitas

Q (Quality): nyeri tajam, panas, seperti ditusuk

R (Region): sendi tertentu

S (Severity): skala nyeri (NRS 0–10)

T (Time): sering malam hari

Nyeri terjadi akibat deposisi kristal monosodium urat yang memicu respon inflamasi sehingga merangsang nosiseptor dan meningkatkan persepsi nyeri (Marlinda, 2019).

d. Pemeriksaan Laboratorium Pada Pasien Gout Arthritis

Kadar asam urat normal pada orang dewasa berkisar antara 3,5–7,0 mg/dL pada laki-laki dan 2,6–6,0 mg/dL pada perempuan. Seseorang dikatakan mengalami hiperurisemia apabila kadar asam urat melebihi batas normal tersebut. Pada pasien gout arthritis, kadar asam urat umumnya meningkat di atas 7 mg/dL, meskipun pada fase serangan akut kadar asam urat dapat berada dalam batas normal sehingga interpretasi harus dikombinasikan dengan gejala klinis (Junaidi, 2021).

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosis keperawatan merupakan keputusan klinis mengenai individu, keluarga, atau masyarakat yang diperoleh melalui suatu proses pengumpulan data dan analisis data secara cermat, memberikan dasar untuk

menetapkan tindakantindakan dimana perawat bertanggung jawab untuk melaksanakannya (Mubarak, 2012).

Masalah yang sering muncul pada pasien asam urat adalah nyeri, Peningkatan jumlah asam urat dapat menyebabkan sejumlah masalah kesehatan pada manusia, termasuk nyeri sendi yang sering menyertai penderitaan yang menyiksa. Lokasi berikut mengalami akumulasi kristal sebagai akibat dari peningkatan kadar asam urat darah. Persendian pada jempol kaki, persendian kaki bagian bawah, persendian kaki, persendian lutut, dan persendian siku sering dipengaruhi oleh asam urat, yang dapat mengakibatkan ketidaknyamanan inflamasi karena pembentukan senyawa purin yang dapat mengkristal dan menimbulkan rasa sakit, hal itu akan mengganggu aktivitas sehari-hari dan menyebabkan lebih sedikit aktivitas fisik jika tidak diobati (Andriyani et al., 2024). Pada pasien gout arthritis, masalah utama yang sering muncul adalah nyeri kronis akibat inflamasi sendi (SDKI, 2017).

- a. Definisi : Pengalaman sensoria atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat dan konstan, yang berlangsung lebih dari 3 bulan.
- b. Penyebab:
 - 1) Kondisi musculoskeletal kronis
 - 2) Kerusakan system saraf

- 3) Penekanan saraf
 - 4) Infiltrasi tumor
 - 5) Ketidakseimbangan *neurotransmitter*; *neuromodulator* dan *reseptor*
 - 6) Gangguan imunitas
 - 7) Gangguan fungsi metabolic
 - 8) Riwayat penyalahgunaan obat/zat
- c. Gejala dan tanda mayor
- 1) Subjektif: Mengeluh nyeri, merasa depresi (tertekan)
 - 2) Objektif: Tampak meringis, gelisah, tidak mampu menuntaskan aktivitas.
- d. Gejala dan tanda Minor
- 1) Subjektif: merasa takut mengalami cedera berulang
 - 2) Objektif: bersikap protektif, waspada, pola tidur berubah, anoreksia, fokus menyempit dan berfokus pada diri sendiri.

3. Intervensi

Intervensi atau Perencanaan keperawatan merupakan kumpulan rencana tindakan yang dibuat oleh perawat yang nantinya diimplementasikan dalam tindakan yang nyata dengan mengerahkan segala kemampuan yang dimiliki untuk perbaikan kesehatan yang lebih baik dari sebelumnya. Perencanaan keperawatan terdiri dari tujuan (umum dan khusus), rencana intervensi, serta rencana evaluasi. Perumusan tujuan

dilakukan secara spesifik, dapat diukur (*measurable*), dapat dicapai (*achivable*), rasional dan menunjukkan waktu (SMART). Rencana intervensi ini ditetapkan untuk mencapai tujuan (Padila, 2012).

Tabel 2. 1 Intervensi keperawatan (SDKI,SLKI,SIKI)

No	Diagnosa keperawatan	Tujuan	Intervensi
1.	Nyeri kronis b.d kondisi musculoskeletal kronis	Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x40 menit tingkat nyeri (L.08066) klien menurun dengan kriteria hasil : 1. Kemampuan menuntaskan aktifitas meningkat 2. Keluhan nyeri menurun 3. TTV dalam batas normal	Manajemen nyeri (1.08238) 1. Observasi a) Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri b) Identifikasi skala nyeri c) Identifikasi respon nyeri non verbal d) Identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri e) identifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri f) identifikasi pengaruh nyeri terhadap kualitas hidup g) monitor terapi komplementer yang sudah diberikan h) monitor efek samping penggunaan analgetic 2. Terapeutik a. Berikan terapi non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri (kompres hangat jahe merah) b. Control lingkungan yang memperberat rasa nyeri

-
- (mis. suhu, ruangan, pencahayaan, kebisingan)
 - c. Fasilitasi istirahat tidur
 - d. Pertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri
 - 3. Edukasi
 - a. Edukasi penyebab, periode, dan pemicu nyeri
 - b. Jelaskan strategi meredakan nyeri (kompres hangat jahe merah)
 - c. Anjurkan memonitor nyeri secara mandiri
 - d. Anjurkan menggunakan analgetic secara tepat
 - e. Ajarkan Teknik non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri (kompres hangat jahe merah)
 - 4. Kolaborasi
 - Kolaborasi pemberian analgetic, *jika perlu*
-

Sumber: SLKI (2019), SIKI (2018)

Kompres hangat jahe merupakan salah satu intervensi untuk mengurangi nyeri pada pasien dengan gout arthritis , kompres jahe bisa mengurangi nyeri, karena jahe mengandung *gingerol*, *shogaol*, dan *zingeron* yang dapat memberikan efek farmakologi seperti antioksidan, anti inflamasi, analgesik, dan antikarsinogenik yang dapat mengurangi terjadinya peradangan, melancarkan sirkulasi darah, memberikan rasa hangat, dan menimbulkan rasa rileks sehingga mengurangi nyeri (Mariangela et al., 2020).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Lutfiani & Badhowy, 2022) menunjukkan bahwa tindakan kompres hangat jahe merah mampu menurunkan tingkat nyeri pada pasien gout arthritis . Nyeri adalah suatu pengalaman sensoris dan emosional yang tidak menyenangkan yang terkait dengan kerusakan jaringan aktual dan potensial, menggambarkan kondisi terjadinya kerusakan. Keluhan utama pada kasus gout arthritis secara umum adalah nyeri. Nyeri timbul karena peradangan pada sendi yang diakibatkan oleh peningkatan kadar asam urat dalam darah , karena terganggunya metabolisme purin (hiperurisemia) dalam tubuh yang ditandai dengan nyeri sendi , sehingga dapat mengganggu aktivitas (Marlinda, 2019).

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Andriyani et al., 2024) menunjukan bahwa kompres hangat air jahe merah dapat menurunkan nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Penurunan nyeri disebabkan karena efek kandungan zat aktif pada jahe merah mampu menghambat pembentukan prostaglandin dan leukotrien yang dapat mentransmisi impuls ke otak untuk memblokir stimulus nyeri, sehingga impuls nyeri ke otak akan berkurang dan terjadi penurunan nyeri. Maka dari itu direkomendasikan pemberian terapi kompres hangat jahe merah pada pasien yang mengalami asam urat.

Pemberian kompres hangat jahe merah terbukti lebih efektif meskipun tidak sekuat analgesik oral seperti NSAID, kompres air hangat jahe merah memberikan alternatif yang aman, terutama bagi lansia atau

pasien dengan gangguan lambung. Beberapa literatur menyebutkan bahwa efek dari kompres hangat jahe bisa lebih stabil jika dilakukan rutin dan dikombinasikan dengan perubahan gaya hidup. Pemberian kompres air hangat jahe merupakan salah satu intervensi sederhana namun cukup efektif dalam menurunkan skala nyeri pada penderita asam urat. Sensasi hangat yang ditimbulkan membantu merelaksasi otot dan sendi, sehingga secara bertahap mampu mengurangi peradangan dan kekakuan yang sering menyertai serangan asam urat.

4. Implementasi

Implementasi merupakan tahap pelaksanaan tindakan keperawatan sesuai dengan rencana yang telah disusun. Pada pasien gout arthritis, implementasi utama adalah pemberian kompres hangat jahe merah sebagai terapi nonfarmakologis untuk menurunkan nyeri (Dermawan, 2012).

Prosedur dilakukan dengan menyiapkan sekitar 100 gram jahe merah yang diparut dan dicampurkan dengan ± 300 ml air lalu dipanaskan sampai suhu sekitar 40°C. Kain bersih direndam dalam larutan tersebut, kemudian diperas dan ditempelkan pada area sendi yang nyeri selama 15–20 menit. Tindakan ini dapat dilakukan secara rutin selama beberapa hari sesuai kebutuhan pasien minimal 3 hari dalam satu minggu (Andriyani et al., 2024).

Efek yang diharapkan dari tindakan ini adalah terjadinya vasodilatasi, peningkatan aliran darah, penurunan inflamasi, serta berkurangnya intensitas nyeri akibat penghambatan mediator nyeri oleh senyawa aktif jahe.

5. Evaluasi

Evaluasi merupakan tahap akhir dalam proses keperawatan yang bertujuan untuk menilai efektivitas intervensi yang telah diberikan. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan kondisi pasien sebelum dan sesudah tindakan keperawatan (Dermawan, 2012).

Evaluasi dilakukan menggunakan pendekatan SOAP (Subjektif, Objektif, Analisis, dan Planning). Secara subjektif, pasien diharapkan melaporkan penurunan nyeri. Secara objektif, terlihat penurunan skala nyeri, ekspresi wajah lebih rileks, serta peningkatan kemampuan aktivitas.

Jika tujuan belum tercapai, maka rencana keperawatan dapat dimodifikasi sesuai kondisi pasien. Evaluasi dilakukan secara berkelanjutan untuk memastikan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam mengatasi nyeri pada pasien gout arthritis (Mubarak, 2012).