



## Studi Kasus

# Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah Dan Effleurage Massage Dengan Minyak Zaitun Untuk Menurunkan Nyeri Gout Arthritis: Studi Kasus

Erika Amelia<sup>1</sup>, Hikmi Muharromah Pratiwi<sup>2</sup>, Lita Heni Kusumawardani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

| Informasi Artikel                                                                                                                                                                                                                                                           | Abstrak                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Riwayat Artikel:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Submit 13 Agustus 2025</li><li>• Diterima 20 Mei 2026</li><li>• Diterbitkan 31 Mei 2026</li></ul> <b>Kata kunci:</b><br>Effleurage Massage; Gout Arthritis; Kompres Hangat Jahe Merah; Lansia; Nyeri Kronis | Gout arthritis merupakan penyakit peradangan sendi yang diakibatkan karena adanya penumpukan kristal monosodium urat. Manifestasi klinis pada gout arthritis yaitu nyeri kronis, teraba panas, adanya pembengkakan, kemerahan dan kaku dibagian persendian. Pendekatan nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan nyeri berupa kompres hangat jahe merah dan effleurage massage dengan minyak zaitun. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana pengaruh kompres hangat jahe merah dan effleurage massage dengan minyak zaitun terhadap penurunan nyeri kronis pada penderita gout arthritis. Intervensi ini diterapkan kepada tiga subjek lansia. Karya ilmiah tugas akhir ini menggunakan metode case report. Total pemberian intervensi dilakukan selama tujuh hari. Lansia pertama melaporkan penurunan tingkat nyeri dari skala 7 (nyeri berat) ke skala 3 (nyeri ringan), lansia kedua melaporkan penurunan tingkat nyeri dari skala 5 (nyeri sedang) ke skala 1 (nyeri ringan), dan lansia ketiga melaporkan penurunan tingkat nyeri dari skala 8 (nyeri berat) ke skala 4 (nyeri sedang). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kompres hangat jahe merah dan effleurage massage dengan minyak zaitun dapat digunakan untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita gout arthritis. |

## PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan kondisi medis yang tidak dapat ditularkan dari satu orang ke orang lain melalui sentuhan atau kontak langsung lainnya. Penyakit ini umumnya mempunyai durasi yang panjang dan berkembang sehingga dapat berdampak terhadap penurunan produktivitas dan gangguan pada pemenuhan aktivitas sehari-hari. Salah satu jenis penyakit tidak menular yaitu gout arthritis (Novitayanti & Kusdharningsih, 2023). Gout arthritis adalah penyakit peradangan sendi yang diakibatkan karena

adanya penumpukan kristal monosodium urat. Sendi yang umumnya mengalami peradangan diantaranya jari kaki, pergelangan kaki, lutut dan ibu jari (Amrullah et al., 2023).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) insidensi gout arthritis di dunia sebanyak 34,2% dan sering terjadi di negara-negara maju seperti Amerika Serikat sebesar 3,9% (FitzGerals et al., 2020) serta Australia Selatan sebesar 5,2% (Pisaniello et al., 2018). Prevalensi gout arthritis di Indonesia yaitu sebesar 35% dan banyak terjadi pada pria diatas usia 45

Corresponding author:

Hikmi Muharromah Pratiwi

Email: hikmi.muharromah@unsoed.ac.id

Ners Muda, Vol 7 No 1, Mei 2026

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v7i1.18835>

tahun. Berdasarkan usianya, prevalensi gout arthritis pada usia 55-64 tahun sebanyak 45%, usia 65-74 tahun sebanyak 51,9% dan usia  $\geq 75$  tahun sebanyak 54,8% (Risksed, 2023). Hasil survei epidemiologi yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah terhadap 4683 sampel, diperoleh bahwa prevalensi gout arthritis sebesar 11,75% terjadi pada wanita dan 24,3% terjadi pada laki-laki. Setiap tahun penderita gout arthritis mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Gout arthritis menduduki peringkat ke-2 dengan jumlah penderita terbanyak diantara penyakit jantung dan penyakit hipertensi (Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2021).

Manifestasi klinis gout arthritis yaitu nyeri, teraba panas, adanya pembengkakan, kemerahan dan kaku dibagian sendi (Nugroho et al., 2022). Nyeri yang terjadi merupakan tanda adanya peradangan pada sendi. Jika tidak diobati, peradangan ini dapat menyebabkan kerusakan sendi dan adanya perubahan bentuk (Nugroho et al., 2022). Selain itu, kristal monosodium urat dapat menumpuk di ginjal sehingga membentuk batu ginjal yang dapat berpotensi mengobstruksi aliran urin dan menyebabkan gagal ginjal (Nuraeni et al., 2023).

Masalah keperawatan yang sering muncul pada klien dengan gout arthritis adalah nyeri. Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial (Bahrudin, 2020). Nyeri yang terjadi merupakan tanda adanya peradangan pada sendi akibat pengendapan kristal monosodium urat. Nyeri yang dirasakan pada penderita gout arthritis dapat menyebabkan gangguan pemenuhan kebutuhan dan aktivitas sehari-hari. Penderita gout arthritis juga dapat mengalami gangguan mobilitas fisik, gangguan tidur bahkan interaksi sosial. Dampak tingginya asam urat akan

menimbulkan berbagai penyakit seperti reumatik, atrofi otot, gangguan fungsi ginjal, batu ginjal, bahkan kematian (Fahri et al., 2022).

Terapi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri pada penderita gout arthritis dibagi menjadi dua yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi yaitu dengan pemberian Obat Anti Inflamasi Non Sterois (OAINS) seperti terapi ibuprofen, naproxen, dan allopurinol. Sedangkan terapi nonfarmakologi dapat menggunakan tumbuhan secara herbal seperti jahe merah dengan cara kompres hangat (Riniasih, 2022). Selain itu, penerapan terapi nonfarmakologi lainnya yang dapat dilakukan berupa teknik *effleurage massage* dengan minyak zaitun (Geroda & Sadipun, 2025).

Jahe merah mengandung zat gingerol, shangol, zingerone, oleoresin dan enzim siklooksigenasi. Jahe merah bersifat panas, pedas serta aromatik yang berasal dari gingerol, zingerone dan shangol yang dapat menstimulasi sirkulasi darah, mengurangi kekakuan sendi dan menghilangkan rasa sakit. Sedangkan kandungan oleoresin dan enzim siklooksigenasi berfungsi sebagai antiradang dan antioksidan dengan cara menghambat sintesis prostaglandin sehingga mampu mengurangi nyeri sendi (Radharani, 2020). Kompres hangat jahe merah dapat melebarkan pembuluh darah (vasodilatasi), memberikan rasa panas, menstimulasi sirkulasi darah, mengurangi kekakuan dan menghilangkan sensasi rasa sakit.

*Effleurage massage* adalah bentuk *massage* dengan menggunakan telapak tangan yang memberikan tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkuler secara berulang (Wulandari & Andryani, 2019). Teknik pemijatan *effleurage* dalam pelaksanaannya menggunakan minyak yang memberikan efek panas dan relaksasi. Salah satu minyak yang dapat digunakan yaitu



minyak zaitun. Minyak ini memiliki kandungan oleocanthal berfungsi sebagai anti-inflamasi (antiradang) dan prostaglandin yang dapat digunakan untuk mengurangi pembengkakan dan nyeri sendi. Penggunaan minyak zaitun pada saat effleurage massage berguna sebagai aromaterapi yang memberikan kenyamanan, melancarkan peredaran darah, dan menghilangkan rasa gelisah (Sari et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ghifari (2019) bahwa terdapat pengaruh terapi kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri pada penderita gout arthritis. Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Safira et al (2022) menunjukkan setelah pemberian kompres hangat jahe merah selama 7 hari, tingkat nyeri mengalami penurunan dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Hal ini mengindikasikan bahwa terapi kompres hangat jahe merah dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam mengurangi nyeri pada responden gout arthritis.

Hasil penelitian Khairina & Septiany, (2024) menyatakan effleurage massage dengan minyak zaitun yang dilakukan selama 10 menit sebanyak 1 kali selama 7 hari berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri gout arthritis. *Effleurage massage* dengan minyak zaitun bermanfaat untuk memberikan rasa relaksasi, melembabkan dan meredakan nyeri sendi dan otot secara keseluruhan. Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Rahayu et al., (2022) menyatakan *effleurage massage* dengan minyak zaitun memiliki pengaruh terhadap tingkat nyeri pada penderita gout arthritis

Hasil dari pengamatan selama menjalani praktik profesi keperawatan pada stase komunitas di Desa Karangturi, Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas ditemukan banyak lansia yang mengalami keluhan nyeri kaki akibat gout arthritis. Sebagian

lansia yang mengalami keluhan tersebut hanya menggunakan obat analgesik dan belum ada yang menerapkan terapi nonfarmakologi. Mayoritas penelitian yang telah dilakukan hanya mengaplikasikan salah satu intervensi keperawatan berupa kompres hangat ataupun *effleurage massage* untuk mengurangi nyeri sendi. Kombinasi antara kedua intervensi tersebut belum ada yang menggabungkan dan menerapkannya dalam penanganan nyeri gout arthritis. Oleh karena itu, studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan penurunan tingkat nyeri pada pasien gout arthritis setelah pemberian kompres hangat jahe merah dan teknik effleurage massage dengan minyak zaitun.

## METODE

Studi kasus ini menggunakan kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan. Intervensi yang dilakukan adalah terapi nonfarmakologi berupa kompres hangat jahe merah dan effleurage massage dengan minyak zaitun. Subjek studi kasus adalah lansia sebanyak 3 orang dengan kriteria inklusi responden yang terdiagnosa gout arthritis, responden yang mengeluhkan nyeri kaki, dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yang diterapkan yaitu responden yang mengalami luka kaki, bengkak, memar, alergi terhadap jahe dan menolak menjadi responden.

Studi kasus ini dilakukan di Desa Karangturi, Kecamatan Sumbang, Kabupaten Banyumas tanggal 2-9 Mei 2025. Implementasi diberikan mulai tanggal 3-9 Mei 2025 (7 hari) pada ketiga responden secara bergantian. Kompres hangat jahe merah dilakukan setiap hari selama 7 hari dengan durasi 15 menit didampingi oleh peneliti, sesuai dengan penelitian Safira et al. (2022). Sedangkan teknik *effleurage massage* dilakukan setiap hari selama 7 hari dengan durasi 10 menit yang selaras dengan Khairina & Septiany (2024).



Pemberian intervensi ini dilakukan sebelum responden mengonsumsi obat penurun nyeri yang sudah diresepkan oleh dokter sebelumnya. Sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, peneliti akan melakukan pengukuran tingkat nyeri menggunakan kuesioner NRS (*Numeric Rating Scale*) setiap harinya. Tingkat nyeri pada kuesioner NRS terdiri dari skala 0 artinya tidak nyeri, skala 1-3 termasuk nyeri ringan, skala 4-6 termasuk nyeri sedang dan skala 7-10 termasuk nyeri berat.

Studi ini diawali dengan pencarian *Evidence Based Nursing* (EBN) menggunakan media elektronik yaitu database Google Scholar terkait dengan terapi kompres hangat jahe merah dan teknik *effleurage massage*. Tahap selanjutnya penerapan EBN disesuaikan dengan masalah yang ada pada responden berdasarkan pengkajian yang telah didapatkan. *Informed consent* dilakukan secara verbal dan tertulis untuk meminta persetujuan pada responden. Tahap pengumpulan data, peneliti melakukan pengambilan data primer (observasi dan data dari kader kesehatan desa) dan sekunder (pengkajian kepada responden dan keluarga) dengan memperhatikan etika penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan mengukur tingkat nyeri sebelum dan sesudah tindakan selama 25 menit (15 menit kompres hangat jahe merah dan 10 menit teknik *effleurage massage*) dalam 7 hari berturut-turut dengan pretest dan posttest pengukuran tingkat nyeri menggunakan kuesioner NRS (*Numeric Rating Scale*) yang dilakukan pada setiap pertemuan. Evaluasi dilakukan saat intervensi ke-7 atau saat intervensi hari terakhir.

Asuhan keperawatan dilakukan dengan pendekatan proses keperawatan meliputi pengkajian keperawatan, merumuskan diagnosa keperawatan, membuat perencanaan keperawatan dan implementasi keperawatan. Efektifitas asuhan keperawatan dievaluasi dengan format SOAP (*Subjective, Objective,*

*Assessment, Planning*) serta hasil observasi skala nyeri. Pengumpulan data pada tahap pengkajian keperawatan dengan metode anamnesa, pemeriksaan fisik, pemeriksaan kadar asam urat, observasi skala nyeri serta studi dokumentasi dari catatan kader kesehatan desa setempat.

## HASIL

Pengkajian dilakukan pada tanggal 2 Mei 2025 pada ketiga responden. Hasil pengkajian subjek studi 1 sebagai berikut : Tn. K umur 65 tahun. Keluhan utama saat pengkajian nyeri kaki dari pinggang menjalar ke bawah sampai telapak kaki kanan dan kiri. Telapak kaki terasa nyeri, kebas dan tebal, pada jari-jari kaki sulit digerakan. Responden mengatakan nyeri terasa cekot-cekot, pegal dan panas dengan skala nyeri 7 (nyeri berat). Responden mengatakan sudah 5 tahun mengalami gout arthritis dan melakukan kontrol rutin. Hasil pemeriksaan asam urat 9,6 mg/dL. Hasil pengkajian subjek studi 2 sebagai berikut : Ny. M umur 75 tahun. Keluhan utama saat pengkajian nyeri kaki pada bagian lutut kaki kanan dan kiri dengan skala 5 (nyeri sedang). Responden mengatakan sudah 2 tahun mengalami gout arthritis. Hasil pemeriksaan asam urat 8,1 mg/dL. Hasil pengkajian subjek 3 sebagai berikut : Ny. S umur 63 tahun. Keluhan utama saat pengkajian nyeri kaki pada bagian lutut kaki kanan, terasa kaku ketika akan berdiri. Responden tampak meringis dan memegang bagian lutut kaki kanan Ketika berubah posisi dari duduk ke berdiri. Responden mengatakan nyeri terasa cekot-cekot, pegal dan terkadang panas. Responden mengatakan memiliki riwayat sakit gout arthritis sudah bertahun-tahun dan melakukan kontrol rutin di rumah sakit DKT Purwokerto. Hasil pemeriksaan asam urat 8,4 mg/dL.

Diagnosa keperawatan hasil analisa data pada ketiga subjek yaitu nyeri kronis (D.00078) b.d kondisi muskuloskeletal



kronis. Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 7 hari diharapkan tingkat nyeri menurun (L.08066) dan kontrol nyeri meningkat (L.08063). Intervensi keperawatan utama yaitu manajemen nyeri (I.08238) sedangkan intervensi manajemen nonfarmakologi berupa kompres panas (I.08235) dan terapi pemijatan (I.08251)

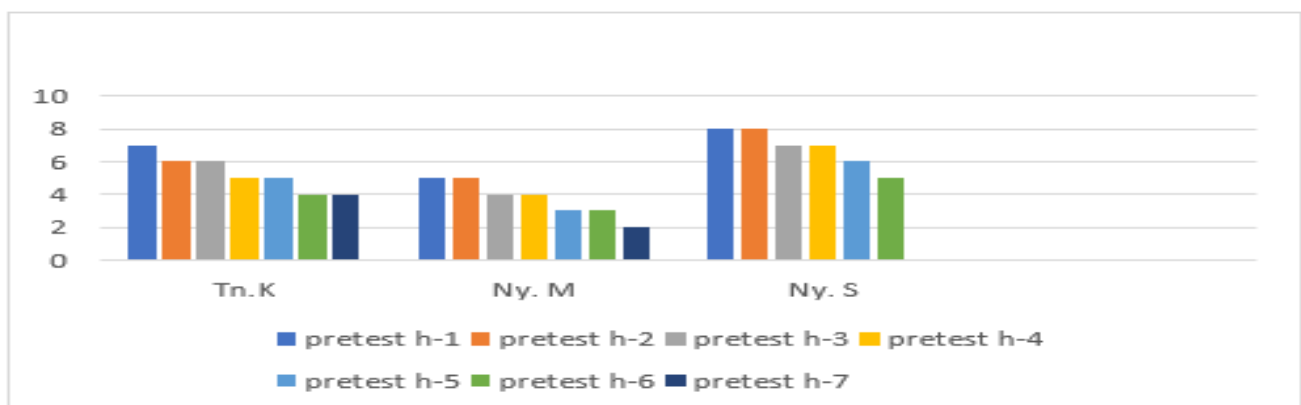
Kompres hangat jahe merah dilakukan dengan durasi 15 menit dan *effleurage massage* dilakukan dengan durasi 10 menit selama 7 hari. Hari pertama peneliti mengajarkan cara membuat air kompres, dan cara mengompres. Jahe merah sebanyak 100 gram yang sudah dicuci dan digeprek direndam selama 10 menit dengan air hangat suhu 40-50° sebanyak 150 ml. Handuk kecil atau waslap dicelupkan ke dalam air rendaman kemudian diperas hingga airnya tidak lagi menetes. Handuk kecil atau waslap ditempelkan pada bagian sendi yang sakit, jika handuk sudah dingin maka handuk dicelupkan Kembali ke air, lalu diulang. Subjek sangat kooperatif dan mampu mengompres sendiri didampingi oleh peneliti.

*Effleurage massage* dilakukan dengan memberikan sentuhan lembut, lambat, panjang dan tidak terputus pada area yang mengalami nyeri dengan durasi 10 menit. Dalam pelaksanaannya peneliti menggunakan minyak zaitun untuk

melakukan pemijatan. Pada hari pertama peneliti mengajarkan prosedur gerakan *effleurage massage*. Subjek tampak memperhatikan penjelasan dari peneliti dan ikut mempraktikkan gerakan yang diajarkan.

Grafik 1 menunjukkan tingkat nyeri sebelum dilakukan intervensi. Terdapat 2 responden yang mengeluhkan nyeri skala berat dengan rentang skor 7-8, dan terdapat 1 responden yang mengeluhkan nyeri pada skala 5 (nyeri sedang). Selama intervensi kompres jahe merah dan *effleurage massage*, pada saat pengukuran awal (pretest), semua responden mengalami penurunan skala nyeri di rentang skor 3-5 pada hari ke-7 intervensi.

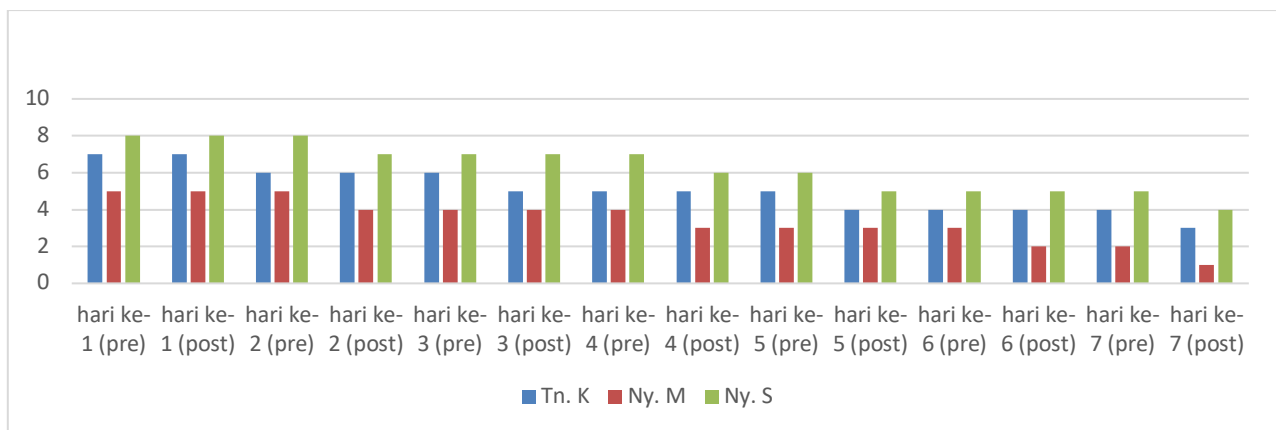
Grafik 2 menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi kompres hangat jahe merah dan teknik *effleurage massage* dengan minyak zaitun selama 7 hari terdapat penurunan tingkat nyeri. Pada responden Tn. K mengalami penurunan tingkat nyeri dari skala 7 (nyeri berat) menjadi skala 3 (nyeri ringan). Responden Ny. M mengalami penurunan tingkat nyeri dari skala 5 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri ringan). Responden Ny. S mengalami penurunan tingkat nyeri dari skala 8 (nyeri berat) menjadi skala 4 (nyeri sedang). Pada ketiga responden mengalami selisih penurunan tingkat nyeri yaitu sebanyak 4 skor skala nyeri.



Grafik 1.

Intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi terapi non-farmakologis





Grafik 2

Penurunan tingkat nyeri sesudah dilakukan intervensi terapi non-farmakologis

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil studi kasus menunjukkan bahwa ketiga responden mengalami keluhan nyeri kaki. Nyeri yang dirasakan merupakan proses peradangan karena adanya penumpukan zat purin yang dapat membentuk menjadi kristal monosodium urat (MSU). Penumpukan zat purin pada penderita gout arthritis paling banyak terjadi pada sendi ibu jari, pergelangan kaki, lutut, siku dan pergelangan tangan (Widyastuti, 2021). Pada hasil pengkajian ketiga responden mengeluhkan nyeri pada bagian lutut, pergelangan kaki dan jari-jari kaki. Nyeri yang dirasakan oleh responden terasa pegal, panas, dan cekot-cekot. Responden Tn. K mengalami adanya benjolan di bawah tempurung lutut, kaku pada jari-jari kaki, Ny. S mengalami adanya pembesaran ukuran pada kaki sebelah kanan, dan Ny.M mengatakan nyeri hilang timbul serta terasa sangat hebat. Hal ini sejalan dengan Nugroho et al, (2022) menyatakan bahwa tanda dan gejala penyakit gout arthritis adalah kaku di bagian persendian, terasa panas, bengkak, kemerahan, nyeri dapat terjadi sewaktu-waktu, terasa sangat hebat dan dapat mengalami perubahan bentuk pada sendi yang terserang.

Penatalaksanaan gout arthritis dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi (Nurafif & Kusuma, 2015). Tujuan pemberian obat adalah untuk mengurangi rasa nyeri, menurunkan kadar asam urat dalam darah, mempertahankan fungsi sendi dan mencegah terjadinya kelumpuhan. Serangan akut gout arthritis diobati dengan obat-obatan antiinflamasi nonsteroid atau kolkisin. Obat-obatan ini diberikan dalam dosis tinggi atau penuh untuk mengurangi peradangan pada sendi (Widyanto, 2017). Pada hasil pengkajian ketiga responden telah mengkonsumsi obat-obatan antinyeri seperti erphaflam, kalium diclofenac, kaditac, dan diclofenac sodium. Selain itu obat-obatan antiradang yang dikonsumsi diantaranya meloxicam, metilprednisolon, eltazon prednisone dan masing-masing responden juga mengkonsumsi obat penurun kadar asam urat seperti allopurinol ataupun alofar.

Terapi nonfarmakologi yang dapat diberikan pada penderita gout arthritis dengan keluhan nyeri yaitu pemberian kompres hangat dan terapi pijat. Menurut penelitian Zein (2024) kompres hangat jahe merah dan effleurage massage merupakan salah satu terapi alternatif yang berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri penderita gout arthritis. Jahe merah mengandung air dan minyak yang memiliki



efek farmakologi dan fisiologi seperti memberikan rasa panas, anti inflamasi, analgesik, antioksidan, dan antiemetik. Selain itu jahe merah juga memiliki efek pedas dari kandungan gingerol dan shogaol yang menunjukkan potensi baik sebagai antiinflamasi dan analgesik, sedangkan kandungan zingeron, flavonoid dan polifenol berguna sebagai antioksidan. Kompres hangat jahe merah dapat mengurangi peradangan, meredakan nyeri, kaku, spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah. Rasa hangat yang ditimbulkan oleh jahe akan menyebabkan pembuluh darah terbuka (vasodilatasi) serta suplai oksigen menjadi lebih baik sehingga nyeri dapat berkurang. Hal ini sejalan dengan penelitian Andini & Rahmadiyah (2022) menunjukkan bahwa manajemen nyeri nonfarmakologi dengan penerapan kompres hangat jahe merah pada lansia dengan peradangan sendi dapat menurunkan gejala nyeri.

Teknik effleurage massage adalah bentuk pijatan dengan menggunakan telapak tangan yang dilakukan dengan tekanan lembut dari arah bawah menuju atas yang dilakukan secara beraturan dan berulang. Tekanan dan gerakan lembut yang diberikan bertujuan sebagai relaksasi dan menghangatkan pada penurunan nyeri (Salsabila & Mochartini, 2022). Selain itu terapi pijat ini berperan dalam mekanisme gate control yaitu kontrol nyeri yang disebabkan oleh stimulasi saraf pada permukaan kulit, dan efek distraksi atau pengalihan fokus nyeri lebih lanjut, dampak terapi ini akan meningkatkan kenyamanan (Pitriani et al, 2023). Terapi pemijatan ini dalam pelaksanaannya menggunakan minyak yang memberikan efek panas atau relaksasi. Salah satu minyak yang dapat digunakan untuk melakukan pemijatan ini adalah dengan menggunakan minyak zaitun. Menurut penelitian Rahayu et al (2022) teknik effleurage massage dengan minyak zaitun dapat mengurangi nyeri dengan cara manipulasi otot dan anggota

tubuh untuk mengurangi ketegangan dan memberikan relaksasi. Secara fisiologis, massage terbukti dapat meningkatkan sirkulasi darah dan limfe, mengurangi ketegangan otot, meningkatkan jangkauan gerak sendi serta mengurangi nyeri, dan meningkatkan sintesis hormon morphin endogen, serta pengurangan hormon simpatomimetic.

Kombinasi pemberian kompres hangat jahe merah dan teknik effleurage massage dengan minyak zaitun efek merupakan metode nonfarmakologi dengan menggunakan kearifan lokal yang menjadi alternatif pilihan dalam membantu mengurangi nyeri. Dari hasil penelitian ini tingkat nyeri gout arthritis setelah diberikan kombinasi kompres hangat jahe merah dan teknik effleurage massage dengan minyak zaitun mengalami penurunan tingkat nyeri. Hal ini disebabkan oleh adanya sentuhan effleurage massage dapat meredakan nyeri dengan melancarkan peredaran darah serta kombinasi kompres hangat jahe merah yang menimbulkan efek panas dan rileks (Windyarti, 2021). Selain itu, kandungan dari jahe merah berupa senyawa gingerol dan shogaol memberikan efek pedas dan panas sehingga mengurangi peradangan, kaku dan spasme otot. Penggunaan minyak zaitun pada saat melakukan effleurage massage tidak hanya sebagai pelumas, kandungan senyawa oleocanthal memiliki sifat antiinflamasi untuk membantu meredakan peradangan yang menjadi penyebab nyeri. Jahe merah dan minyak zaitun juga bersifat aromatik yaitu memberikan efek menenangkan yang dapat membantu menurunkan stress dan meningkatkan kenyamanan selama kombinasi kompres hangat dan effleurage massage dilakukan (Muna et al., 2023).

Penurunan tingkat nyeri ditandai dengan penurunan skor nyeri dan tanda gejala secara subjektif dan objektif yang membaik. Penurunan skor pada skala nyeri dapat



dilakukan dengan pengukuran menggunakan kuesioner, salah satu kuesioner yang dapat digunakan yaitu NRS (Numeric Rating Scale). Penurunan tingkat nyeri dapat berupa nilai yang dilaporkan menjadi lebih rendah dari sebelumnya atau transisi dari kategori nyeri berat ke sedang atau ringan (Suastini & Pawestri, 2021). Selain itu tanda dan gejala yang membaik diantaranya ekspresi wajah lebih rileks, tidak lagi meringis, responden menjadi lebih aktif bergerak, postur tubuh lebih normal tidak lagi memegang atau melindungi bagian tubuh yang nyeri dan berhentinya mengkonsumsi obat analgesik (Tim Pokja SLKI DPP PPNI, 2019). Pada studi kasus ini, saat dilakukan evaluasi pada hari ketujuh menunjukkan ketiga responden mengalami penurunan tingkat nyeri.

Setelah dilakukan rencana dan implementasi keperawatan selama 7 hari pada responden Tn. K mengalami penurunan tingkat nyeri dari skala 7 (nyeri berat) menjadi skala 3 (nyeri sedang). Keluhan awal yang dirasakan responden yaitu nyeri dari pinggang menjalar ke bawah, telapak kaki terasa berat, kebas, dan jari-jari kaki tidak bisa digerakan. Saat dilakukan implementasi pada hari pertama dan kedua, responden mengatakan belum ada perubahan yang dirasakan. Pada implementasi hari ketiga, keempat, kelima, keenam, dan ketujuh responden merasakan adanya perubahan berupa nyeri kakinya sudah mulai menurun, telapak kaki terasa lebih ringan untuk berjalan, kebas sudah menurun, dan jari-jari kaki bisa digerakan kembali.

Responden Ny. M mengalami keluhan awal nyeri pada lutut kaki sebelah kanan dan kiri. Responden mengatakan nyeri pada lutut kananya terasa lebih sakit dibandingkan lutut sebelah kiri. Setelah dilakukan implementasi keperawatan selama 7 hari terdapat penurunan tingkat nyeri dari skala 5 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri

ringan). Pada implementasi hari ketujuh responden mengatakan nyeri kakinya sudah mulai berkurang dan jarang timbul, ketika bangun tidur responden tidak merasakan nyeri, responden juga mengatakan bisa berjalan jauh ke masjid tanpa merasakan keluhan nyeri kaki.

Pada responden Ny. S mengalami keluhan awal nyeri lutut kaki sebelah kanan yaitu pada bagian tempurung lutut. Nyeri terasa cekot-cekot, panas, dan responden tampak meringis ketika berganti posisi dari duduk ke berdiri. Ny. S juga memiliki kelainan bentuk kaki agak bengkok, kaki kanan terlihat lebih besar dibandingkan dengan kaki kiri. Setelah dilakukan implementasi keperawatan selama 7 hari terdapat penurunan tingkat nyeri dari skala 8 (nyeri berat) menjadi skala 4 (nyeri sedang). Responden juga mengatakan kakinya terasa lebih ringan untuk berjalan, nyeri yang dirasakan sudah mulai berkurang, rasa panas pada kaki sudah berkurang, dan ketika responden merubah posisi dari duduk ke berdiri sudah tidak ada ekspresi meringis

Responden dan keluarga mengatakan dapat mempraktikkan terapi secara mandiri karena mudah dilakukan dan menyebabkan tubuh menjadi lebih nyaman. Selama melakukan implementasi keperawatan, peneliti selalu melibatkan anggota keluarga agar dapat melihat, mempraktikkan dan diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan. Selain itu, saat melakukan edukasi tentang kompres hangat jahe merah dan *effleurage massage*, peneliti menggunakan media edukasi berupa leaflet dan memberikannya kepada responden dan keluarga. Menurut teori dan hasil penelitian menunjukkan bahwa kombinasi pemberian kompres hangat jahe merah dan teknik *effleurage massage* efektif untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita gout arthritis.

## SIMPULAN

Terapi nonfarmakologi berupa kompres hangat jahe merah dan *effleurage massage*



dengan minyak zaitun yang dilakukan selama 7 hari dapat menurunkan tingkat nyeri pada lansia gout arthritis. Penurunan tingkat nyeri ketiga responden yaitu sebanyak 4 poin. Penurunan skala nyeri terjadi dari skala nyeri berat ke skala nyeri sedang pada 2 responden, dan penurunan skala nyeri dari nyeri sedang ke nyeri ringan terdapat pada 1 responden. Saran yang bisa diberikan yaitu diharapkan intervensi kompres hangat jahe merah dan effleurage massage dapat digunakan dan dikembangkan dalam proses asuhan keperawatan pada responden dengan gout arthritis untuk menurunkan nyeri. Bagi penelitian selanjutnya dapat melakukan kompres hangat jahe merah dengan menggunakan peralatan kompres yang lebih tahan lama.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah bersedia menjadi subjek studi. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah mendukung dalam penyelesaian studi ini.

## REFERENSI

- Amelia, P. F., Ihwani, K., & Windyarti, M. L. N. Z. (2021). Efektivitas kombinasi *effleurage massage* dan jahe compres ball terhadap penurunan tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 12(2), 73-77. <https://doi.org/10.33666/jitk.v12i2.413>
- Amrullah, A. A., Fatimah, K. S., Nandy, N. P., Septiana, W., Azizah, S. N., Nursalsabila, Alya, A. H., Batrisyia, D., & Zain, N. S. (2023). Gambaran asam urat pada lansia di Posyandu Melati Kecamatan Cipayung Jakarta Timur. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(2), 162-175. <https://doi.org/https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i2.317>
- Andini, N., & Rahmadiyah, D. C. (2022). Penerapan kompres hangat jahe untuk menurunkan nyeri pada sendi: studi kasus. *Journal of Health and Cardiovascular Nursing*, 2(2), 92-107. <https://doi.org/10.36082/jhcn.v2i1.855>
- Bahrudin, M. (2020). Patofisiologi nyeri (pain). *Jurnal Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- Dinkes Provinsi Jawa Tengah. (2021). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2021*. [https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/profil\\_kesehatan\\_2021/files/downloads/profil\\_kesehatan\\_jateng\\_2021.pdf](https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/profil_kesehatan_2021/files/downloads/profil_kesehatan_jateng_2021.pdf)
- Fahri, A., Iriani, R., & Natalia, F. (2022). Pelayanan kesehatan lansia untuk tingkat nyeri dengan gout arthritis. *Prosiding Seminar Nasional Poltekkes Jakarta III*, 46-52. <https://doi.org/poltekkesjakarta3.ac.id/ejurnalnew/index.php>
- FitzGerals, J. D., Dalbeth, N., Mikuls, T., Peterson, R. B., Guyatt, G., Abeles, A. M., Gelber, A. C., Harrold, L. R., Khanna, D., King, C., Levy, G., Libbey, C., Mount, D., Pilinger, M. H., Rosenthal, A., Singh, J. A., Sims, J. E., Smith, B. J., Wenger, N. S., ... Neogi, T. (2020). American college of rheumatology guideline for the management of got. *Australian Family Physician*, 72(6), 744-760. <https://doi.org/10.1002/acr.24180.2020>
- Geroda, D. D., & Sadipun, D. K. (2025). Penerapan teknik massage effleurage menggunakan minyak zaitun sebagai terapi alternatif dalam menurunkan nyeri pada penderita gouth arthritis. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 1626-1631. <https://doi.org/journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php>
- Ghifari, Z. W. (2019). Efektivitas pemberian kompres jahe merah dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita asam urat di Desa Madigondo Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan (Skripsi, STIKES Bhkati Husada Mulia Madiun) [Repositori STIKES Bhkati Husada Muli Madiun]. <https://doi.org/https://repository.stikes-bhm.ac.id/668/1/1.pdf>
- Khairina, R., & Septiany, M. (2024). Pengaruh intervensi massage teknik effleurage dengan minyak zaitun terhadap penurunan nyeri gout arthritis Ny. Z di Desa Sungai Rangsang Hambuku. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(2), 2653-2659. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i2.3303>
- Novitayanti, E., & Kusdhiarningsih, B. (2023). Deteksi dini penyakit tidak menular dengan pemeriksaan asam urat pada lansia. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 7-12. <https://doi.org/10.59025/js.v2i1.58>
- Nuraeni, A., Darni, Z., Siti Rahayu, H., Dewi, S., Zumawaddah Warahmah Syukri, D., Tabah Anugrah, R., Anjely Vrisilia, S., Septianing Tyas,



- D., & Ratu Yosinda, K. (2023). Cegah penyakit gout arthritis melalui deteksi dini. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 1280–1286. <https://doi.org/10.31949/jb.v4i2.4666>
- Nurafif, A. ., & Kusuma, H. (2015). *Aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis dan nanda nic-noc (1st ed.)*. Mediaction.
- Pisaniello, H. L., Lester, S., Gonzalez-Chica, D., Stocks, N., Longo, M., Sharplin, G. R., Dal Grande, E., Gill, T. K., Whittle, S. L., & Hill, C. L. (2018). Gout prevalence and predictors of urate-lowering therapy use: results from population-based study. *Arthritis Research and Therapy*, 20(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s13075-018-1633-9>
- Pitriani, P., Rini, A. S., & Putri, R. (2023). Teknik *effleurage massage* dan kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri afterpains pada ibu nifas di PMB A Kota Jakarta Selatan tahun 2022. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(4), 426–433. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i4.142>
- Radharani, R. (2020). Kompres jahe hangat dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien gout arthritis. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 573–578. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.349>
- Riskesdas. (2023). Laporan nasional riskesdas 2023. In *Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Salsabila, A. A., & Mochartini, T. (2022). Efektivitas penggunaan *effleurage massage* dan cryoterapy terhadap penurunan tingkat nyeri pada penderita gastritis di puskesmas Kecamatan Jatinegara Jakarta. *Malahayati Nursing Journal*, 4(10), 2504–2519. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i10.7077>
- Sari, M., & Iskandar, S. (2022). Terapi pemberian minyak zaitun terhadap penurunan nyeri pada lansia yang menderita rheumatoid arthritis. *INSAN MANDIRI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 45–48. <https://doi.org/10.58639/im.v1i2.12>
- Sari, Martini, N. M. D. A., Darmaja, K., Satryani, N. L. S., & Dewi, I. G. A. K. (2022). Efektifitas Media Edukasi Berbasis Audiovisual terhadap Pengetahuan dan Sikap Keluarga Lansia Hipertensi dalam Mencegah COVID-19. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 10(1), 18–26. <https://doi.org/10.20527/jdk.v10i1.7>
- Widyastuti. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Gout Arthritis. *Journal of Nursing & Health*, 6(2), 84–94.
- Widyanto, F. W. (2020). Arthritis gout dan perkembangannya. *Jurnal Saintika Medika*, 10(2), 145. <https://doi.org/10.22219/sm.v10i2.4182>
- Zein, F. . (2024). *Asuhan keperawatan keluarga pada Ny. M dengan arthritis gout melalui penerapan kompres jahe merah dan effleurage massage dengan minyak zaitun untuk menurunkan nyeri sendi di wilayah kerja Puskesmas Pauh Tahun 2024*. Fakultas Keperawatan Universitas Andalas

