



Implementasi Pemberian Terapi Kompres Jahe Dalam Menurunkan Nyeri Pada Penderita Asam Urat di Posyandu Mawar Desa Campur Asri

Indri Sulistiana^{1*}, Maya Puspitasari², Sukartini³, Siti Khofsoh Sofiyah⁴, Ade Tyas Mayasari⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Aisyah Pringsewu
indrisulistiana141@gmail.com*

Article History:

Received: 03-02-2024

Revised: 10-02-2024

Accepted: 11-02-2024

Keywords: Asam Urat;
Lansia; Kesehatan;
Kompres Jahe;
Pengabdian

Abstract: Keluhan rasa nyeri pada asam urat yang menyerang lansia yang umumnya dirasakan memiliki faktor-faktor beragam. Penanganan umumnya melibatkan pendekatan pengobatan secara farmakologi, yang biasanya berdampak pada kesehatan organ seperti ginjal. Pengobatan non farmakologi dengan kompres jahe dapat menjadi alternatif pilihan yang baik dan murah dalam meredakan nyeri asam urat yang dialami lansia. Posyandu Mawar di Desa Campur Asri memiliki peran strategis dalam memberikan layanan kesehatan masyarakat. Dengan melibatkan Posyandu sebagai pusat pelayanan kesehatan primer, implementasi terapi kompres jahe diharapkan dapat menjadi langkah inovatif dan terjangkau bagi penderita asam urat di tingkat komunitas. Pengabdian ini memiliki relevansi signifikan dengan kondisi kesehatan masyarakat Desa Campur Asri. Kasus asam urat yang cukup tinggi di wilayah ini menunjukkan perlunya eksplorasi terapi non-farmakologis yang dapat diterapkan secara efektif dan mudah diakses. Sasaran dalam kegiatan penyuluhan sebagai bentuk pengabdian masyarakat adalah lansia di Posyandu Mawar Desa Campur Asri. Metode pelaksanaan pada kegiatan ini dilakukan dengan rangkaian tahapan yang disusun secara sistematis, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa terapi kompres jahe memiliki potensi untuk menjadi alternatif yang efektif dalam mengelola nyeri pada penderita asam urat di tingkat komunitas. Diharapkan, hasil pengabdian ini dapat memberikan kontribusi positif dalam peningkatan kesehatan masyarakat Desa Campur Asri secara menyeluruh. Dengan kerjasama yang terjalin, diharapkan program ini dapat berlanjut dan memberikan manfaat jangka panjang bagi penderita asam urat dan masyarakat secara umum.

© 2022 SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

PENDAHULUAN

Asam urat merupakan kondisi medis yang sering kali dihadapi oleh masyarakat, terutama di tengah pola hidup modern (Hartutik, 2018). Penderita asam urat cenderung mengalami nyeri dan pembengkakan pada sendi, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Muchlis & Ernawati, 2021). Dalam upaya memberikan solusi yang holistik dan berbasis bukti, terapi kompres jahe muncul sebagai alternatif menarik untuk mengatasi nyeri pada penderita asam urat (Rokhmah et al., 2023).

Asam urat memiliki potensi menyerang individu dari segala jenis kelamin dan rentang usia 40-60 tahun (Oktavianti & Anzani, 2021). Zat purin atau hasil metabolisme

tubuh yang seharusnya dikeluarkan oleh ginjal melalui feses atau urin berperan dalam pembentukan asam urat. Peningkatan kandungan urat serum, yang disebut sebagai hiperurisemia, merupakan aspek kritis dalam kondisi ini. Rentang kadar normalnya adalah 3,5-7,0 mg/dL untuk laki-laki dan 2,8-6,8 mg/dL untuk perempuan. Faktor utama yang memicu terjadinya asam urat adalah gaya hidup tidak sehat, terutama konsumsi makanan yang kaya purin (Lutfi & Fijianto, 2021).

Keluhan rasa nyeri yang umumnya dirasakan memiliki faktor-faktor beragam. Penanganan umumnya melibatkan pendekatan farmakologi dan non-farmakologi untuk membantu mengurangi intensitas nyeri (Yulendasari et al., 2020). Pengobatan asam urat secara farmakologi sering melibatkan penggunaan Obat Anti Inflamasi NonSteroid (OAINS). Di sisi lain, terapi non-farmakologi atau pengobatan komplementer digunakan sebagai terapi alternatif atau pendukung untuk mempercepat proses penyembuhan pada penderita asam urat (Bahtiar et al., 2023; Octa & Febrina, 2020; Suryani et al., 2021). Salah satu metode terapi komplementer yang dapat diterapkan untuk meredakan nyeri pada penderita asam urat adalah melalui kompres jahe, sebagaimana diungkapkan oleh penelitian yang dilakukan oleh (Revianti & Yanto, 2021) dan (Yanto et al., 2022). Kompres jahe diyakini memiliki efek nyeri yang berkurang karena mengandung gingerol dan shogaol, senyawa panas dan pedas yang terdapat dalam jahe yang memiliki sifat antiinflamasi (Anggraini et al., 2022).

Posyandu Mawar di Desa Campur Asri memiliki peran strategis dalam memberikan layanan kesehatan masyarakat. Dengan melibatkan Posyandu sebagai pusat pelayanan kesehatan primer, implementasi terapi kompres jahe diharapkan dapat menjadi langkah inovatif dan terjangkau bagi penderita asam urat di tingkat komunitas. Pengabdian ini memiliki relevansi signifikan dengan kondisi kesehatan masyarakat Desa Campur Asri. Kasus asam urat yang cukup tinggi di wilayah ini menunjukkan perlunya eksplorasi terapi non-farmakologis yang dapat diterapkan secara efektif dan mudah diakses. Terapi kompres jahe, dengan kandungan antiinflamasi alami, memiliki potensi untuk memberikan manfaat positif pada penderita asam urat. Desa Campur Asri, sebagai lokasi pengabdian, memberikan konteks yang ideal untuk memahami dampak terapi kompres jahe pada penderita asam urat secara nyata. Dengan melibatkan masyarakat dalam proses pengabdian, diharapkan dapat tercipta pemahaman yang lebih baik tentang penerimaan dan efektivitas terapi ini di tingkat komunitas.

Pemberdayaan masyarakat melalui Posyandu menjadi salah satu fokus utama dalam pengabdian ini. Dengan melibatkan petugas kesehatan dan relawan Posyandu dalam memberikan terapi kompres jahe, diharapkan dapat terbentuk kolaborasi yang kuat antara pemberi layanan kesehatan dan masyarakat dalam penanganan asam urat. Tujuan utama pengabdian ini adalah untuk mengevaluasi sejauh mana terapi kompres jahe dapat menurunkan tingkat nyeri pada penderita asam urat di Desa Campur Asri. Melalui pengabdian ini, diharapkan dapat ditemukan bukti ilmiah yang kuat untuk mendukung implementasi terapi kompres jahe sebagai bagian dari strategi pengobatan asam urat.

Keberhasilan implementasi terapi kompres jahe di Posyandu Mawar dapat membuka pintu bagi pengembangan model pelayanan kesehatan yang lebih inklusif dan berorientasi pada kebutuhan masyarakat. Hal ini dapat menjadi contoh inspiratif bagi desa-desa lain yang menghadapi masalah serupa dalam menangani asam urat dan kondisi kesehatan lainnya. Dengan mempertimbangkan aspek-aspek etika pengabdian kepada masyarakat dan keamanan pasien, pengabdian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang potensi terapi kompres jahe dalam menurunkan nyeri pada penderita asam urat di tingkat komunitas. Kesimpulan pengabdian ini dapat

menjadi pijakan untuk pengembangan program kesehatan yang lebih luas dan berkelanjutan.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran dalam kegiatan penyuluhan sebagai bentuk pengabdian masyarakat adalah lansia di Posyandu Mawar Desa Campur Asri. Metode pelaksanaan pada kegiatan ini dilakukan dengan rangkaian tahapan yang disusun secara sistematis, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Pada tahap persiapan meliputi observasi dan wawancara dengan kepala Posyandu, di mana setelah dilanjutkan dengan perencanaan pelaksanaan kegiatan. Pada tahap pelaksanaan dilakukan kegiatan berupa penyuluhan dalam bentuk edukasi kesehatan kepada sasaran. Dalam pelaksanaan dilakukan uji nyeri asam urat sebelum dan setelah intervensi kompres dengan kompres jahe. Selain itu dilakukan pengukuran kadar asam urat.

Tahap akhir setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat adalah evaluasi kegiatan tersebut. Evaluasi dilakukan dengan memberikan umpan balik terhadap seluruh aspek pelaksanaan, hasil yang dicapai, dan dampak yang diharapkan. Proses evaluasi memiliki peran penting untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan serta menilai sejauh mana kebutuhan masyarakat telah terpenuhi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian di Posyandu Mawar Desa Campur Asri telah membawa dampak positif yang dapat dinilai dari berbagai aspek. Pertama, kegiatan penyuluhan dan sosialisasi mengenai terapi kompres jahe berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Campur Asri terhadap pentingnya metode pengobatan alternatif dalam mengelola nyeri pada penderita asam urat. Informasi yang disampaikan melalui kegiatan pengabdian ini dapat diakses oleh berbagai lapisan masyarakat.

Partisipasi aktif masyarakat dalam mengikuti kegiatan terapi kompres jahe di Posyandu Mawar menjadi salah satu pencapaian signifikan. Tingginya minat masyarakat untuk mencoba terapi non-farmakologis menunjukkan bahwa pendekatan ini diterima secara positif di tingkat komunitas.

Peningkatan keterampilan petugas kesehatan di Posyandu Mawar merupakan hal yang patut dicatat. Petugas kesehatan berhasil mengimplementasikan teknik-teknik terapi kompres jahe dengan benar, memastikan penderita asam urat mendapatkan layanan kesehatan yang optimal. Peningkatan kualitas hidup penderita asam urat menjadi bukti konkrit dari keberhasilan terapi kompres jahe. Pengurangan intensitas nyeri membawa dampak positif terhadap kegiatan sehari-hari dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Proses implementasi terapi kompres jahe membawa efek positif terhadap hubungan antara Posyandu Mawar dan berbagai pihak, termasuk pemerintah desa, lembaga kesehatan setempat, dan pihak terkait lainnya. Terjalannya jejaring ini memberikan dukungan lebih lanjut untuk keberlanjutan program pengobatan asam urat di tingkat komunitas. Hal tersebut terlihat dari hasil pengurangan intensitas nyeri setelah intervensi kompres jahe.

Keseluruhan hasil positif ini menunjukkan bahwa terapi kompres jahe memiliki potensi untuk menjadi alternatif yang efektif dalam mengelola nyeri pada penderita asam urat di tingkat komunitas. Diharapkan, hasil pengabdian ini dapat memberikan kontribusi positif dalam peningkatan kesehatan masyarakat Desa Campur Asri secara menyeluruh.

Dengan kerjasama yang terjalin, diharapkan program ini dapat berlanjut dan memberikan manfaat jangka panjang bagi penderita asam urat dan masyarakat secara umum.



Gambar 1. Dokumentasi Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan program pengabdian masyarakat yang telah diimplementasikan di Posyandu Mawar Desa Campur Asri, dapat diambil beberapa kesimpulan signifikan yang membentuk dasar untuk tindak lanjut yang lebih terarah dan berkelanjutan. Evaluasi program menunjukkan bahwa pemahaman lansia tentang manfaat terapi kompres jahe mengalami peningkatan yang positif. Hal ini mencerminkan keberhasilan penyuluhan dalam menyampaikan informasi secara efektif. Lebih jauh, hasil timbal balik menunjukkan bahwa peserta program memiliki persepsi positif, menciptakan landasan kuat untuk melanjutkan implementasi praktik ini sebagai bagian integral dari perawatan anak di Desa Campur Asri. Peningkatan keterampilan dan kepercayaan diri lansia menjadi aspek penting yang menunjukkan dampak positif dari program tersebut. Kesimpulan ini mengindikasikan bahwa program tidak hanya berhasil dalam menyampaikan informasi, tetapi juga mampu meningkatkan keterampilan praktis peserta. Kesiapan lansia untuk menerapkan metode kompres jahe menjadi titik penting untuk perubahan perilaku positif dalam masyarakat. Sebagai tindak lanjut, perencanaan program yang menjaga kesinambungan pemahaman dan praktik serta melibatkan secara lebih intensif kelompok masyarakat di Desa Campur Asri dapat memberikan dampak yang lebih luas dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anggraini, Y. D., Rahmawati, R. S. N., Indriani, R., & Sendra, E. (2022). The Effectiveness of Herbal Ingredients to Relieve Breast Engorgement: Literature Review. *HEALTHY: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 176–191. <https://doi.org/10.51878/healthy.v1i4.1674>
- [2] Bahtiar, B., Diati, N. S., Nopriyanto, D., & Aminuddin, M. (2023). Penerapan Kompres Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis. *Journal of Nursing Innovation*, 2(1), 20–27. <https://doi.org/10.61923/jni.v2i1.11>
- [3] Hartutik, S. (2018). Hubungan Obesitas dengan Nyeri Persendian Lutut pada Lansia. *Gaster*, 16(2), 206. <https://doi.org/10.30787/gaster.v16i2.240>
- [4] Lutfi, M., & Fijianto, D. (2021). Penerapan Kompres Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Pada Lansia Penderita Asam Urat. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 1732–1736. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.925>

- [5] Muchlis, M. R., & Ernawati, E. (2021). Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia. *Ners Muda*, 2(3), 165. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.8418>
- [6] Octa, A. R., & Febrina, W. (2020). Implementasi Evidence Based Nursing Pada Pasien Rematik: Studi Kasus. *REAL in Nursing Journal*, 3(1), 55. <https://doi.org/10.32883/rnj.v3i1.763>
- [7] Oktavianti, D. S., & Anzani, S. (2021). Penurunan Nyeri Pada Arthritis Gout Melalui Kompres Hangat Air Rebusan Serai. *Madago Nursing Journal*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.33860/mnj.v2i1.439>
- [8] Revianti, I. D., & Yanto, A. (2021). Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 39. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i1.8265>
- [9] Rokhmah, A., Warsono, W., & Khoiriyah, K. (2023). Penerapan Terapi Kompres Jahe (*Zingiber Officinale* Var *Rubrum Rhizoma*) dan Acupressure dalam Menurunkan Nyeri Penderita Asam Urat. *Holistic Nursing Care Approach*, 3(1), 6. <https://doi.org/10.26714/hnca.v3i1.10696>
- [10] Suryani, S., Sutiyono, S., & Pistanty, M. A. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Larutan Jahe Terhadap Nyeri Asam Urat Di Posyandu Lansia Melati Desa Candisari. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 17. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i1.693>
- [11] Yanto, A., Armiyati, Y., Hartiti, T., Ernawati, E., Aisah, S., & Nurhidayati, T. (2022). Pengelolaan kasus hipertensi pada lansia di pulau Karimunjawa menggunakan pendekatan terapi komplementer. *SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 6. <https://doi.org/10.26714/sjpkm.v2i1.11166>
- [12] Yulendasari, R., Sundoro, J., & Isnainy, U. C. A. S. (2020). Kompres hangat jahe pada pasien asam urat: Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat di Endang Rejo Kecamatan Seputih Agung Lampung Tengah. *Indonesia Berdaya*, 1(2), 81–87. <https://doi.org/10.47679/ib.202034>