



**PENGARUH KOMPRES HANGAT JAHE MERAH TERHADAP NYERI
ASAM URAT PADA LANSIA DI RW 004 KAMPUNG RAWABOKOR
KOTA TANGERANG TAHUN 2021**

*The Effect Of Red Ginger Warm Compress On Gout Pain In The Elderly In Rw
004 Kampung Rawa Bokor, Tangerang City In 2021*

Saputra Darmawansyah¹, Siti Rochmani²

^{1,2}STIKes Yatsi Tangerang

¹Email : saputradarmawansyah@gmail.com

²Email: siti_rch@yahoo.co.id

Abstract

Gouty arthritis is characterized by high levels of uric acid in the blood and repeated attacks of acute pain in the joints. One of the non-pharmacological pain management is to apply a warm red ginger compress. Gout (Gout Arthritis) is more common in men, especially those over the age of 30 because they generally have high uric acid levels in their blood. This study was conducted with the aim of knowing the effect of red ginger warm compresses on gout pain in the elderly in the village of Rawa Bokor, Tangerang City in 2021. The design of this study used a Quasy-Experimental Design with a One Group Pretest-Posttest Design, the data were collected by observation and measurement of pain scale, the research used in this study is descriptive correlation. Based on the results, it is known that the Z value in the pre-post variable, the level of uric acid joint pain is - 16,248b with a p value of Asymp. Sig. (2-tailed) of .000 < 0.05, it can be concluded "There is an effect of giving warm red ginger compresses on reducing pain scale in the elderly with gout in Rw 004, Rawa Bokor Village, Tangerang City". The conclusion of this study states that there is an effect of giving red ginger warm compresses to reducing gout pain in the elderly in Rw 004, Rawa Bokor Village, Tangerang City.

Keywords: *Elderly, Pain, Gout, Red Ginger Compress*

Abstrak

Penyakit *arthritis gout* ditandai dengan tingginya kadar asam urat dalam darah dan serangan nyeri akut yang berulang pada daerah persendian. Salah satu penatalaksanaan nyeri secara non farmakologis adalah dengan melakukan kompres hangat jahe merah. Asam urat (*Gout Arthritis*) lebih sering menyerang laki- laki, terutama yang berumur di atas usia 30 tahun karena umumnya sudah mempunyai kadar asam urat yang tinggi dalam darahnya. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap nyeri asam urat pada lansia di kampung rawa bokor kota tangerang tahun 2021. Desain penelitian ini menggunakan *Quasy-Eksperimental Design* dengan rancangan *One Group Pretest-posttest Design*, data dikumpulkan dengan metode observasi dan pengukuran skala nyeri, penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah descriptive correlation. Berdasarkan hasil diketahui nilai Z pada variabel pre-post tingkat nyeri sendi asam urat adalah - 16,248^b dengan *p value* Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar .000 < 0.05 maka dapat disimpulkan "Ada Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Lansia Asam Urat Di Rw 004 Desa Rawa Bokor Kota Tangerang". Kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa Ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri asam urat

pada lansia di Rw 004 Desa Rawa Bokor Kota Tangerang.

Kata Kunci : Lansia, Nyeri, Asam Urat, Kompres Jahe Merah

PENDAHULUAN

Indonesia termasuk negara dengan jumlah penyakit gout artritis terbanyak, dan penyakit ini banyak diderita oleh lanjut usia. Lansia adalah tahap akhir dari kehidupan manusia. Seseorang yang telah mencapai usianya lebih dari 60 tahun disebut lansia. Dimana merupakan proses berangsur-angsur mengakibatkan perubahan, seperti menurunnya daya tahan tubuh dan kualitas hidup lansia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Semakin bertambahnya usia, fungsi fisiologis mengalami penurunan sehingga penyakit tidak menular banyak terjadi pada lansia dimasa tua lansia akan mengalami hilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan struktur serta mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan jejas (infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang diderita (Statistik, 2018).

World health organization (WHO) 2018, menyebutkan populasi dunia pada tahun 2019 yaitu sekitar 7,6 miliar orang dan terjadi peningkatan pada tahun 2050 mencapai 9,9 miliar, presentase populasi yang berumur lebih dari 60 tahun di dunia dari tahun 2015 sekitar 15% dan pada tahun 2018 meningkat menjadi 22%. Pada tahun 2016, di Indonesia diperkirakan memiliki jumlah penduduk lansia sekitar 258,70 juta jiwa atau 8,69% dari keseluruhan penduduk Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2019)

METODE PENELITIAN

Penelitian dengan metode kuantitatif dengan desain penelitian *Quasy Eksperimental Design*, yang bertujuan untuk mengetahui apakah kompres hangat jahe merah dapat menurunkan tingkat nyeri pada penderita asam urat. Rancangan yang dilakukan adalah “ *One-Grup Pretest – Post-test Design*” Dalam penelitian ini peneliti tidak ada kelompok perbandingan (kontrol), tetapi peneliti melakukan pengamatan awal *pre-test* dengan yaitu pengukuran tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi, setelah itu diberikan intervensi, kemudian dilakukan pengamatan akhir yaitu *post-test*. Lokasi Penelitian ini dilakukan di Desa Rawa Bokor RW 004, Kelurahan Benda, Kecamatan Benda, Kota Tangerang, Provinsi Banten. Melibatkan 30 responden lansia, Teknik pengambilan sampel adalah menggunakan metode total sampling, alat pengumpulan data berupa Lembar observasi

Tabel 5.1.1

Gambaran Karakteristik Jenis Kelamin lansia di RW 004 Desa Rawa Bokor

Kota Tangerang

(N=30).

Table 1

Jenis kelamin	Jumlah (n)	Persentase%
Laki-Laki	16	53.3%
Perempuan	14	46.7%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 5.1.1 didapatkan hasil mayoritas jenis kelamin pada penelitian ini adalah perempuan sebanyak 14 orang (46,7%) sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 16 orang (53,3%).

Tabel 5.2.1

Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri *Pre-Test* Responden Di RW 004, Desa Rawa Bokor Kota Tangerang.

Skala nyeri	F	(%)
Nyeri ringan	102	30.9
Nyeri sedang	223	67.6
Nyeri berat	5	1.5
Nyeri sangat berat	0	00.0
Jumlah	330	100

Berdasarkan dari hasil tabel 5.2.1 diatas didapatkan dari 330 data sampel responden, data ini didapatkan sebelum diberikan intervensi yaitu sebanyak 1x sehari selama 11 hari, sehingga data yang terkumpul sebanyak 330 data sampel responden, 30.9% (102 data sampel) mengalami tingkat nyeri ringan, 67.6 % (223 data sampel) dengankategori tingkat nyeri sedang, tingkat nyeri berat ada 1.5 % (5 data sampel), dan tingkat nyeri sangat berat 0.0%. Sebelum dilakukan ompres hangat jahe merah terhadap nyeri sendi asam urat pada lansia.

Tabel 5.2.2

Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri *Post test* Responden Di RW 004,

Desa Rawa Bokor Kota Tangerang.

Skala nyeri	F	(%)
Nyeri ringan	145	43.9
Nyeri sedang	185	56.1
Nyeri berat	0	00.0
Nyeri sangat berat	0	00.0
Jumlah	330	100

Berdasarkan dari hasil tabel 5.2.2 diatas didapatkan dari 330 data sampel responden data ini didapatkan dari pemberian intervensi sebanyak 1x sehari selama 11 hari, sehingga data yang terkumpul sebanyak 330 data sampel responden, 43.9% (145 data sampel) mengalami tingkat nyeri ringan, 56.1 % (185 data sampel) dengan kategori tingkat nyeri sedang, tingkat nyeri berat ada 00.0 % (0 sampel), dan tingkat nyeri sangat berat 0.0 %.

Sesudah dilakukan kompres hangat jahe merah terhadap nyeri sendi asam urat pada lansia.

Tabel. 5.2.3

Data-data Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Kompres Hangat Jahe merah Pada Lansia asam urat di RW 004 Desa Rawa Bokor Kota Tangerang.

Skala Nyeri	Skala Nyeri Pre-Test		Skala Nyeri Post-Test	
	F	(%)	F	(%)
Nyeri Ringan	102	30.9	145	43.9
Nyeri Sedang	223	67.6	185	56.1
Nyeri Berat	5	1.5	0	0
Nyeri Sangat Berat	0	0	0	0
Jumlah	330	100%	330	100%

Tabel 5.2.3 Berdasarkan dari hasil tabel diatas dari 30 responden yang dilakukan pemberian intervensi pemberian kompres hangat jahe merah 1x dalam sehari, yang dilakukan selama 11 hari didapatkan 330 data sampel responden, ada 5 data yang tingkat nyeri pre test sebelumnya nyeri berat kemudian turun menjadi nyeri sedang setelah dilakukan intervensi, 223 data yang tingkat nyeri pre test sebelumnya nyeri sedang, kemudian setelah dilakukan intervensi turun menjadi 185 data. 102 data yang tingkat nyeri pre test sebelumnya nyeri sedang, kemudian setelah dilakukan intervensi meningkat menjadi 145 data karena ada penambahan data dari nyeri berat. Hasil intervensi pre test dan post test dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap nyeri asam urat pada lansia di Desa Rawa Bokor Kota Tangerang.

Tabel 5.2.4

Distribusi Frekuensi Uji Analisis Wilcoxon Signed Rank Test Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah Pada Lansia Asam Urat Di Desa Rawa Bokor Kota Tangerang

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skala Nyeri Post Test - Negative Ranks	264 ^a	132,50	34980,00
Skala Nyeri Pre Test Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
Ties	66 ^c		
Total	330		

Berdasarkan tabel 5.2.4 diatas dapat disimpulkan bahwa dalam tabel negatif rank merupakan 264 data responden yang mengalami penurunan tingkat nyeri sesudah pemberian kompres hangat Jahe merah, dalam tabel positif rank 0 responden yang artinya tidak ada peningkatan skala nyeri sesudah pemberian kompres hangat jahe merah.

Tabel 5.2.5

Hasil Uji Hipotesis Wilcoxon Signed Rank Test Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah Pada Lansia Asam Urat Di Desa Rawa Bokor Kota Tangerang (N=30)

	Skala Nyeri Post Test - Skala Nyeri Pre Test
Z	-16,248 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

Berdasarkan tabel 5.2.5 diatas, diketahui nilai Z pada variabel pre-post tingkat nyeri sendi asam urat adalah $-16,248^b$ dengan P value Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $.000 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa “Ha diterima” artinya ada perbedaan antara hasil pemberian kompres hangat jahe merah sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Sehingga dapat disimpulkan pula “ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap nyeri asam urat pada lansia di Rw 004 Desa Rawa Bokor Kota Tangerang”.

PEMBAHASAN

Karakteristik Jenis Kelamin Lansia Berdasarkan tabel 5.1.1 didapatkan hasil mayoritas jenis kelamin pada penelitian ini adalah perempuan sebanyak 14 orang (53,3%) sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 16 orang (46,7%). Hasil penelitian diatas ditunjang teori menunjukkan bahwa sebagaimana disampaikan oleh *Hippocrates* bahwa asam urat jarang pada pria sebelum masa remaja sedangkan pada perempuan jarang sebelum *menopause* (Sudoyo, 2015).

Analisa Univariat Berdasarkan dari hasil tabel 5.2.2 diatas didapatkan 330 data sampel responden, data ini didapatkan sebelum diberikan intervensi yaitu sebanyak 1x sehari selama 11 hari, sehingga data yang terkumpul sebanyak 330 data sampel responden, 30.9 % (102 data sampel) mengalami tingkat nyeri ringan, 67.6 % (223 data sampel) dengan kategori tingkat nyeri sedang, tingkat nyeri berat ada 1.5 % (5 data sampel), dan tingkat nyeri sangat berat 0.0 %.

Sesudah dilakukan kompres hangat jahe merah terhadap nyeri asam urat pada lansia. Dengan hasil tersebut terdapat perubahan dimana yang sebelumnya mengalami tingkat nyeri berat setelah diberikan intervensi kompres hangat jahe merah tingkat nyerinya menurun menjadi skala nyeri sedang, kemudian yang sebelumnya mengalami tingkat nyeri sedang setelah diberikan intervensi kompres hangat jahe merah tingkat nyerinya menurun menjadi skala nyeri ringan, kemudian yang sebelumnya mengalami tingkat nyeri ringan setelah diberikan intervensi kompres hangat jahe merah tingkat nyerinya menurun menjadi tidak nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Abri Madoni (2017) dengan judul pengaruh kompres hangat jahe memakai parutan jahe terhadap penurunan intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di wilayah kerja puskesmas lubuk begalung hasil penelitian yang dilakukan pada 10 lansia yang mengalami gout arthritis dengan pemberian kompres hangat memakai jahe, di dapatkan pengukuran rata-rata nyeri sebelum diberikan kompres hangat memakai parutan jahe adalah 4,800 dan rata-rata nyeri setelah diberikan kompres hangat memakai parutan jahe adalah 1,800.

Berdasarkan hasil penelitiannya Samsudin Berdasarkan hasil penelitian Samsudin (2016) dengan judul pengaruh pemberian kompres hangat memakai parutan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri gout arthritis menunjukkan rata-rata nyeri sebelum diberikan kompres hangat memakai parutan jahe merah yaitu 3,73 dan setelah diberikan kompres hangat memakai parutan jahe merah yaitu 2,50. Hasil penelitian Igrisa (2015) dengan judul pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri gout arthritis menunjukkan rata-rata nyeri sebelum dilakukan kompres air hangat adalah 5,53 dan setelah dilakukan kompres air hangat adalah 2,67.

Analisa peneliti faktor lain yang menyebabkan terjadinya nyeri gout arthritis adalah tidak patuhnya lansia terhadap penatalaksanaan dietnya. Dilihat

dari masih banyaknya lansia di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Begalung yang mengkonsumsi makanan tinggi purin seperti kacang panjang, rebung, kopi, sawi pahit, jeroan dan lain-lain.

Analisa Bivariat Tabel 5.2.3 Berdasarkan dari hasil tabel diatas dari 30 responden yang dilakukan pemberian intervensi pemberian kompres hangat jahe merah 1x dalam sehari, yang dilakukan selama 11 hari didapatkan 330 data sampel responden, ada 5 data yang tingkat nyeri pre test sebelumnya nyeri berat kemudian turun menjadi nyeri sedang setelah dilakukan intervensi, 223 data yang tingkat nyeri pre test sebelumnya nyeri sedang, kemudian setelah dilakukan intervensi turun menjadi 185 data. 102 data yang tingkat nyeri pre test sebelumnya nyeri sedang, kemudian setelah dilakukan intervensi meningkat menjadi 145 data karena ada penambahan data dari nyeri berat. Hasil intervensi pretest dan post test dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap nyeri asam urat pada lansia di RW 004, Desa Rawa Bokor Kota Tangerang.

Berdasarkan tabel 5.2.3 diatas, diketahui nilai Z pada variabel pre-post tingkat nyeri sendi asam urat adalah $-16,248^b$ dengan *p-value* Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $.000 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa “Haditerima” artinya ada perbedaan antara hasil pemberian kompres hangat jahe merah sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Sehingga dapat disimpulkan pula “ada pengaruh pemberian kompres hangat jahemerah terhadap penurunan skala nyeri pada lansia asam urat di RW 004, Desa Rawa Bokor Kota Tangerang”. Penelitian Dina (2015) di dapatkan adanya pengaruh air rendaman jahe terhadap penurunan nyeri gout arthritis pada lansia berdasarkan uji *Wicolxon Sign Rank Test* dengan *p value* 0,001. Hasil penelitian Wurangian (2012) di dapatkan adanya pengaruh kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri penderita gout arthritis berdasarkan uji *Wicolxon Sign Rank Test* dengan *p value* 0,000. Hasil penelitian Nora (2016) di dapatkan adanya pengaruh pemberian air daun rebus ansirsak terhadap nyeri gout arthritis pada lansia berdasarkan uji *Paired Sample T-test* dengan *p value* 0,000.

Pemberian kompres jahe hangat merupakan mekanisme penghambat reseptor nyeri pada serabut saraf besar dimana akan mengakibatkan terjadinya perubahan mekanisme yaitu gerbang yang akhirnya dapat memodifikasi dan merubah sensasi nyeri yang datang sebelum sampai ke korteks serebri menimbulkan persepsi nyeri dan reseptorotot sehingga nyeri dapat berkurang. Analisa peneliti penurunan nyeri pada lansia setelah diberikan kompres hangat memakai parutan jahe terjadi perubahan, karena kandungan senyawa yang ada dalam jahe di antaranya minyak asiri, fenol, kalsium, vitamin C, magnesium dan lain-lain yang bersifat pedas dan hangat sehingga membantu meredakan nyeri, dan perubahan tersebut tergantung pada respon lansia masing-masing karena nyeri yang dirasakan individu bersifat pribadi yang artinya antara individu satu dengan lainnya mengalami nyeri yang berbeda. Upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan intensitas nyeri berupa pemilihan makanan dan menghindari makanan yang tinggi purin yang bisa memicu tingginya kadar asam urat. Karena, tingginya kadar asam urat akan menyebabkan peningkatan intensitas nyeri. Penurunan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Kompres hangat

Hasil Uji Statistik menggunakan Uji *Wilcoxon* didapatkan diketahui nilai Z pada variabel pre-post tingkat nyeri sendi asam urat adalah $-16,248^b$ dengan *p value* Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $.000 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa

“HI diterima” artinya ada perbedaan antara hasil pemberian kompres hangat jahe merah sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Sehingga dapat disimpulkan pula “ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada lansia asam urat di RW 004, Desa Rawa Bokor Kota Tangerang”. Jahe merah digunakan untuk menurunkan nyeri asam urat atau *gout arthritis* karena kandungan *gingeron* dan *shoagol*. Tahapan fisiologis nyeri, kompres hangat rebusan jahe merah menurunkan nyeri dengan tahap transduksi, dimana pada tahapan ini jahe memiliki kandungan *gingerol* yang bisa menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri, sehingga dapat menurunkan nyeri. Kandungan zat aktif jahe merah dari oleoresin yang terdiri dari *gingerol*, *shoagol*, dan *zingeberence* merupakan *homolog* dari *fenol* melalui proses pemanasan. Degradasi panas dari *gingerol* menjadi *gingerone*, *shoagol* dan kandungan lain terbentuk dengan pemanasan rimpang kering dan segar. Bau jahe yang menyengat dikarenakan dari senyawa utamanya, keton yaitu *zingeron*. Kandungan pada jahe empit mampu menambah rasa panas pada kompres, rasa panas yang diberikan dari oleoresin yang larut dalam air mampu menghasilkan kompres hangat yang efektif (Izza, 2014).

Berdasarkan Tabel 5.1.1 dari 30 responden dapat diketahui bahwa jenis kelamin laki- laki dengan jumlah 16 responden (53.3%), dan jenis kelamin perempuan dengan jumlah 14 responden (46,7%). Hasil penelitian diatas ditunjang teori menunjukkan bahwa sebagaimana disampaikan oleh *Hippocrates* bahwa asam urat jarang pada pria sebelum masa remaja sedangkan pada perempuan jarang sebelum *menopause* (Sudoyo, 2015).

Berdasarkan asumsi peneliti setelah diberikan kompres Jahe Merah selama 1x dalam sehari selama 11 hari sehingga responden mengalami penurunan tingkat nyeri yang mengganggu aktivitas. Penurunan tingkat nyeri pada asam urat pre dan post test pada kelompok terapi kompres jahe merah bervariasi dengan rentang 1-3 nilai. Hasil skala nyeri yang bervariasi dikarenakan ada perbedaan faktor usia dan faktor jenis kelamin. Peneliti melakukan terapi kompres jahe merah yang dilakukan 1 kali dalam sehari sesuai dengan SOP, kompres ini merupakan salah satu terapi yang tidak membutuhkan dana yang cukup banyak karena hanya membutuhkan jahe merah 3-4 rimpang dan harganya pun sangat terjangkau.

Keterbatasan Penelitian Dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti mengakui adanya banyak kelemahan dan kekurangan sehingga memungkinkan hasil yang ada belum optimal atau bisa dikatakan belum sempurna. Banyak sekali kekurangan tersebut antara lain :

1. peneliti hanya meneliti 30 sampel responden saja dikarenakan peneliti hanya meneliti para lansia yang mengalami nyeri dipersendian akibat penyakit asam urat.
2. Penelitian ini hanya mengukur apakah ada pengaruh dari kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri asam urat, peneliti tidak mengukur variabel lain yang mempengaruhi tingkat nyeri, seperti pola makan, gaya hidup, atau mungkin faktor tingkat stres.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang berjudul pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap nyeri asam urat pada lansia di Rw 004 Desa Rawa Bokor Kota Tangerang didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan dari hasil pemberian intervensi pemberian kompres hangat jahe merah 1x dalam sehari, yang dilakukan selama 11 hari didapatkan 330 data sampel responden, ada 5 data yang tingkat nyeri pre test sebelumnya nyeri berat kemudian turun menjadi nyeri sedang setelah dilakukan intervensi, 223 data yang tingkat nyeri pre test sebelumnya nyeri sedang, kemudian setelah dilakukan intervensi turun menjadi 185 data. 102 data yang tingkat nyeri pre test sebelumnya nyeri sedang, kemudian setelah dilakukan intervensi meningkat menjadi 145 data karena ada penambahan data dari nyeri berat, yang artinya terdapat penurunan tingkat nyeri setelah dilakukannya tindakan intervensi.
2. Terdapat pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap penurunan tingkat nyeri asam urat pada lansia di RW 004 Desa Rawa Bokor Kota Tangerang.

REFERENSI

- Abiyoga, A. (2017). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gout Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Situraja Tahun 2014. *Jurnal DarulAzhar*.
- Ahmad Rustam. (2016). DASAR- DASAR STATISTIK. Penerbit Putri Yolanda.
- Amalia, I. N., Pratama, B. P., & Agustin, I. J. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Tingkat Nyeri Arthritis Gout (Asam Urat). XV, 112– 119.
- Artini, K. S. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Terhadap Perilaku Swamedikasi Nyeri Yang Rasional Di Apotek Harish Farma Kabupaten Sukoharjo. *INPHARNMED Journal (Indonesian Pharmacy and Natural Medicine Journal)*. <https://doi.org/10.21927/inpharmmed.v4i2.1386>
- Badan Pusat Statistik. (2019). Statistik Penduduk Lansia. In *Statistik Penduduk Lanjut Usia di Indonesia 2019*.
- Bahrudin, M. (2018). PATOFISIOLOGI NYERI (PAIN). Sainika Medika. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- Fajarina, E. (2011). Analisis Pola Konsumsi Dan Pola Aktivitas Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Wanita Peserta Pemberdayaan Lansia Di Bogor. *Analisis Pola Konsumsi Dan Pola Aktivitas Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Wanita Peserta Pemberdayaan Lansia Di Bogor*.
- Fitriana, G. G., & Fayasari, A. (2020). POLA KONSUMSI SUMBER PURIN, AKTIVITAS FISIK DAN STATUS GIZI DENGAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DIPUSKESMAS KECAMATAN MAKASAR JAKARTA. *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*. <https://doi.org/10.20884/1.jgps.2020.4.1.2590>
- Fransisca, D., & Yusuf, R. N. (2018). Jurnal Kesehatan Medika Sainika. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika Volume*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Infodatin Lansia 2016. *Report*.
- Laksana, L. (2017). Pedoman Etika Penelitian. *Jurnal Etika Penelitian Universitas Katolik Atma Jaya*.
- Marlinda, R., & Putri, D. (2019). Penurunan Kadar Asam Urat Pasien Arthritis Gout. *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory*.
- Martsiningsi, & Otnel. (2016). Gambaran Kadar Asam Urat Darah Metode Basah (Uricase-PAP) Pada Sampel Serum dan Plasma. *Jurnal Teknologi*

Laboratorium.

- Nasir, M. (2019). Gambaran Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kampung Selayar Kota Makassar. *Jurnal Media Analisis Kesehatan*.
<https://doi.org/10.32382/mak.v8i2.842>
- Notoatmojo, S. (2010). Konsep perilkukesehatan. *Promosi Kesehatan, Teori Dan Aplikasi*.
- Nugraha, S. (2020). Prediktor Faktor Lingkungan Sosial untuk Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Rural dan Urban. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*.
<https://doi.org/10.52643/jukmas.v4i1.803>
- Purwandari, F., Rahmalia, S., & Sabrian, F. (2014). Efektifitas Terapi Aroma Lemon Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Laparatomi. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*.
- Putri, S. Q. D., Rahmayanti, D., & Diani, N. (2017). PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES JAHE TERHADAP INTENSITAS NYERIGOUT ARTRITIS PADA LANSIA DI PSTW BUDI SEJAHTERA KALIMANTAN SELATAN. *Dunia Keperawatan*. <https://doi.org/10.20527/dk.v5i2.4112>
- PUTRI, Y. S., & BAKTI, A. P. (2019). PENGARUH SENAM TERA TERHADAP NYERI SENDI LUTUT DI POSYANDU LANSIA USIA 60- 69.
- Radharani, R. (2020). Kompres Jahe Hangat dapat Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Gout Arthritis. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.349>
- Ratmawati, R. (2019). Aktivitas Fisik Dan Massa Otot Lansia Non Panti Di Pangkalpinang. *JURNAL KESEHATAN POLTEKKES KEMENKES RI PANGKALPINANG*.
<https://doi.org/10.32922/jkp.v6i2.61>
- Rusman, A. D. P., Andiani, D., & Fakultas Ilmu Kesehatan, U. (2017). EFEKTIFITAS PEMBERIAN JAHE HANGAT DALAM MENGURANGI FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I. *Prosiding Seminar Nasional*.
- Smeltzer & Bare. (2013). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner Suddarth Edisi 8. Jakarta: EGC. *EGC*.
- Sriwiyati, L., & Noviyanti, D. (2018). EFEKTIVITAS KOMPRES JAHE TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI SENDI PENDERITA ASAM URAT DI DESA TEMPUREJO DAN JURUG JUMAPOLO KARANGANYAR. *KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan*.
<https://doi.org/10.37831/jik.v6i1.143>
- Statistik, B. P. (2018). Profil Lansia Provinsi Jawa Tengah 2018. *Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah*. Sugiono. (2021). Metode Penelitian Kuliataatif. *Yuridis*.
- Tichavakunda, A. A. (2020). Black joy on white campuses: Exploring black students' recreation and celebration at a historically white institution. *Review of Higher Education*.
<https://doi.org/10.1353/rhe.2021.0003>
- Wiratna, S. (2014). Metodologi penelitian lengkap, praktis dan mudah dipahami. *Pt.Pustaka Baru*.
- Yuswantina, R., Vifta, R. L., & Susilo, J. (2019). Program Pendampingankader



Lanjut Usia Melalui Kegiatan Bina Keluarga Lansia Di Desa Lerep
Kecamatan Ungaran Barat. *Indonesian Journal of*