

**EFEKTIFITAS TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR JAHE HANGAT TERHADAP  
NYERI ARTHRITIS GOUT PADA LANSIA  
EFFECTIVENESS OF THERAPY SOAK THE FEET WITH WARM GINGER WATER  
FOR GOUTY ARTHRITIS PAIN IN THE ELDERLY**

**Yunita Liana**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada Palembang

Email : [yunitazaid@yahoo.com](mailto:yunitazaid@yahoo.com)

**Abstrak**

Penyakit degeneratif yang sering dialami oleh lansia salah satunya adalah *Arthritis gout*. *Arthritis gout* berdampak terhadap penurunan kualitas hidup lansia karena nyeri yang ditimbulkan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu terapi komplementer nyeri *Arthritis gout* adalah rendaman air hangat dimana secara konduksi terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan menurunkan ketegangan otot. Rendam kaki dapat dikombinasikan dengan bahan herbal salah satunya jahe. Rasa hangat pada jahe dapat memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah lancar. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektifitas terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat dan terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap skor nyeri *arthritis gout*. Rancangan penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design*. Penelitian dilakukan di Panti Tresna Werdha Teratai. Sampel dalam penelitian adalah lansia yang mengalami nyeri asam urat sebanyak 32 orang dengan teknik *total sampling*. Instrument penelitian *Numeric Rating Scale*. Uji statistik yang digunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann whitney U*. Hasil penelitian didapatkan ada perbedaan rerata skor nyeri *arthritis gout* antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat  $p\ value = 0,000$ . Ada perbedaan rerata skor nyeri *arthritis gout* antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat  $p\ value = 0,002$ . Hasil uji statistic dengan uji *Mann whitney U* didapatkan tidak ada perbedaan rerata skor nyeri *arthritis gout* sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat  $p\ value = 0,217$ . Hal ini dapat disimpulkan bahwa terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat mempunyai efektifitas yang sama dalam menurunkan nyeri *arthritis gout*.

**Kata kunci** : Terapi rendam kaki, Jahe hangat, *Arthritis gout*.

**Abstract**

*Degenerative diseases that are often experienced by the elderly one of them is gout arthritis. Arthritis gout has an impact on decreasing the quality of life of the elderly because the pain caused greatly disrupts daily activities. One of the complementary pain therapies for gouty arthritis is a warm water bath where conduction occurs when heat transfer from warm water to the body causes dilation of blood vessels and decreases muscle tension. Foot baths can be combined with herbal ingredients, one of which is ginger. Warmth in ginger can widen blood vessels so that blood flow is smooth. The aim of the study was to determine the effectiveness of foot soak therapy using warm ginger water and foot soak therapy using warm water against gouty arthritis pain scores. The design of the Pretest-Posttest Control Group Design study. The study was conducted at the Tresna Werdha Teratai Home. Samples in the study were 32 people who experienced gout pain as many as 32 people with total sampling technique. Numeric Rating Scale research instrument. Statistical test used Wilcoxon test and Mann whitney U test. The results showed that there were differences in mean arthritis gout pain scores between before and after being given foot soak therapy with warm ginger  $p\ value = 0,000$ . There is a difference in mean gouty arthritis pain scores between before and after being given foot soak therapy with warm water  $p\ value = 0.002$ . Statistical test results with Mann Whitney U test found no difference in mean gouty arthritis pain scores before and after being given foot soak therapy with warm ginger and foot soak therapy with warm water  $p\ value = 0.217$ . It can be concluded that foot bath therapy with warm ginger and foot soak therapy with warm water has the same effectiveness in reducing gouty arthritis pain.*

**Keywords:** *Foot bath therapy, warm ginger, gout arthritis*

## PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif yang sering dialami oleh lansia salah satunya adalah *Arthritis gout*. *Arthritis gout* berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang memicu peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia), yaitu jika kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,5 mg/dl. Timbulnya mendadak, pada sendi jari kaki dan sering terjadi pada malam hari (Junaidi, 2013).

Prevalensi penyakit *gout* pada populasi di Amerika diperkirakan 13,6/100.000 penduduk. Prevalensi ini meningkat seiring dengan meningkatnya umur. (Sukarmin, 2015). Di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 55-64 tahun sebanyak 45%, usia 65-74 tahun sebanyak 51,9%, usia  $\geq 75$  tahun sebanyak 54,8%. Angka ini menunjukkan bahwa penyakit asam urat nyeri akibat asam urat sudah sangat mengganggu aktivitas masyarakat Indonesia (Risikesdas, 2013).

Dampak nyeri *arthritis gout* yang dapat ditimbulkan ke lansia berupa menurunnya kualitas hidup lansia karena nyeri yang sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Muncul keluhan pada sendi dimulai dengan rasa kaku atau pegal pada pagi hari kemudian timbul rasa nyeri pada sendi di malam hari nyeri tersebut terjadi secara terus menerus sehingga sangat mengganggu lansia. (Santoso dkk, 2009). Tindakan pemberian obat farmakologi dapat digunakan untuk mencegah tingkat keparahan penyakit lebih lanjut seperti pemberian obat NSAID yang dapat digunakan untuk mencegah pembengkakan pada *gout* (Tjay & Kirana, 2002).

Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan untuk intervensi secara mandiri dan bersifat alami yaitu hidroterapi rendaman air hangat secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot. Hidroterapi rendam air hangat sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya mahal dan

tidak memiliki efek samping yang berbahaya. (Perry & Potter, 2006)

Terapi rendam kaki air hangat akan memberikan respon lokal terhadap panas melalui stimulasi ini akan mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus dirangsang, sistem efektor mengeluarkan signal yang mulai berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah diatur oleh pusat vasomotor pada medulla oblongata dari tangkai otak, dibawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah ke setiap jaringan bertambah, khususnya yang mengalami radang dan nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi pada jaringan yang meradang (Tamsuri, 2007).

Menurut penelitian yang dilakukan Sani dan Winarsih (2013), dengan judul perbedaan efektifitas kompres hangat dan kompres dingin terhadap skala nyeri pada klien *gout* di Wilayah Kerja Puskesmas Batang III Kab Batang didapatkan hasil bahwa rata-rata penurunan skala nyeri pada kompres hangat adalah 1,60 dan rata-rata penurunan skala nyeri pada kompres dingin adalah 1,05. Hal ini berarti kompres hangat lebih efektif untuk menurunkan nyeri pada penderita *arthritis gout*.

Rendam kaki dapat dikombinasikan dengan bahan-bahan herbal lain salah satunya jahe. Jenis-jenis jahe yang dikenal oleh masyarakat yaitu jahe emprit (jahe kuning), jahe gajah (jahe badak), dan jahe merah (jahe sunti). Jahe mengandung lemak, protein, zat pati, oleoresin dan minyak atsiri. Rasa hangat dan aroma yang pedas pada jahe disebabkan oleh kandungan minyak atsiri dan senyawa oleoresin. Rasa hangat pada jahe dapat memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah lancar (Kurniawati, 2010).

Berdasarkan penelitian Rusnoto dkk, 2015. Pemberian kompres hangat memakai jahe untuk meringankan skala nyeri pada pasien asam urat Di Desa Kedungwungu Kecamatan

Tegowanu Kabupaten Grobogan. Hasil penelitian diperoleh bahwa rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat memakai jahe adalah 6,00 (nyeri sedang), setelah dilakukan kompres hangat memakai jahe adalah 3,67 (nyeri ringan). dan hasil dari uji peringkat wilcoxon didapat bahwa nilai hasil p value 0.000 ( $p < 0.05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres hangat memakai jahe untuk meringankan skala nyeri pada pasien asam urat di desa Kedungwungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan.

Berdasarkan informasi dari hasil survey pendahuluan di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang, didapatkan data bahwa lansia yang menderita asam urat pada tahun 2016 sebanyak 26 lansia, pada tahun 2017 sebanyak 30 lansia, sedangkan pada tahun 2018 tercatat sebanyak 32 lansia. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti efektifitas terapi rendam kaki dengan air jahe hangat pada penderita *arthritis gout* pada lansia.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas terapi rendam kaki dengan air jahe hangat pada penderita *arthritis gout* pada lansia.

#### Tujuan Khusus

1. Mengetahui rata rata skor nyeri *arthritis gout* sebelum diberikan terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat dan terapi rendam kaki menggunakan air hangat.
2. Mengetahui rata-rata skor nyeri *arthritis gout* setelah diberikan terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat dan terapi rendam kaki menggunakan air hangat.
3. Mengetahui perbedaan rata rata skor nyeri *arthritis gout* sebelum diberikan terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat dan terapi rendam kaki menggunakan air hangat.
4. Mengetahui perbedaan rata rata skor nyeri *arthritis gout* setelah diberikan terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat dan terapi rendam kaki menggunakan air hangat.

5. Mengetahui efektifitas terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat dan terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap skor nyeri *arthritis gout*.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat umum mengenai efektifitas terapi rendam kaki dengan air jahe hangat sehingga jahe dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif tumbuhan obat sebagai analgesik atau obat untuk mengurangi rasa nyeri pada penderita *arthritis gout*.

#### METODE

Rancangan penelitian adalah *Pretest-Posttest Control Group Design*. Penelitian dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai. Sampel dalam penelitian adalah lansia yang mengalami nyeri asam urat sebanyak 32 orang dengan tehnik pengambilan sampel adalah *total sampling*. Instrument yang digunakan untuk mengukur nyeri adalah kuisioner *Numeric Rating Scale*. Cara pengumpulan data pada penelitian ini adalah observasi eksperimental yaitu observasi yang dilakukan pada hasil perlakuan. Peneliti menanyakan lansia dengan cara wawancara skala nyeri yang dirasakan saat ini dengan pedoman lembar penilaian skala Nyeri NRS. Penilaian skala nyeri dilakukan sebelum perlakuan (*pretest*) dan setelah perlakuan (*posttest*).

Prosedur penelitian adalah sebagai berikut ; Pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol peneliti mengukur skala nyeri yang dialami responden sebelum intervensi, responden melingkari angka pada lembar penilaian skala nyeri NRS (*pretest*). Pada kelompok eksperimen diberikan terapi rendaman kaki menggunakan air jahe hangat selama 15 menit. Pada kelompok kontrol diberikan terapi rendam kaki menggunakan air hangat selama 15 menit, kemudian diukur kembali intensitas nyerinya (*posttest*). Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Wilcoxon* dan uji *Mann whitney U*.

**HASIL DAN PEMBAHASAN****Rerata Skor nyeri *Arthritis Reumatoid Gout* sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat.****Tabel 1**

Rerata skor nyeri *Arthritis Gout* sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat.

Perlakuan	Rerata skor nyeri pre ± SD	Min	Maks
Rendam kaki dengan jahe hangat.	5,40 ± 0,73	4	6
Rendam kaki dengan air hangat	5,33 ± 0,61	4	6

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa rerata skor nyeri sebelum diberikan rendam kaki dengan jahe hangat didapatkan rerata yang hampir sama dengan diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat. Rerata skor sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat rerata nyeri 5,40 ± 0,73 dengan skor minimum 4 dan skor maksimum 6 sedangkan rerata skor nyeri sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat 5,33 ± 0,61 dengan skor minimum 4 dan skor maksimum 6.

Penyakit asam urat paling utama yaitu nyeri, kekakuan dan pembengkakan sendi, gangguan gerak sendi, serta kelemahan otot, gangguan fungsi hal yang menjenuhkan dan tidak jelas batasnya. Nyeri ini diperburuk ketika melakukan aktifitas yang melibatkan persendian dan akan mereda ketika istirahat. Nyeri sendi biasanya dipagi hari disertai dengan bengkak, kemerahan diarea yang sakit, dan kelemahan (Rusnoto,2012).

Hal ini didukung oleh penelitian Putri dkk, (2013) dapat diketahui bahwa sebelum dilakukan kompres jahe hangat didapatkan rata-rata skala nyeri arthritis gout yang dialami keseluruhan responden 4,90 dengan nilai standar deviasi 1,071. Dari nilai rata-

rata tersebut dapat kita ketahui tingkat intensitas nyeri yang paling banyak dialami lanjut usia dengan kriteria nyeri interval 4-6.

Menurut asumsi peneliti nyeri yang dirasakan oleh responden berada pada kategori sedang, skor nyeri yang dirasakan oleh lansia tergantung dari persepsi masing masing responden dalam menginterpretasikan nyeri yang dirasakan pada saat pengukuran skala nyeri berlangsung. Nyeri arthritis gout akan sangat dirasakan pada kondisi cuaca yang dingin dan pada pagi hari.

**Rerata Skor nyeri *Arthritis Gout* setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat.**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai rerata skor nyeri *arthritis gout* sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2.**

Rerata skor nyeri *Arthritis Gout* sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat

Perlakuan	Rerata skor nyeri post ± SD	Min	Mak
Rendam kaki dengan jahe hangat.	3,60 ± 0,91	2	5
Rendam kaki dengan air hangat.	4,06 ± 0,79	3	5

Tabel. 2 di atas menunjukkan bahwa rerata skor nyeri setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat didapatkan rerata yang lebih rendah dibandingkan dengan yang diberikan pada terapi rendam kaki dengan air hangat . Terapi rendam kaki dengan jahe hangat didapatkan rerata skor nyeri 3,60 ± 0,91 dengan skor minimum 2 dan skor maksimum 5 sedangkan pada terapi rendam kaki dengan air hangat didapatkan rerata skor nyeri 4,06 ± 0,79 dengan skor minimum 3 dan skor maksimum 5.

Kompres hangat merupakan salah satu terbaik untuk mengatasi nyeri arthritis. Mengapa kompres hangat karena secara teoritis, ujung-ujung syaraf nyeri akan mengirimkan signal nyeri lebih sedikit ke dalam otak (saraf pusat) pada waktu dihangatkan. Kompres hangat menimbulkan efek vasolidatasi pembuluh darah sehingga meningkatkan aliran darah. Peningkatan aliran darah dapat menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamin, dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri lokal. Rendam kaki dapat dikombinasikan dengan bahan-bahan herbal lain salah satunya jahe. Rasa hangat pada jahe dapat memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah lancar (Kurniawati, 2010).

**Perbedaan Rerata Skor Nyeri *Arthritis Gout* Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki Dengan Jahe Hangat.**

**.Tabel 3.**

Perbedaan Rerata Skor Nyeri *Arthritis Gout* Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki Dengan Jahe Hangat.

Perlakuan	N	Rerata skor nyeri ± SD	p value
Skor Nyeri Sebelum	16	5,33 ± 0,61	0,002
Skor Nyeri Setelah	16	4,06 ± 0,79	

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan *uji wilcoxon* didapatkan ada perbedaan rerata skor nyeri antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat didapatkan *p value* = 0,000 (*p*<0,05). Skor nyeri antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat mengalami penurunan skor nyeri.

Menurut teori yang ada kompres jahe hangat ini bagus, karena dalam kandungan jahe bermanfaat untuk mengurangi nyeri karena jahe yang sifatnya hangat. Sifat hangat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksasi

otot sehingga proses inflamasi berkurang (Purwanto, 2016).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Anna (2016) yang meneliti tentang Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Hangat Memakai Parutan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Desa Taleti Dua Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. Didapatkan bahwa dapat disimpulkan kompres jahe hangat berpengaruh dalam penurunan intensitas nyeri arthritis gout pada responden lansia di desa taleti dua kecamatan mendolang kabupaten minahasa Tahun 2016, terbukti dengan nilai *p Value* = 0,000 (*p* < 0,05).

**Perbedaan Rerata Skor Nyeri *Arthritis Gout* Sebelum Dan Setelah Diberikan Diberikan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat.**

**Tabel 4.**

Perbedaan Rerata Skor Nyeri *Arthritis Gout* Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat.

Perlakuan	N	Rerata skor nyeri ± SD	p value
Skor Nyeri Sebelum	16	5,40 ± 0,73	0,000
Skor Nyeri Setelah	16	3,60 ± 0,91	

Tabel 4. di atas menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan *uji wilcoxon* didapatkan ada perbedaan rerata skor nyeri antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat didapatkan *p value* = 0,002 (*p*<0,05). Skor nyeri disminore antara sebelum dan setelah diberikan diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat mengalami penurunan skor nyeri.

Terapi rendam kaki air hangat akan memberikan respon lokal terhadap panas melalui stimulasi ini akan mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus dirangsang, sistem efektor mengeluarkan signal yang mulai berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah diatur oleh pusat vasomotor

pada medulla oblongata dari tangkai otak, dibawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah ke setiap jaringan bertambah, khususnya yang mengalami radang dan nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi pada jaringan yang meradang (Tamsuri, 2007).

### Efektifitas Terapi Rendam Kaki Dengan Jahe Hangat dan Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat pada Nyeri *Arthritis Gout*

Untuk melihat perbandingan efektifitas terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 5**

Efektifitas Terapi Rendam Kaki Dengan Jahe Hangat Dan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Pada Nyeri *Arthritis Gout*

Perlakuan	n	Nilai Median	Min-Mak	p value
Terapi rendam kaki dengan jahe hangat.	16	4	2 – 5	0,217
Terapi rendam kaki dengan air hangat	16	4	3 – 5	

Tabel 5 di atas menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan *uji Mann Whitney U* didapatkan tidak ada perbedaan rerata skor nyeri *arthritis gout* sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat didapatkan  $p\ value = 0,217$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini dapat disimpulkan bahwa terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat mempunyai efektifitas yang sama dalam menurunkan nyeri *arthritis gout*.

Dalam sebuah uji klinis bahwa dapat disimpulkan jahe ternyata dapat menghilangkan rasa sakit, meningkatkan pergerakan pada sendi serta membantu mengurangi peradangan disendi dan membuang tumpukan asam urat dengan memperlancar sirkulasi darah. Manfaat jahe

yang lainnya juga dapat untuk membantu meredakan nyeri pada punggung dan sakit kepala seperti migrain (Suparni & wulandari, 2011).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Rusnoto (2015) yang meneliti tentang Pemberian Kompres Hangat Memakai Jahe Untuk Meringankan skala Nyeri Pada Lansia Asam Urat Di Desa Kedungwungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan. Didapatkan bahwa dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri arthritis gout pada lansia dengan rata-rata penurunan nyeri yang dirasakan setelah dilakukan kompres jahe hangat 1,95 dan nilai p value signifikan  $0,000 < \alpha < 0,05$ . Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri arthritis gout pada lansia.

Berdasarkan asumsi peneliti berpendapat bahwa penelitian sebelum dan sesudah dilakukan diberikan terapi rendam kaki dengan menggunakan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat pada tingkat skala nyeri ada pengaruh dan mengalami penurunan dengan hasil yang diperoleh tingkat nyeri dari sedang menjadi ringan dengan sikap dari responden itu sendiri sebelum dilakukan kompres hangat komunikatif meskipun hanya sekedar menjawab beberapa pertanyaan yang diberikan. Ekspresi yang dilihat juga saat penelitian bahwa semua responden yang mengalami nyeri tampak meringis dan masih dapat mengikuti perintah dan tindakan yang dilakukan.

### KESIMPULAN

1. Rerata skor nyeri sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat  $5,40 \pm 0,73$  dengan skor minimum 4 dan skor maksimum 6 sedangkan rerata skor nyeri sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat  $5,33 \pm 0,61$  dengan skor minimum 4 dan skor maksimum 6.
2. Rerata skor nyeri setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat  $3,60 \pm$

- 0,91 dengan skor minimum 2 dan skor maksimum 5 sedangkan rerata skor nyeri setelah diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat  $4,06 \pm 0,79$  dengan skor minimum 3 dan skor maksimum 5.
3. Ada perbedaan rerata skor nyeri *arthritis gout* antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat didapatkan  $p\text{ value} = 0,000$
  4. Ada perbedaan rerata skor nyeri *arthritis gout* antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat didapatkan  $p\text{ value} = 0,002$ .
  5. Tidak ada perbedaan rerata skor nyeri *arthritis gout* sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat didapatkan  $p\text{ value} = 0,217$ , hal ini dapat disimpulkan bahwa terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat mempunyai efektifitas yang sama dalam menurunkan nyeri *arthritis gout*.

## SARAN

### 1. Bagi Institusi Kesehatan

Bagi institusi kesehatan, hasil penelitian ini dapat memperluas pengetahuan tentang penanganan nyeri *arthritis gout* yaitu terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat sehingga diharapkan terapi tersebut dapat menjadi salah satu intervensi pemberian asuhan keperawatan.

### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan khususnya keperawatan, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan tentang penanganan nyeri *arthritis gout* yaitu terapi rendam kaki dengan jahe hangat dan terapi rendam kaki dengan air hangat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fitriana, P., Handayani, L.T., Huda, M.A. (2017). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Pemenuhan Tidur Pada Pasien Preoperatif Di RSUD Dr. H. Koesnadi. *Jurnal Kesehatan* Vol. 5. No. 2. Mei-Agustus 2017. <http://fikes.unmuhjember.ac.id/index.php/id/>
- Hidayat, A.A.A. (2015), *Keterampilan Dasar Praktik Klinik*. Jakarta: Salemba Medika
- Junaidi, I. (2013). *Rematik dan Asam Urat*. Jakarta: Bhuana Ilmu Popule.
- Kurniawati, N. (2010). *Sehat dan Cantik Alami Berkat Khasiat Bumbu Dapur*. Bandung: Qanita
- Maryam, R. Siti & dkk (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika.
- Mumpuni & Wulandari, (2016), *Cara Jitu Mengatasi Asam Urat*, Yogyakarta: Rapha publishing
- Fajriyah, N., Sani, A.T.K & Winarsih. (2013). Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Prodi Keperawatan STIKES Muhammadiyah Pekajangan . *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)* Vol V, No 2, September 2013.
- Potter, P.A., & Perry, A.G. (2006). *Fundamentl Keperawatan Edisi 4 Volume 2*. Jakarta: EGC
- Padila. (2013), *Keperawatan Gerontik*, Yogyakarta :Nuha Medika
- Riskesdas. (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan RI. <http://www.depkes.go.id> (diakses 23 Mei 2018)
- Rusnoto, Noor Cholifah, Indah Retnosari. 2015. Pemberian Kompres Hangat Memakai Jahe Untuk Meringankan Skala Nyeri Pada Pasien Asam Urat Di Desa Kedungwungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan. *JIKK* Vol. 6 No. 1 Januari 2015.

**Seminar Nasional Keperawatan “Tren Perawatan Paliatif sebagai Peluang Praktik Keperawatan Mandiri”**

- Santoso, Hanna dan Ismail, A. 2009. Memahami krisis lanjut usia : uraian medis dan pedagogis-pastoral, Jakarta: Gunung Mulia. Jurnal Ilmiah STIKES Kendal Volume 6 No2, Ha 145-53, Oktober 2016
- Sani, A.T & Winarsih. (2013). Perbedaan Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Skala Nyeri pada Klien Gout di Wilayah Kerja Puskesmas Batang III Kab Batang. Diakses dari: [www.eskripsi.stikesmuhpkj.ac.id](http://www.eskripsi.stikesmuhpkj.ac.id). Pada tanggal 24 Mei 2018
- Suparmin. 2015. Faktor – faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah Pasien Gout di Desa Kedungwinong Sukolilo Pati Yogyakarta. <http://download.portalgaruda.org/article.php?> (diakses pada tanggal 22 Mei 2018 jam 10.40 wib)
- Setyaningrum, H.D., & Saparinto, C. (2013). Jahe. Jakarta: Penebar swadaya
- Selawati, Lestari Eko Darwati, Santoso Tri Nugraha. Kompres hangat jahe atau tanpa jahe menurunkan nyeri sendi lutut lansia. Jurnal Ilmiah Permas: Suparni & Wulandari (2013), *Manfaat dan khasiat sehat* –Yogyakarta : Rapha Publishing.
- Tamsuri, A. (2007). Konsep & Penatalaksanaan Nyeri, Jakarta : EGC
- Tjay, Tan H & Kirana Rahardja. 2002. Obat-obat penting edisi 5, Jakarta: Gramedia.