

## **PENERAPAN KOMPRES HANGAT SEREH (*CYMBOPOGON CITRATUS*) PADA NY. S SEBAGAI UPAYA PENURUNAN INTENSITAS NYERI DENGAN GOUT ARTHRITIS PADA LANSIA DI DESA SUKOREJO**

**Oktantianis Fatria Yustita<sup>1\*</sup>, Dian Ratna Elmaghfuroh<sup>2</sup>**

Program Studi DIII Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah  
Jember, Indonesia

E-mail: [oktayustita@gmail.com](mailto:oktayustita@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [dianelma@unmuhjember.ac.id](mailto:dianelma@unmuhjember.ac.id)<sup>2</sup>

### **Abstract**

*Background: Gout arthritis is a common degenerative disease in the elderly, characterized by elevated blood uric acid levels and severe joint pain. Non-pharmacological therapies such as warm compresses with lemongrass (*Cymbopogon citratus*) are known to have anti-inflammatory and analgesic effects that can help reduce pain intensity. This study aims to describe the application of warm compresses with lemongrass to Mrs. S as an effort to reduce pain intensity in gouty arthritis. This study used a descriptive case study method on one elderly subject in Sukorejo Village, Bondowoso Regency. The intervention, which included warm compresses with lemongrass, was carried out for five consecutive days, with a duration of approximately 5 minutes each day. Results: Measurement of pain intensity using the Numeric Rating Scale showed a decrease in pain from 6 (moderate pain). This decrease indicates that warm compress therapy with lemongrass is effective in reducing pain in gouty arthritis. Conclusion: This therapy also provides an alternative herbal-based nursing intervention that is easy to apply, safe, and beneficial in improving the comfort of the elderly.*

**Keywords: Gout Arthritis, Elderly, Joint Pain, Warm Compresses With Lemongrass, Non-Pharmacological Therapy.**

### **Abstrak**

*Gout arthritis merupakan salah satu penyakit degeneratif yang umum dialami oleh lansia, ditandai dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah dan gejala nyeri hebat pada persendian. Terapi non-farmakologis seperti kompres hangat serreh (*Cymbopogon citratus*) diketahui memiliki efek antiinflamasi dan analgetik yang dapat membantu mengurangi intensitas nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan kompres hangat serreh pada Ny. S sebagai upaya menurunkan intensitas nyeri dengan kasus gout arthritis. Penelitian ini menggunakan Metode: studi kasus deskriptif pada satu subjek lansia di Desa Sukorejo, Kabupaten Bondowoso. Intervensi berupa kompres hangat serreh dilakukan selama lima hari berturut-turut, dengan durasi  $\pm 5$  menit setiap harinya. Hasil: pengukuran intensitas nyeri menggunakan Numeric*

### **Article history**

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism checker no 254

Doi : prefix doi :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Rating Scale menunjukkan penurunan skala nyeri dari 6 (nyeri sedang). Penurunan ini mengindikasikan bahwa terapi kompres hangat sereh efektif dalam mengurangi nyeri pada kasus gout arthritis. Kesimpulan: Terapi ini juga memberikan alternatif intervensi keperawatan berbasis herbal yang mudah diaplikasikan, aman, dan bermanfaat dalam meningkatkan kenyamanan lansia.

**Kata Kunci: Gout Arthritis, Lansia, Nyeri Sendi, Kompres Hangat Sereh, Terapi Non- Farmakologis.**

## **PENDAHULUAN**

Lansia merupakan tahap lanjut kehidupan setelah masa dewasa yang ditandai dengan kemunduran fungsi fisik, mental, maupun sosial secara bertahap, hingga akhirnya dapat menyebabkan ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Lansia umumnya mengalami berbagai gejala akibat penurunan fungsi biologis, yang memicu perubahan pada sistem indra, kardiovaskuler, respirasi, gastrointestinal, perkemihan, reproduksi, serta aspek psikososial dan ekonomi. Seiring bertambahnya usia, fungsi fisiologis tubuh mengalami penurunan yang meningkatkan risiko munculnya berbagai masalah kesehatan, termasuk penyakit degenerative (Fahri et al., 2022). Salah satu masalah kesehatan yang umum dialami lansia adalah gout arthritis, yakni peradangan sendi akibat penumpukan kristal asam urat yang memicu nyeri hebat. Data Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi gout arthritis terus meningkat seiring bertambahnya usia, dengan angka tertinggi pada kelompok usia  $\geq 75$  tahun mencapai 18,9%, sedangkan penduduk lansia di Jawa Timur sendiri telah mencapai 13,57% dari total populasi (BPS, 2022).

Adapun penanganan *Gout Arthritis* yg bisa dilakukan yaitu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu metode non-farmakologi yang telah banyak diteliti adalah pemberian kompres hangat berbahan herbal seperti sereh (*Cymbopogon citratus*). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kompres hangat sereh efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada penderita arthritis. Studi-studi sebelumnya banyak mengkaji penerapan kompres sereh dalam desain kuasi-eksperimen pada kelompok besar, baik untuk menguji efektivitas tunggal maupun membandingkannya dengan bahan herbal lain seperti jahe dan kayu manis. Pendekatan ini penting untuk membuktikan signifikansi efek terapi secara statistik, namun cenderung kurang menggambarkan penerapan praktisnya secara individu di lingkungan keluarga.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini memfokuskan pada penerapan kompres hangat sereh melalui pendekatan studi kasus individu pada Ny. S, seorang lansia dengan kasus gout arthritis. Kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatan deskriptif yang menitikberatkan pada praktik langsung penerapan terapi non-farmakologi berbasis herbal di tingkat rumah tangga, yang diharapkan dapat memberikan gambaran lebih aplikatif dan dapat diadaptasi oleh keluarga sebagai alternatif penanganan nyeri secara mandiri. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan kompres hangat sereh pada Ny. S sebagai upaya menurunkan intensitas nyeri dengan kasus gout arthritis.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis studi kasus deskriptif berupa dengan mendeskripsikan penerapan terapi kompres hangat sereh pada lansia dengan kasus nyeri arthritis gout. Subyek dalam studi kasus ini adalah satu klien lansia dengan adanya intensitas nyeri yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yaitu lansia yang tinggal di daerah desa sukorejo, rentang usia 60-70 tahun, lansia yang mengalami arthritis gout, tidak memiliki luka terbuka dan infeksi pada area kaki, tidak mengalami gangguan mental serta bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu lansia yang mengalami luka atau infeksi pada kaki, lansia yang mengalami alergi terhadap bahan sereh atau kulit sensitive terhadap suhu panas, lansia yang mengalami cedera traumatik, lansia yang mengalami perdarahan aktif, lansia yang mengalami gangguan kulit yang menyebabkan kemerahan atau lepuh, serta lansia yang tidak bersedia menjadi responden atau tidak kooperatif dalam menjalani terapi kompres hangat sereh.

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan meliputi (1) lembar pengkajian yang memuat data identitas, riwayat penyakit, dan kondisi fisik awal untuk menilai kelayakan subjek dalam menerima intervensi kompres hangat sereh; (2) Standar Operasional Prosedur (SOP) Kompres Hangat Sereh yang memberikan panduan sistematis pelaksanaan terapi mulai dari persiapan alat, prosedur pemberian, hingga durasi dan frekuensi pelaksanaan; serta (3) lembar evaluasi implementasi kompres hangat sereh untuk menilai perubahan intensitas nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dengan rentang skor 0-10, di mana skor 0 menunjukkan tidak ada nyeri dan skor 10 menunjukkan nyeri paling hebat yang dirasakan pasien.

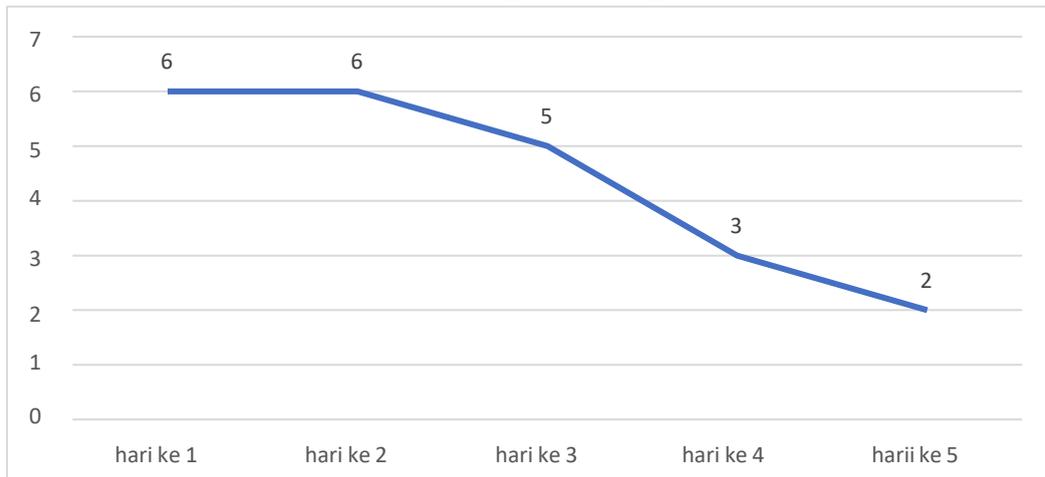
## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **a. HASIL**

Pengkajian yang telah dilakukan pada tanggal 25 Mei 2025 di dapatkan data pasien bahwa Ny. S mengalami gout Arthritis sejak lebih dari satu tahun yang lalu. Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. S di dapatkan data keluhan utama yaitu nyeri pada kedua lututnya saat sedang beraktivitas dan jari-jari tangannya sering merasa kesemutan apabila dalam suhu dingin. Hasil pengkajian yang didapatkan dari data subjektif bahwa Ny. S mengeluh nyeri pada kedua lutut kakinya nyeri dirasakan seperti pegal-pegal dengan skala nyeri 6 (dari 1-10), waktunya hilang timbul P : pasien mengatakan nyeri di kedua lutut kakinya, Q : nyeri seperti pegal-pegal, R : pada bagian lutut, S : skala nyeri 6, T : nyeri dirasakan hilang timbul. Selain nyeri di kedua lututnya, klien juga mengatakan sering mengalami kesemutan di jari-jari tangannya apabila terkena suhu dingin saat pagi hari. Upaya yang telah dilakukan oleh keluarga dan klien yaitu klien sudah beberapa kali melakukan kompres hangat namun hanya menggunakan air hangat biasa tanpa tambahan bahan-bahan alami seperti sereh dan klien mengatakan tetap tidak ada perubahan dalam penurunan nyerinya.

Setelah dilakukan Pemeriksaan Nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) Penerapan kompres hangat sereh dilakukan selama 5 hari, bertempat di desa sukorejo, kec. Sumberwringin kab. Bondowoso. Penerapan ini dilakukan secara aktif selama 5 menit setiap sesi. Selama proses penerapan dilakukan pemantauan terhadap intensitas nyeri. Hasil observasi menunjukkan bahwa skala nyeri yang dirasa oleh klien berada pada skala 6 (nyeri sedang) pada hari pertama hingga hari kedua skala nyeri berada di skala 6. Pada hari ketiga hingga hari

kelima, terdapat penurunan skala nyeri menjadi skala 2 (nyeri ringan). Data ini menunjukkan adanya penurunan skala nyeri pada klien dengan kasus gout arthritis.



**Gambar 1. Perkembangan skala nyeri Ny. S setelah dilakukan kompres hangat sereh**

Berdasarkan gambar 1. menunjukkan perkembangan skala nyeri lansia Ny. S mengalami penurunan dari hari ketiga sampai hari ke lima setelah dilakukan tindakan kompres hangat sereh.

## **b. PEMBAHASAN**

Hasil pengkajian pada Ny. S yang menderita gout arthritis menunjukkan keluhan nyeri pada kedua lutut dengan skala nyeri 6 (sedang) dan kesemutan pada jari-jari tangan. Nyeri dirasakan semakin meningkat saat beraktivitas dan ketika cuaca dingin. Riwayat penyakit menunjukkan bahwa klien telah mengalami gout selama lebih dari satu tahun, dan masih mengonsumsi makanan tinggi purin seperti kacang-kacangan dan jeroan. Pemeriksaan fisik menunjukkan kekuatan otot ekstremitas atas (kanan dan kiri) sebesar 5 dan ekstremitas bawah sebesar 4. Tidak ditemukan edema, luka, atau riwayat jatuh, namun nyeri tetap dirasakan pada kedua lutut. Kondisi ini sejalan dengan Perhimpunan Reumatologi Indonesia (2018), yang menyatakan bahwa gout arthritis ditandai oleh peningkatan kadar asam urat dalam darah (normal pada wanita: 2,4-6,0 mg/dL). Gejala khas berupa nyeri sendi yang mengganggu aktivitas juga didukung oleh temuan Nopriani & Riadi (2024). Menurut PPNI (2016), nyeri kronis ditandai oleh gejala mayor seperti keluhan nyeri, ekspresi wajah meringis, dan kegelisahan, serta gejala minor seperti sikap protektif. Berdasarkan data tersebut, nyeri pada Ny. S disebabkan oleh kombinasi berbagai faktor, terutama pola makan yang tidak sesuai. Oleh karena itu, intervensi keperawatan tidak hanya berfokus pada pemberian kompres hangat, tetapi juga harus disertai edukasi tentang pentingnya menghindari makanan tinggi purin guna mencegah peningkatan kadar asam urat.

Penerapan kompres hangat sereh pada Ny. S yang mengalami nyeri akibat gout arthritis menunjukkan penurunan nyeri secara bertahap. Intervensi dilakukan satu kali sehari selama lima menit dalam lima hari berturut-turut. Pada hari pertama dan kedua, skala nyeri masih berada pada angka 6, menunjukkan bahwa efek terapeutik belum signifikan. Hal ini sejalan dengan temuan Maula (2023), yang menyebutkan bahwa kompres hangat sereh selama tujuh hari berturut-turut dengan durasi 15 menit lebih efektif dalam menurunkan nyeri. Kandungan minyak atsiri dalam sereh memiliki

efek antiinflamasi, analgetik, serta meningkatkan sirkulasi darah, yang berperan dalam mengurangi nyeri otot dan sendi (Arif et al., 2023). Mulai hari ketiga, skala nyeri menurun menjadi 5, kemudian menjadi 3 pada hari keempat, dan mencapai skala 2 pada hari kelima. Penurunan ini mengindikasikan bahwa kompres hangat sereh memberikan efek positif dalam mengurangi nyeri pada pasien dengan gout arthritis.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan implementasi yang telah dilakukan penulis pada Ny. S yang memiliki nyeri dengan kasus gout arthritis di Desa Sukorejo dapat disimpulkan bahwa Lansia dengan kasus gout arthritis mengalami nyeri skala 6 diinterpretasikan nyeri sedang. Kompres hangat sereh efektif dalam menurunkan nyeri dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 2 (nyeri ringan) dalam waktu 5 hari.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anggraeni, D. I., & Susilowati, T. (2022). Penerapan Kompres Serai Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia Di Pacitan. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 2(2), 59-65. <https://doi.org/10.47701/dutamedika.v2i2.2313>
- Anggraini, D. (2021). Penerapan Terapi Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis: Literature Review. *Lentera Perawat*, 2(1), 1-7. <https://www.neliti.com/publications/410082/penerapan-terapi-kompres-jahe-terhadap-penurunan-nyeri-pada-pasien-gout-arthritis>
- Arif, A. Z., Rofiki, S., & Amilia, Y. (2023). Kompres Serai Hangat Dapat Menurunkan Nyeri Akut Gout Arthritis: Studi Kasus. *Indonesian Health Science Journal*, 3(1), 7-11. <https://doi.org/10.52298/ihsj.v3i1.34>
- Basuni, H. L., Artikel, I., Effect, T., Warm, O., Compress, L., Relieving, I., Arthritis, R., In, P., Elderly, T., Gelem, I., Village, W. L., & Subdistrict, W. (2024). NYERI RHEUMATOID ARTHRITIS PADA LANSIA DI DUSUN GELEM DESA WANASABA LAUK KECAMATAN WANASABA. 19, 88-91.
- Elmaghfuroh, D. R., & Wahyudi, Y. (2019). Terapi Kombinasi Terhadap Nyeri Akut Abdomen di RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan Jawa Timur. *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology*, 2(1), 120-124. <https://doi.org/10.33084/bjmlt.v2i1.1090>
- Fahri, A., Iriani, R., & Natalia, F. (2022). Pelayanan Kesehatan Lansia Untuk Tingkat Nyeri Dengan Gout Arthritis. *Prosiding Seminar Nasional Poltekkes Jakarta III*, 46-52.
- Fitriani, R., Azzahri, L. M., Nurman, M., & Hamidi, M. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Usia Dewasa 35-49 Tahun. *Jurnal Ners*, 5(23), 20-27. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Hidayat, M., Widyyati, M. L. I., & Jatimi, A. (2024). Penanganan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis dengan Menggunakan Kompres Jahe. *Indonesian Health Science Journal*, 4(1), 15-20. <https://doi.org/10.52298/ihsj.v4i1.54>
- Ima, I., & Lina, M. (2022). Praktek Feminine Hygiene Remaja. *Jmns*, 4(1), 46-53. <https://doi.org/10.57170/jmns.v4i1.76>
- Indrayani et al. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Lansia Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Gout Atritis. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Dan Kebidanan*, 01(1), 27-33.

- Kasus, S., Keperawatan, A., Pada, K., & Rheumatoid, K. (2024). Studi Kasus Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Kasus Rheumatoid Arthritis untuk Mengurangi Nyeri Kronis Melalui Pemberian Terapi Kompres Hangat Jahe dan Serai 1. 03(03), 127-135.
- Maula, L. H., & Ulfah, M. (2023). Implementasi Pemberian Kompres Hangat Daun Kelor terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia dengan Gout Arthritis di Desa Dawuhan, Padamara, Purbalingga. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4(1), 37-41.
- Nopriani, Y., & Riadi, E. S. (2024). Perbandingan Kompres Hangat Jahe Merah (*Zinger Officinale* Varietas *Rubrum*) Dan Serai (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Skala Nyeri Arthritis Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5 (2), 4898-4909.
- 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>
- Salsabila, F. (2023). Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Serai dan Kayu Manis Terhadap Nyeri Pada Lansia Dengan Kadar Asam Urat Tinggi Di Panti Turusgede Rembang. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Widiyanto, A., Pradana, A. K., Hidayatullah, F., Atmojo, T. J., Putra, S. N., & Fajriah, S. A. (2020). The Effectiveness of Warm Compress of Moringa Leaves Against Uric Acid Pain in the Elderly in Kenteng, Nogosari, Boyolali. *Journal of HealthResearch*, 3(2), 103-113. <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/avicenna/article/view/422>