

IMPLEMENTASI KOMPRES AIR HANGAT JAHE SEBAGAI UPAYA PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA LANSIA NY. S DENGAN GOUT ARTHRITIS DI KELURAHAN JEMBER LOR KABUPATEN JEMBER

Safira Putri Maharani^{1*}, Dian Ratna Elamagfuroh²

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

E-mail: safiraputrimaharani21@gmail.com^{1*}, dianelma@unmuhjember.ac.id²

Abstract

Background: The aging process leads to a decline in various body systems, including the musculoskeletal system. Elderly individuals with gout arthritis are prone to joint pain due to uric acid crystal buildup, which interferes with daily activities and lowers quality of life. Non-pharmacological therapy such as warm ginger compress is considered a safe alternative due to ginger's natural anti-inflammatory and analgesic compounds. Objective: To describe the implementation of warm ginger compress as an effort to reduce pain intensity in elderly patients with gout arthritis. Method: This study used a descriptive case study design involving Mrs. S, an elderly woman experiencing severe joint pain in her foot due to gout arthritis. The intervention was carried out for three consecutive days, twice daily, for 15-20 minutes using boiled ginger water. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). Result: On the first day, the pain scale was 7 (severe pain), reduced to 5 (moderate pain) on the second day, and further decreased to 3 (mild pain) on the third day. This showed a gradual reduction in pain intensity following the application of the warm ginger compress. Discussion: Warm ginger compress provides a warming effect, promotes vasodilation, improves blood circulation, and reduces pain-inducing substances such as prostaglandins. Active compounds in ginger, such as gingerol and shogaol, also contribute to the anti-inflammatory process, effectively lowering pain intensity. Conclusion: Warm ginger compress is effective as a non-pharmacological therapy in gradually reducing pain intensity in elderly patients with gout arthritis over three days.

Keywords: Elderly, Ginger, Gout Arthritis, Pain, Warm Compress.

Abstrak

Latar Belakang: Proses penuaan menyebabkan penurunan fungsi sistem tubuh, termasuk sistem muskuloskeletal. Lansia dengan gout arthritis rentan mengalami nyeri sendi akibat penumpukan asam urat yang mengganggu aktivitas harian dan menurunkan kualitas

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/)

hidup. Terapi non-farmakologis seperti kompres air hangat jahe dapat menjadi alternatif yang aman karena kandungan senyawa aktif dalam jahe bersifat antiinflamasi dan analgesik. Tujuan: Mendeskripsikan implementasi kompres air hangat jahe sebagai upaya penurunan intensitas nyeri pada lansia dengan gout arthritis. Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif pada Ny. S, seorang lansia dengan keluhan nyeri hebat pada sendi kaki akibat gout arthritis. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut, satu kali sehari, selama 15-20 menit menggunakan air rebusan jahe. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan menggunakan skala Numeric Rating Scale (NRS). Hasil: Hari pertama skala nyeri adalah 5 (nyeri sedang), hari kedua menurun menjadi 3 (nyeri ringan), dan hari ketiga menjadi 2 (nyeri ringan). Hal ini menunjukkan adanya penurunan nyeri secara bertahap setelah pemberian kompres air hangat jahe. Pembahasan: Kompres air hangat jahe memberikan efek hangat, meningkatkan vasodilatasi, memperlancar aliran darah, serta mengurangi zat pemicu nyeri seperti prostaglandin. Kandungan gingerol dan shogaol dalam jahe juga berperan dalam proses antiinflamasi sehingga mendukung penurunan intensitas nyeri secara signifikan. Kesimpulan: Kompres air hangat jahe efektif digunakan sebagai terapi non-farmakologis dalam menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan gout arthritis secara bertahap dalam tiga hari.

Kata Kunci: Gout Arthritis, Jahe, Kompres Hangat, Lansia, Nyeri.

PENDAHULUAN

Penuaan adalah proses alami yang berlangsung perlahan dan memengaruhi aspek fisik, psikologis, dan sosial manusia. Seiring bertambah usia, fungsi organ tubuh menurun sehingga lansia lebih rentan terhadap masalah kesehatan, salah satunya gout arthritis. Penyakit ini termasuk radang sendi akibat penumpukan kristal asam urat yang memicu nyeri tajam, bengkak, dan keterbatasan gerak, terutama pada sendi perifer seperti ibu jari kaki atau lutut (Azizah & Nurhidayati, 2023). Nyeri gout arthritis bersifat akut dan episodik, berbeda dengan osteoarthritis yang bersifat kronis dan progresif (Rahmawati & Kusnul, 2021). Prevalensi gout arthritis meningkat pada populasi lansia di Indonesia, yang sejak 2021 termasuk negara dengan struktur penduduk menua, dengan 1 dari 10 orang tergolong lansia (Febrianyah & Elmaghfuroh, 2024). Lansia usia 55-64 tahun memiliki prevalensi gout arthritis sekitar 45%, dan meningkat hingga 54,8% pada usia di atas 75 tahun (Sari et al., 2022).

Lansia adalah individu berusia 65 tahun ke atas yang mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial akibat penurunan fungsi organ (Amalia & Fatoni, 2021). Menurut WHO, lansia terbagi menjadi usia paruh baya (45-59 tahun), lansia (60-74 tahun), lansia lanjut (75-90 tahun), dan usia sangat lanjut (>90 tahun) (Safitri & Utami, 2019). Lansia juga memiliki beragam tipe kepribadian, seperti konstruktif, mandiri, tergantung, bermusuhan, defensif, hingga menyalahkan diri sendiri (Afriansyah & Santoso, 2020). Perubahan pada lansia meliputi fisik, seperti penurunan fungsi sistem imun, metabolisme, saraf, dan pencernaan, serta psikososial dan emosional, seperti kecemasan, stres, atau perubahan peran sosial (Afriansyah & Santoso, 2020).

Gout arthritis adalah peradangan sendi akibat akumulasi kristal monosodium urat dari metabolisme purin. Hiperurisemia, yaitu kadar asam urat yang melebihi 7 mg/dl pada pria dan 6 mg/dl pada wanita, menjadi faktor utama (Aminah et al., 2022). Penyebabnya bisa primer (idiopatik) atau sekunder seperti gangguan ekskresi asam urat (Rianti & Kustanti, 2021). Gejala utamanya adalah nyeri sendi mendadak dan intens, biasanya pada satu sendi seperti ibu jari kaki, disertai bengkak dan kemerahan (Afnuhazi, 2019). Penumpukan asam urat juga memicu komplikasi lain seperti batu ginjal, disfungsi ginjal, bahkan penyakit kardiovaskular (Afnuhazi, 2019).

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan terkait kerusakan jaringan aktual atau potensial (Widyastuti et al., 2021). Nyeri dibagi menjadi akut (singkat, penyebab jelas) dan kronis (berlangsung >3 bulan) (A.A & Boy, 2020). Pengukuran intensitas nyeri dapat menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), Verbal Rating Scale (VRS), atau Wong-Baker Faces Scale (Widyastuti et al., 2021). Penatalaksanaan nyeri meliputi terapi farmakologis seperti NSAID dan urikosurik, serta terapi nonfarmakologis seperti diet rendah purin, kompres jahe, relaksasi, menjaga berat badan ideal, olahraga teratur, dan teknik pernapasan (Rianti & Kustanti, 2021).

Kompres hangat adalah terapi nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri dengan memberikan efek hangat yang meningkatkan aliran darah, mengurangi spasme otot, dan meredakan nyeri (Widyastuti et al., 2021). Kompres hangat jahe memanfaatkan kandungan gingerol yang bersifat antiinflamasi dan analgesik (Rahmawati & Kusnul, 2021). Jahe membantu menghambat enzim siklooksigenase sehingga menekan produksi prostaglandin penyebab nyeri (Safitri & Utami, 2019). Penggunaan kompres air jahe hangat selama 15-20 menit dua kali sehari terbukti menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan gout arthritis (Suryani et al., 2021).

Nyeri yang dialami lansia dapat menurunkan kualitas hidup secara signifikan karena mengganggu aktivitas sehari-hari, menyebabkan stres, bahkan depresi (Widyastuti et al., 2021). Penanganan nyeri pada gout arthritis umumnya bersifat farmakologis, seperti pemberian NSAID atau kolkisin (Rianti & Kustanti, 2021), namun obat-obatan ini tidak selalu aman untuk penggunaan jangka panjang pada lansia. Alternatif yang lebih aman adalah intervensi nonfarmakologis seperti kompres hangat jahe. Jahe mengandung gingerol, shogaol, dan zingeron yang bersifat antiinflamasi dan analgesik, serta membantu menghambat prostaglandin penyebab nyeri (Safitri & Utami, 2019). Terapi kompres jahe hangat mudah dilakukan, meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, dan memberikan efek relaksasi (Lutfiani & Baidhowy, 2022; Suryani et al., 2021). Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan implementasi kompres air hangat jahe dalam menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan gout arthritis.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif yang bertujuan mendeskripsikan secara detail penerapan terapi kompres air hangat jahe sebagai intervensi non-farmakologis untuk menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan gout arthritis. Subjek penelitian adalah satu orang lansia yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi lansia yang mengalami nyeri gout arthritis di kaki, tidak memiliki luka atau infeksi pada kaki, tidak menderita gangguan kognitif berat, serta bersedia berpartisipasi. Sedangkan kriteria eksklusi mencakup adanya luka terbuka, alergi terhadap jahe, gangguan kardiovaskular berat

seperti gagal jantung, atau ketidaksediaan untuk mengikuti terapi.

Fokus penelitian diarahkan pada pengukuran efektivitas kompres air hangat jahe dalam menurunkan tingkat nyeri. Penelitian dilaksanakan di Kelurahan Jember Lor, Kabupaten Jember, selama periode Mei 2025 hingga penelitian rampung. Waktu intervensi diupayakan minimal tiga hari hingga satu minggu, menyesuaikan kebutuhan pengumpulan data (Safitri & Utami, 2019).

Definisi operasional dalam penelitian ini memuat dua aspek penting. Pertama, persepsi subjektif terhadap nyeri diukur dengan Numeric Rating Scale (NRS), skala 0-10 yang menilai intensitas rasa nyeri. Kedua, implementasi terapi kompres air hangat jahe didefinisikan sebagai tindakan menempelkan kain yang direndam air rebusan jahe hangat pada sendi yang nyeri, dilakukan sesuai SOP, dan hasilnya dievaluasi dengan instrumen yang terstruktur (Widyastuti et al., 2021).

Instrumen yang digunakan meliputi lembar pengkajian subjek untuk merekam identitas, riwayat penyakit, dan lokasi nyeri, diisi melalui wawancara dan observasi. Lembar observasi tindakan dipakai untuk mencatat pelaksanaan kompres, mulai dari suhu air, durasi, area yang dikompres, hingga respon pasien sebelum dan sesudah intervensi. Alat ukur utama adalah skala NRS yang memungkinkan lansia menilai nyeri mereka secara subjektif, dipakai sebelum dan sesudah terapi selama tiga hari berturut-turut, satu kali sehari (Suryani et al., 2021).

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur untuk menggali keluhan utama, riwayat kesehatan masa lalu, dan pola hidup subjek. Observasi fisik melengkapi pengumpulan data dengan teknik inspeksi, palpasi, perkusi, dan auskultasi guna menilai tanda-tanda vital serta kondisi fisik pasien.

Pelaksanaan penelitian mengikuti beberapa tahap berurutan: mulai dari penyusunan proposal, penentuan responden, pengkajian kondisi pasien, analisis masalah, pemilihan intervensi, implementasi tindakan, evaluasi hasil, penyusunan laporan, hingga publikasi temuan. Analisis data bersifat deskriptif, dengan memaparkan perubahan intensitas nyeri yang terjadi setelah implementasi kompres air hangat jahe pada lansia Ny. S dengan gout arthritis di Kelurahan Jember Lor.

Aspek etika penelitian dijaga melalui informed consent tertulis dari responden setelah penjelasan menyeluruh mengenai tujuan, prosedur, manfaat, dan potensi risiko. Identitas pasien disamarkan demi menjaga anonimitas, sedangkan prinsip beneficence dan nonmaleficence dijunjung dengan memastikan bahwa penelitian membawa manfaat tanpa membahayakan pasien. Semua data yang dikumpulkan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah (Widyastuti et al., 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. HASIL

Penelitian ini dilakukan pada Ny. S, seorang perempuan berusia 63 tahun yang tinggal di Kelurahan Jember Lor, Kabupaten Jember. Ny. S telah menderita gout arthritis selama dua tahun dengan keluhan nyeri berulang pada lutut kanan. Pemeriksaan menunjukkan nyeri semakin hebat saat berjalan jauh, berdiri lama, atau saat cuaca dingin, namun sedikit berkurang dengan istirahat atau kompres hangat. Intensitas nyeri awal diukur dengan Numeric Rating Scale (NRS) berada pada skala 5, menandakan nyeri sedang, dengan kualitas nyeri digambarkan seperti berdenyut menusuk yang menghambat aktivitas (Widyastuti et al., 2021).

Riwayat konsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan, ikan asin, dan emping masih ada dalam pola makannya, yang diketahui memicu kenaikan kadar asam urat dan memperburuk serangan gout arthritis (Aminah et al., 2022). Status nutrisi Ny. S tergolong normal dengan IMT 24,4, tetapi kemampuan mobilitas menurun, terlihat dari skor ADL yang hanya 10, sehingga membutuhkan bantuan keluarga dan alat bantu seperti tongkat untuk beraktivitas. Meski fungsi kognitif normal (MMSE skor 27/30), ia menunjukkan kecemasan ringan terutama saat nyeri muncul di malam hari. Dari aspek spiritual, Ny. S menerima kondisinya sebagai ujian Tuhan, tetap beribadah rutin, dan mendapat dukungan keluarga. Hubungan sosial baik, meski mobilitas terbatas membuatnya jarang hadir pada kegiatan seperti arisan atau pengajian (Rahmawati & Kusnul, 2021).

Sebagai intervensi, dilakukan terapi kompres air hangat jahe selama tiga hari berturut-turut, satu kali sehari, selama 15-20 menit tiap sesi. Jahe parut direbus hingga suhu $\pm 40-45^{\circ}\text{C}$ lalu digunakan untuk kompres pada lutut kanan. Evaluasi harian dengan NRS menunjukkan penurunan nyeri signifikan: dari skala 5 pada hari pertama, turun ke 3 pada hari kedua, dan menjadi 2 pada hari ketiga. Penurunan ini mengindikasikan efek analgesik yang bermakna dari terapi kompres air hangat jahe (Safitri & Utami, 2019).

Efektivitas terapi ini dijelaskan oleh mekanisme fisiologis di mana suhu hangat menimbulkan vasodilatasi lokal, memperlancar sirkulasi darah, mempercepat pembuangan zat inflamasi, dan menurunkan ketegangan otot (Widyastuti et al., 2021). Selain itu, jahe mengandung gingerol, shogaol, dan zingeron yang bersifat antiinflamasi dan analgesik, bekerja dengan menghambat enzim siklooksigenase (COX) sehingga menekan produksi prostaglandin penyebab nyeri dan inflamasi (Safitri & Utami, 2019). Efek panas juga mengalihkan perhatian sistem saraf dari rasa sakit melalui prinsip gate control theory (Lutfiani & Baidhowy, 2022). Hasil ini sejalan dengan temuan Suryani et al. (2021) yang juga mendapati penurunan nyeri signifikan setelah tiga hari kompres jahe pada penderita gout arthritis.

Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa kompres air hangat jahe merupakan intervensi non-farmakologis yang efektif, aman, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh lansia di rumah. Terapi ini memberikan alternatif untuk mengurangi ketergantungan pada analgesik farmakologis, meminimalkan risiko efek samping obat, serta mendukung pendekatan holistic care dalam keperawatan gerontik yang memperhatikan aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual pasien (Widyastuti et al., 2021).

b. PEMBAHASAN

Ny. S adalah seorang lansia berusia 63 tahun yang mengalami nyeri berulang pada lutut kanannya akibat gout arthritis selama dua tahun terakhir. Berdasarkan pengkajian dengan Numeric Rating Scale (NRS), intensitas nyeri awal berada pada skala 5 (nyeri sedang), dengan ciri rasa tajam berdenyut, dipicu aktivitas fisik seperti berjalan jauh atau berdiri lama, serta suhu dingin. Nyeri ini kerap muncul malam hingga pagi hari sehingga membatasi aktivitas sehari-hari dan menurunkan kenyamanan. Riwayat konsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan juga turut memicu kekambuhan nyeri. Kondisi ini sesuai pemahaman teoritis tentang gout arthritis, yakni peradangan sendi akibat penumpukan kristal monosodium urat yang memicu respon inflamasi berupa nyeri, pembengkakan, dan keterbatasan gerak (Aminah et al., 2022). Penyakit ini banyak dialami lansia dan berdampak pada penurunan kualitas hidup, kemandirian, serta keseimbangan (Febrianyah, A. & Elmaghfuroh, D., 2024).

Analisis pengkajian pada Ny. S menunjukkan nyeri memengaruhi tidak hanya aspek fisik,

tetapi juga psikologis dan sosial. Faktor yang memperburuk nyeri di antaranya paparan dingin, konsumsi makanan tinggi purin, aktivitas berat, stres emosional, dan riwayat hiperurisemia yang tidak terkontrol (Afnuhazi, 2019). Nyeri yang berulang membuat Ny. S mengurangi interaksi sosial dan lebih bergantung pada keluarga. Oleh karena itu, intervensi keperawatan perlu mempertimbangkan kenyamanan dan kemandirian pasien, serta edukasi tentang pengelolaan nyeri, pola makan, dan aktivitas.

Untuk mengurangi nyeri, dilakukan terapi kompres air hangat jahe selama tiga hari berturut-turut, satu kali sehari selama 15-20 menit. Handuk bersih direndam air rebusan jahe pada suhu $\pm 40-45^{\circ}\text{C}$ lalu ditempelkan pada lutut kanan. Evaluasi menunjukkan penurunan nyeri signifikan: dari skala 5 pada hari pertama menjadi 3 di hari kedua dan 2 pada hari ketiga. Pasien melaporkan rasa nyaman, efek relaksasi, dan kemampuan kembali melakukan aktivitas ringan tanpa keluhan nyeri berat.

Efektivitas terapi ini dijelaskan melalui dua mekanisme utama. Pertama, efek hangat memicu vasodilatasi lokal yang meningkatkan aliran darah, mempercepat pembuangan zat inflamasi, menurunkan ketegangan otot, dan mengurangi penumpukan mediator nyeri (Widyastuti et al., 2021). Kedua, kandungan gingerol, shogaol, dan zingeron pada jahe bersifat antiinflamasi dan analgesik, di mana gingerol menghambat enzim siklooksigenase (COX) yang berperan dalam pembentukan prostaglandin penyebab nyeri (Safitri & Utami, 2019). Selain itu, panas dari kompres dapat memicu mekanisme *gate control theory* dengan mengalihkan impuls nyeri pada sistem saraf (Lutfiani & Baidhowy, 2022).

Hasil ini mendukung penelitian sebelumnya yang menunjukkan penurunan signifikan intensitas nyeri pada penderita gout arthritis setelah kompres jahe dilakukan selama tiga hari (Suryani et al., 2021). Dengan demikian, terapi kompres air hangat jahe dapat menjadi pilihan intervensi non-farmakologis yang aman, mudah, dan terjangkau untuk lansia dengan nyeri sendi akibat gout arthritis. Selain efektif menurunkan nyeri, terapi ini dapat dilakukan secara mandiri di rumah, meningkatkan rasa percaya diri, dan mendukung pendekatan *holistic care* yang memperhatikan aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual pasien.

KESIMPULAN

Hasil penerapan terapi kompres air hangat jahe pada lansia Ny. S yang mengalami gout arthritis di Kelurahan Jember Lor menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri yang signifikan. Sebelumnya, nyeri yang dirasakan bersifat sedang dengan skala 5, muncul secara berkala terutama pada malam hingga pagi hari, dipicu aktivitas berlebihan dan paparan suhu dingin, serta terasa berdenyut menusuk pada lutut kanan. Setelah dilakukan intervensi kompres air hangat jahe selama tiga hari berturut-turut, intensitas nyeri menurun hingga skala 2. Hal ini mengonfirmasi bahwa kompres hangat jahe dapat menjadi intervensi non-farmakologis yang efektif dalam meredakan nyeri pada lansia dengan gout arthritis. Penurunan nyeri tersebut sejalan dengan teori yang menjelaskan efek vasodilatasi dan sifat antiinflamasi senyawa aktif jahe seperti gingerol dan shogaol, yang mampu menghambat prostaglandin sebagai mediator nyeri

SARAN

Bagi perawat, penelitian ini menjadi pengalaman penting dalam mengaplikasikan terapi

komplementer pada lansia dengan gout arthritis. Diharapkan para perawat terus mengasah pengetahuan dan keterampilan untuk memberikan asuhan keperawatan holistik yang mempertimbangkan intervensi non-farmakologis. Bagi institusi pendidikan keperawatan, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan ajar untuk memperkaya kurikulum praktik keperawatan komplementer, terutama dalam manajemen nyeri kronis pada lansia. Untuk pasien lansia sendiri, diharapkan mampu melanjutkan penggunaan kompres air hangat jahe secara mandiri di rumah sebagai terapi alternatif yang aman dan mudah dilakukan, sambil tetap menjaga pola makan rendah purin serta gaya hidup sehat untuk mencegah kekambuhan

DAFTAR PUSTAKA

- A.A, M. P., & Boy, E. (2020). Prevalensi Nyeri Pada Lansia. *Magna Medica: Berkala Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(2), 138.
<https://doi.org/10.26714/magnamed.6.2.2019.138-145>
- Afriansyah, A., & Santoso, M. B. (2020). Pelayanan Panti Werdha Terhadap Adaptasi Lansia. *Responsive*, 2(3), 139.
- Amalia, W., & Fatoni, I. (2021). Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Lansia Dengan Arthritis Gout . *Sentani Nursing Journal*, 2(2), 52-60.
<https://doi.org/10.52646/snj.v2i2.77>
- Aminah, E., Saputri, M. E., & Wowor, T. J. F. (2022). Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Kabupaten Pandeglang Banten Tahun 2021. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 1.
<https://doi.org/10.35790/jkp.v10i1.37704>
- Azizah, F. A., & Nurhidayati, T. (2023). Penurunan Intensitas Nyeri Sendi Pasien Lansia Dengan Gout Arthritis Menggunakan Kompres Jahe. *Ners Muda*, 4(2), 229.
<https://doi.org/10.26714/nm.v4i2.8170>
- Febrianyah, J. A., & Elmaghfuroh, D. R. (2024). Balance Disorders in the Elderly with the Implementation of Ginger Lemongrass Warm Compress Therapy and Balance Exercise at UPT PSTW Jember: Case Study. *Journal of Advanced and Specialized Nursing, and Care Planning*, 1 (1), 35-43.
<https://doi.org/10.24198/responsive.v2i3.22925>
- Lutfiani, A., & Baidhowy, A. S. (2022). Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Manajemen Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(2), 76.
<https://doi.org/10.26714/hnca.v2i2.9855>
- Rahmawati, A., & Kusnul, Z. (2021). Potensi Kompres Hangat Jahe Merah Sebagai Terapi komplementer Terhadap Pengurangan Nyeri Arthritis Gout. *Jurnal Ilmiah Pamenang - JIP*, 3(1), 7-12.
- Safitri, W., & Utami, R. D. L. P. (2019). Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Osteoarthritis Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 115-119.
<https://doi.org/10.34035/jk.v10i1.338>
- Sari, I., Wardiyah, A., & Isnainy, U. C. A. S. (2022). Efektivitas Pemberian Kompres Jahe Merah pada Lansia dengan Gout Arthritis di Desa Batu Menyan Pesawaran. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 5(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>

Widyastuti, A. P., Aziz, A., Hapsari, A. R., & Moebari, M. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis. *Journal of Nursing and Health, 6(2), 84-94.* <https://doi.org/10.52488/jnh.v6i2.146>