

PENGARUH GERAKAN SHOLAT DAN KOMPRES PARUTAN JAHE TERHADAP PENURUNAN NYERI DAN FLEKSIBILITAS SENDI PADA PASIEN *GOUT*

The influence of prayer movements and compress of grated ginger on pain reduction and joint flexibility in gout arthritis patients

Sukma Dewi Fitri Ary¹, Virgianti Nur Farida², Trijati Puspita Lestari²

1. Mahasiswa Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan, Jawa Timur.
2. Dosen Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan, Jawa Timur.

Riwayat artikel

Diajukan: 10 Juni 2026

Diterima: 01 Juli 2026

Penulis Korespondensi:

- Sukma Dewi Fitri Ary
- Prodi Keperawatan
Universitas
Muhammadiyah
Lamongan Jl. Plalangan
No.KM, RW.02, Wahyu,
Plosowahyu, Kec.
Lamongan, Kabupaten
Lamongan, Jawa Timur
- email:
arysukma781@gmail.com

Kata Kunci:

Fleksibilitas Sendi, Gerakan
Shalat, Gout Arthritis,
Kompres Jahe, Nyeri Sendi

ABSTRAK

Gout arthritis merupakan penyakit akibat penumpukan kristal asam urat pada sendi yang menyebabkan nyeri, pembengkakan, dan keterbatasan fleksibilitas, terutama pada lanjut usia. Intervensi nonfarmakologis diperlukan sebagai alternatif untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kemampuan gerak sendi. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas kombinasi gerakan shalat (rukuk dan sujud) serta kompres parutan jahe terhadap penurunan nyeri dan peningkatan fleksibilitas sendi pada penderita gout arthritis. Penelitian menggunakan desain pre-eksperimental dengan rancangan pretest-posttest. Responden dipilih sesuai kriteria penelitian dan diberikan intervensi berupa kombinasi gerakan shalat serta kompres parutan jahe secara rutin. Intensitas nyeri diukur menggunakan Visual Analogue Scale (VAS), sedangkan fleksibilitas sendi dinilai melalui observasi Range of Motion (ROM). Data dianalisis menggunakan uji statistik yang sesuai. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kombinasi gerakan shalat dan kompres parutan jahe efektif menurunkan intensitas nyeri serta meningkatkan fleksibilitas sendi pada penderita gout arthritis. Efek hangat jahe membantu meningkatkan sirkulasi dan mengurangi persepsi nyeri, sedangkan gerakan shalat mendukung mobilitas sendi dan merangsang pelepasan endorfin. Intervensi ini berpotensi menjadi salah satu alternatif keperawatan nonfarmakologis untuk meningkatkan kenyamanan dan kemampuan aktivitas pasien gout arthritis.

ABSTRACT

Gout arthritis is a condition caused by the deposition of monosodium urate crystals in the joints, resulting in pain, swelling, and reduced joint flexibility, particularly among older adults. Non-pharmacological interventions are needed as alternative approaches to alleviate pain and improve joint mobility. This study aimed to examine the effectiveness of a combination of Islamic prayer movements (bowing and prostration) and grated ginger compresses in reducing pain and improving joint flexibility among patients with gout arthritis. This study employed a pre-experimental design with a pretest-posttest approach. Participants who met the inclusion criteria received a combination of Islamic prayer movements and grated ginger compresses on a regular basis. Pain intensity was assessed using the Visual Analogue Scale (VAS), while joint flexibility was evaluated through Range of Motion (ROM) observation. Data were analyzed using an appropriate statistical test. The findings demonstrated that the combined intervention effectively reduced pain intensity and improved joint flexibility in patients with gout arthritis. The warming effect of ginger enhances circulation and alleviates pain perception, whereas Islamic prayer movements promote joint mobility and stimulate endorphin release as a natural analgesic. This intervention has the potential to serve as a complementary non-pharmacological nursing strategy for pain management and improving joint flexibility, thereby enhancing patient comfort and functional activity.

PENDAHULUAN

Gout arthritis merupakan kondisi peradangan sendi akibat penumpukan kristal asam urat yang berlebihan dalam tubuh, terutama pada jaringan persendian. Kondisi ini ditandai dengan nyeri hebat, kemerahan, bengkak, dan keterbatasan gerak yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari penderita (Windyastuti, 2025). Gout umumnya terjadi akibat gangguan metabolisme purin yang menyebabkan kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal (hiperurisemia). Apabila tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat menyebabkan penurunan kemampuan aktivitas, gangguan kenyamanan, serta penurunan kualitas hidup pasien.

Gout arthritis lebih sering terjadi pada lansia, terutama laki-laki, dan memiliki kecenderungan meningkat seiring pertambahan usia. Berdasarkan data World Health Organization (WHO), prevalensi gout secara global mencapai 1%–4%, dan di Indonesia angka kejadian gout terus mengalami peningkatan setiap tahun (Lutfiani, 2022). Data Riskesdas menunjukkan bahwa keluhan nyeri sendi di Indonesia mencapai 30,5%, dengan prevalensi gangguan fleksibilitas sendi sebesar 7,30% secara nasional (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi gout arthritis di Jawa Timur juga masih tergolong tinggi, dengan angka kejadian pada laki-laki sebesar 24,3% dan perempuan 11,7% (Dinas Kesehatan Jatim, 2020). Di wilayah kerja Puskesmas Karanggeneng ditemukan sebanyak 200 pasien mengalami keluhan nyeri dan gangguan fleksibilitas sendi pada periode Oktober 2024 hingga Maret 2025.

Penatalaksanaan gout arthritis selama ini lebih banyak menggunakan terapi farmakologis seperti kolkisin, OAINS, glukokortikoid, dan obat penurun kadar asam urat. Namun, penggunaan obat dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping sehingga diperlukan pendekatan tambahan yang lebih aman dan mudah diterapkan oleh pasien (Lumintang et al., 2024). Terapi nonfarmakologis menjadi salah satu alternatif yang dapat dikembangkan untuk membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan fungsi sendi. Salah satu terapi yang mulai banyak digunakan yaitu kompres parutan jahe hangat yang mengandung senyawa gingerol dan shogaol yang memiliki efek antiinflamasi serta analgesik.

Selain terapi kompres jahe, gerakan fisik juga berperan dalam menjaga fungsi persendian. Gerakan shalat seperti rukuk dan sujud melibatkan aktivitas otot serta persendian yang dilakukan secara teratur. Posisi tersebut dapat membantu meningkatkan fleksibilitas sendi, mengurangi kekakuan, serta mendukung pergerakan tubuh. Gerakan shalat juga dapat merangsang pelepasan endorfin yang berperan dalam mengurangi persepsi nyeri secara alami (Ulfah, 2023).

Meskipun terapi kompres jahe dan aktivitas gerak telah banyak digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis, penelitian yang mengombinasikan gerakan shalat (rukuk dan sujud) dengan kompres parutan jahe terhadap nyeri dan fleksibilitas sendi pada pasien gout arthritis masih terbatas. Kesenjangan antara tingginya angka kejadian gout arthritis di masyarakat dengan kebutuhan intervensi nonfarmakologis yang efektif, aman, murah, dan mudah dilakukan menjadi alasan penting dilakukannya penelitian ini. Kombinasi kedua intervensi tersebut memiliki keunikan karena menggabungkan pendekatan termal dari kompres jahe dengan aktivitas fisik melalui gerakan shalat yang dapat memberikan efek terhadap pengurangan nyeri sekaligus peningkatan fleksibilitas sendi.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan sebagai upaya pengembangan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat mendukung manajemen nyeri dan meningkatkan kemampuan fungsi sendi pada pasien gout arthritis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi gerakan shalat (rukuk dan sujud) serta kompres parutan jahe terhadap penurunan nyeri dan peningkatan fleksibilitas sendi pada pasien gout arthritis.

METODE

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi kombinasi gerakan shalat dan kompres parutan jahe terhadap penurunan nyeri dan peningkatan fleksibilitas sendi pada pasien gout arthritis. Penelitian dilaksanakan di Poli Lansia UPT Puskesmas Karanggeneng, Kabupaten Lamongan, pada bulan Mei 2025. Desain penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan rancangan randomized pretest-posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien dengan diagnosis gout arthritis yang berkunjung ke Poli Lansia UPT Puskesmas Karanggeneng selama tahun 2025 sebanyak 50 pasien. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 36 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling, yaitu pemilihan responden secara acak sederhana dari populasi yang memenuhi kriteria penelitian.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi pasien berusia ≥ 60 tahun, telah terdiagnosis gout arthritis oleh dokter, mampu melakukan gerakan shalat, mampu melakukan aktivitas secara mandiri, serta bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan (informed consent). Kriteria eksklusi meliputi pasien dengan gangguan jiwa, pasien dengan penyakit penyerta berat dalam kondisi tidak stabil, serta pasien yang menolak berpartisipasi dalam penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar observasi untuk mengukur tingkat nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan penilaian fleksibilitas sendi menggunakan lembar observasi Range of Motion (ROM). Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pemberian terapi kombinasi gerakan shalat dan kompres parutan jahe. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan uji statistik sesuai dengan karakteristik dan skala data penelitian. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan pada tanggal 27 Mei 2025 dengan nomor 207/EC/KEPK-S1/05/2025.

HASIL

Data penelitian bersumber dari hasil observasi langsung terhadap pasien gout arthritis yang berkunjung ke Poli Lansia UPT Puskesmas Karanggeneng. Dari total 50 pasien yang tercatat selama tahun 2025, kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, diperoleh 36 pasien sebagai sampel penelitian.

Tabel 1 Data Demografi Pasien Gout Arthritis (n = 36)

Variabel	Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	11	30,6
	Perempuan	25	69,4
Total		36	100
Usia	56-65 tahun	18	50
	>65tahn	18	50
Total		36	100
Pendidikan	SD	34	94,4
	Perguruan tinggi	2	5,6
Total		36	100
Pekerjaan	PNS	2	5,6
	Petani	22	61,1
	Ibu rumah tangga	12	33,3
Total		36	100
Lama menderita kadar asam urat	1-5 tahun	15	41,7
	>5 tahun	21	58,3
Total		36	100
Hasil Pemeriksaan kadar asam urat	Tidak normal peruempuan (>6,0)	26	72,2

	Tidak normal laki-laki 7,0 keatas	10	27,8
Total		36	100

Berdasarkan tabel 1, dari 36 responden, 25 (69,4%) berjenis kelamin perempuan dan 11 (30,6%) laki-laki. Seluruh responden berusia 46–>65 tahun sebanyak 36 (100%). Pendidikan terakhir SD sebanyak 34 (94,4%) dan perguruan tinggi 2 (5,6%). Sebagian besar bekerja sebagai petani 22 (61,1%) dan PNS 2 (5,6%). Lama menderita gout arthritis >5 tahun sebanyak 21 (58,3%) dan 1–5 tahun 15 (41,7%). Kadar asam urat tidak normal terdapat pada perempuan 26 (72,2%) dan laki-laki 10 (27,8%).

Tabel 2 Distribusi Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Gerakan Sholat dan Kompres Parutan Jahe Pada Pasien *Gout Arthritis* (n=36)

Tingkat Nyeri	Pre Test		Post Test	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak nyeri	0	0	0	0
Nyeri ringan (1-3)	0	0	24	66,7
Nyeri sedang (4-6)	24	66,7	12	33,3
Nyeri berat (7-9)	12	33,3	0	0
Nyeri sangat berat (10)	0	0	0	0
Total	36	100	36	100
Rata-rata	5,6		2,0	

Berdasarkan tabel 2, sebelum diberikan terapi, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang 24 (66,7%) dan nyeri berat 12 (33,3%). Setelah terapi, sebagian besar mengalami nyeri ringan 24 (66,7%) dan nyeri sedang 12 (33,3%).

Tabel 3 Distribusi Fleksibilitas Sendi Sebelum dan Sesudah Diberikan Gerakan Sholat dan Kompres Parutan Jahe pada Pasien *Gout Arthritis* (n=36)

Fleksibilitas Sendi	Pre Test		Post Test	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang baik (0-59)	17	47,2	0	0
Cukup baik (60-74)	13	36,1	12	33,3
Baik (75-89)	6	16,7	23	63,9
Sangat baik (90-114)	0	0	1	2,8
Total	36	100	36	100
Rata-rata	61,4		77,3	

Berdasarkan tabel 3, sebelum terapi, 17 (47,2%) responden mengalami fleksibilitas kurang baik, 13 (36,1%) cukup baik, dan 6 (16,7%) baik. Setelah terapi, sebagian besar fleksibilitas membaik menjadi 23 (63,9%) baik, 12 (33,3%) cukup baik, dan 1 (2,8%) sangat baik.

Tabel 4 Distribusi Pengaruh Gerakan Shalat dan Kompres Parutan Jahe Terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien *Gout Arthritis* (n=36)

Tingkat nyeri	N	Min	Max	Mean	t	Sig. (2-tailed)
Pre test	36	4	9	5,75	3,39	0,000
Post test	36	1	4	2,36		

Berdasarkan Tabel 4, 36 pasien mengalami nyeri sedang pada pre-test dan nyeri ringan pada post-test, dengan selisih mean 3,39. Uji paired sample t-test menunjukkan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga H_1 diterima. Artinya, terdapat pengaruh kombinasi kompres parutan jahe dan gerakan shalat sujud–rukuk terhadap penurunan nyeri pada pasien gout arthritis di Poli Lansia UPT Puskesmas Karanggeneng.

Tabel 5 Distribusi Pengaruh Gerakan Shalat Dan Kompres Parutan Jahe Terhadap Fleksibilitas Sendi Pada Pasien *Gout Arthritis* (N=36)

Fleksibilitas	N	Min	Max	Mean	t	Sig. (2 tailed)
Pre test	36	43	85	61,44	15,95	0,000
Post test	36	60	90	77,39		

Berdasarkan Tabel 5, 36 pasien mengalami rentang gerak kurang baik pada pre-test dan membaik pada post-test, dengan selisih mean 15,95. Uji paired sample t-test menunjukkan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga H_1 diterima. Artinya, terdapat pengaruh kombinasi kompres parutan jahe dan gerakan shalat sujud–rukuk terhadap peningkatan fleksibilitas sendi pada pasien gout arthritis di Poli Lansia UPT Puskesmas Karanggeneng.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kombinasi kompres parutan jahe dan gerakan shalat memberikan pengaruh terhadap penurunan nyeri serta peningkatan fleksibilitas sendi pada pasien gout arthritis. Penurunan nyeri yang terjadi dapat dijelaskan karena gout arthritis merupakan kondisi akibat penumpukan kristal monosodium urat yang memicu proses inflamasi pada jaringan sendi sehingga menyebabkan pelepasan mediator inflamasi dan menimbulkan rasa nyeri (Alfiana et al., 2024). Kompres parutan jahe hangat berperan dalam mengurangi nyeri melalui kandungan gingerol dan shogaol yang memiliki efek antiinflamasi dan analgesik dengan menghambat enzim siklooksigenase pada jalur prostaglandin (Sulistiyana et al., 2023). Selain kandungan aktif tersebut, efek panas dari kompres jahe dapat meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta membantu proses pemulihan jaringan sekitar sendi (Rahayu et al., 2022).

Gerakan shalat seperti rukuk dan sujud juga dapat memberikan pengaruh terhadap kondisi fisik pasien karena melibatkan aktivitas peregangan dan pergerakan beberapa kelompok otot serta persendian. Gerakan tersebut membantu mempertahankan elastisitas jaringan, meningkatkan mobilitas, dan mengurangi kekakuan sendi sehingga mendukung peningkatan fleksibilitas pada pasien gout arthritis (Faradilla et al., 2024). Selain itu, aktivitas gerak yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan aliran darah dan merangsang pelepasan endorfin yang berperan sebagai analgesik alami sehingga membantu mengurangi persepsi nyeri (Arinda et al., 2024). Gerakan shalat juga memiliki aspek spiritual yang dapat memberikan efek relaksasi dan membantu menurunkan stres, sehingga berpengaruh terhadap respons tubuh dalam menghadapi nyeri (Nur et al., 2024). Kombinasi antara terapi fisik dan spiritual tersebut dapat menjadi pendekatan nonfarmakologis yang mendukung pengelolaan gejala gout arthritis (Putri et al., 2023).

Peningkatan fleksibilitas sendi setelah intervensi terjadi karena gerakan shalat memberikan latihan gerak aktif yang dilakukan secara berulang sehingga membantu meningkatkan kemampuan rentang gerak sendi. Pada pasien gout arthritis, keterbatasan fleksibilitas dapat terjadi akibat proses inflamasi, kekakuan jaringan, serta perubahan fungsi muskuloskeletal terutama pada lansia (Hasanah & Maharani, 2022). Gerakan rukuk dan sujud dapat membantu menjaga fungsi sendi melalui peregangan otot dan peningkatan mobilitas, sedangkan kompres jahe mendukung proses tersebut melalui efek pemanasan lokal yang membantu memperbaiki sirkulasi dan mengurangi kekakuan sendi (Sulistiyana et al., 2023).

Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ pada variabel nyeri dan fleksibilitas sendi, sehingga menunjukkan bahwa kombinasi kompres parutan jahe dan gerakan shalat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perbaikan kondisi pasien gout arthritis. Intervensi ini dapat menjadi pilihan terapi pendamping karena bersifat sederhana, mudah dilakukan, biaya rendah, dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari pasien.

Keterbatasan penelitian ini yaitu belum adanya kelompok kontrol sebagai pembanding, sehingga perubahan yang terjadi belum dapat dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan intervensi. Selain itu, penelitian belum mengontrol faktor lain yang dapat memengaruhi hasil seperti pola konsumsi makanan tinggi purin, aktivitas fisik harian, kepatuhan terhadap pengobatan, serta kadar asam urat pasien. Durasi penelitian yang relatif singkat juga menyebabkan efektivitas intervensi dalam jangka panjang belum dapat diketahui.

Implikasi keperawatan dari penelitian ini yaitu perawat dapat menggunakan kombinasi gerakan shalat dan kompres parutan jahe sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu manajemen nyeri dan meningkatkan fleksibilitas sendi pada pasien gout arthritis. Perawat dapat berperan dalam memberikan edukasi mengenai prosedur kompres jahe hangat yang aman, membimbing pasien melakukan gerakan sesuai kemampuan, serta melakukan evaluasi menggunakan pengukuran nyeri dan ROM secara berkala. Penerapan intervensi ini dapat mendukung peningkatan kenyamanan, kemandirian aktivitas, dan kualitas hidup pasien gout arthritis.

SIMPULAN

Kombinasi terapi kompres parutan jahe dan gerakan shalat terbukti mampu menurunkan tingkat nyeri dan meningkatkan fleksibilitas sendi pada pasien gout arthritis. Intervensi ini bekerja melalui mekanisme fisiologis berupa peningkatan sirkulasi darah dan relaksasi otot, serta memberikan efek spiritual yang mendukung kenyamanan dan kepatuhan pasien. Hasil penelitian ini menguatkan bahwa pendekatan nonfarmakologis yang sederhana, aman, dan bernilai religius ini layak dijadikan pilihan terapi mandiri dalam praktik keperawatan, khususnya bagi lansia dengan keterbatasan gerak dan akses pengobatan.

Perawat juga menunjukkan komitmen terhadap prinsip *fidelity* dengan menjaga kepercayaan pasien dan menjalankan tugas sesuai standar profesi. *Confidentiality* dijaga melalui perlindungan informasi medis anak, dan *accountability* tercermin dari tanggung jawab atas setiap tindakan keperawatan.

Meski demikian, perawat menghadapi hambatan etik seperti konflik nilai, keterbatasan sumber daya, dan tekanan pengambilan keputusan cepat. Hambatan ini menuntut kepekaan etik dan keterampilan komunikasi yang tinggi. Secara keseluruhan, implementasi prinsip etik merupakan wujud tanggung jawab moral dan profesional perawat dalam memberikan pelayanan yang manusiawi, adil, dan berkualitas, khususnya bagi anak yang merupakan kelompok rentan.

DAFTAR PUSTAKA

- A Alfiana, L., Zakiudin, A., Lestari, A. M., Keperawatan, A., Hikmah, A., Raya, J., Komplek, B., Al, P., Desa, H., Sirampog, K., & Tengah, J. (2024). *Asuhan Keperawatan pada Keluarga Ny . R dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal : Gout Arthritis di Desa Kalibuntu RT 04 RW 01 Kecamatan Losari Kabupaten Brebes yang disebabkan oleh metabolisme abnormal purin yang ditandai dengan meningkatnya kadar Pukesma*.2(4).
- Anjani, D., Adawiyah, S. R., & Windyastuti, R. (2025). *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Gout Arthritis Dengan Pemberian Intervensi Terapi Kompres Air Hangat Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Di Panti Werdha Marfati Tangerang*. 2, 81–95.
- Arinda, Y., Utama, Y. A., Studi, P., Ilmu, S., Stik, K., & Husada, B. (2024). *Pengaruh kompres hangat kunyit terhadap nyeri pada penderita gout arthritis pendahuluan Arthritis Gout merupakan suatu penyakit dengan serangan mendadak dan berulang pada sendi , ditandai timbulnya nyeri pada daerah yang disebabkan adanya endapan kristal* . 9, 213–222.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. 2020. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. Surabaya.
- Faradilla, T., Hadi, N., & Syiah Kuala, U. (2024). *IJM: Indonesian Journal of Multidisciplinary Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Gout Arthritis dan Hiperkolesterolemia di Kota Banda Aceh. IJM: Indonesian Journal of Multidisciplinary*,

2, 175–183.

Hasanah, R., & Maharani, C. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kinerja Perawat. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), 75–82. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i1.51411>

Kemenkes RI. 2018. “Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.” Kementrian Kesehatan RI 53(9):1689–99

- Lumintang, C. T., Langelo, W., & Kaseside, M. A. (2024). *Penurunan nyeri dan kualitas hidup*. 6(2), 45–50.
- 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>
- 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
- Nur, A., Kadek Dwi Swarjana, I., & Yhunita, M. (2024). Studi Literatur: Pengaruh Kombinasi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Atritis Gout Pada Lansia. *A Journal Kiara Nursing and Midwifery*, 1(1), 1–5.
- Putri, S. A., Naziyah, N., & Suralaga, C. (2023). Efektivitas Kompres Hangat pada Lansia terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis di Posbindu Kemuning Baktijaya Depok. *Malahayati Nursing Journal*, 5(7), 2267–2279. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i7.9047>
- Rahayu, S., Sari, N., & Qorahman, W. (2022). Pengaruh Massage Teknik Effleurage Dengan Minyak Zaitun Terhadap Tingkat Nyeri Pada Penderita Asam Urat. *Borneo Cendikia*, 6(2), 33–44.
- Sasti Sulistyana, C., Mahsun, M., Syauqi Taufiqur Rahman, M., Istighfari, S., Wahyu Anan, D., Arinda Salsa Saftia, B., & Tinggi Ilmu Kesehatan Adi Husada, S. (2023). Pemanfaatan Kompres Jahe Hangat dan Peregangan Statis Terhadap Nyeri Penderita Gout Arthritis. *Journal of Community Engagement*, 00(00), 12–26.
- Sulistyiana, M., Dyah Puspasari, F., Yakpermas Banyumas, P., & Keperawatan, D. (2023). Pemberian Kompres Hangat Jahe Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Lansia Penderita Asam Urat. *Pemberian Kompres Hangat (Mela Sulystiana, Dkk.) Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(7), 2986–6340