

**KARYA TULIS ILMIAH**

***STUDI LITERATUR: KOMPRES JAHE UNTUK MENURUNKAN NYERI  
SENDI PADA LANSIA***



Oleh :

**LIESTIA CAHYANI ASTININGTIAS**

**NIM : 18613226**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO  
2022**

**STUDI LITERATUR: KOMPRES JAHE UNTUK MENURUNKAN NYERI  
SENDI PADA LANSIA**

Diajukan kepada Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo  
Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan



**PROGAM STUDI D III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO  
2022**

## LEMBAR PERSETUJUAN


Karya Tulis Ilmiah Oleh : Liestia Cahyani Astiningtias  
Judul : *Studi Literatur: Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia*

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah pada  
Tanggal : 10 Agustus 2022

Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

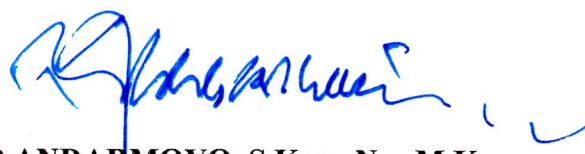


**SULISTYO ANDARMOYO, S.Kep., Ns., M.Kes**  
NIDN. 0715127903



**RIKA MAYA SARI, S.Kep., Ns., M.Kes**  
NIDN:0711068503

Mengetahui  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



**SULISTYO ANDARMOYO, S.Kep., Ns., M.Kes**  
NIDN. 0715127903  
iii

## HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Oleh : Liestia Cahyani Astiningtias  
Judul : *Studi Literatur: Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia*

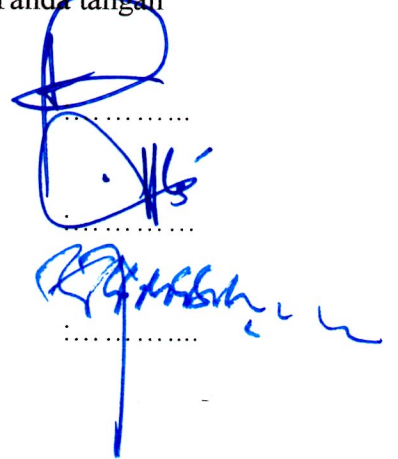
Telah di uji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Tulis Ilmiah di Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi D-III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Tanggal: 10 Agustus 2022

### Tim Penguji

Ketua : 1. Saiful Nurhidayat, S.kep.Ns., M.Kep  
Anggota : 2. Metti Verawati.S.Kep., Ns., M.Kes  
3.Sulistyo Andarmoyo, S.Kep, Ns, M.Kes

Tanda tangan



**Mengetahui**  
**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan**  
**Universitas Muhammadiyah Ponorogo**



**SULISTYO ANDARMOYO, S.Kep., Ns., M.Kes**  
**NIDN. 0715127903**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Liestia Cahyani Astiningtias

NIM : 18613226

Instansi : Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul: “*Studi Literatur*” Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia” adalah bukan Karya Tulis Ilmiah orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pertanyaan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sangsi.

Ponorogo, 10 Agustus 2022

Yang menyatakan



**LIESTIA CAHYANI ASTININGTIAS**

**NIM : 18613226**

## ABSTRAK

### **STUDI LITERATUR: KOMPRES JAHE UNTUK MENURUNKAN NYERI SENDI PADA LANSIA**

**Oleh :Liestia Cahyani Astiningtias (18613226)**

Pada lanjut usia akan terjadi proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi, salah satu kebutuhan yang memerlukan perbaikan adalah pemenuhan kebutuhan rasa nyaman nyeri pada ekstremitas bawah merupakan keluhan yang paling sering muncul pada lansia jika tidak segera atau salah dalam penanganan mengakibatkan kecacatan menjadi penyebab utama menurunnya kualitas hidup lansia karena sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Tujuannya menelaah efektifitas Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia Berdasarkan Studi Literatur.

Penelitian ini termasuk jenis penelitian studi literature dengan mencari jurnal dengan kata sandi Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia dengan didapatkan 6 jurnal dari Google Scholar.

Berdasarkan 6 Studi Literatur Pemberian Kompres Jahe efektif Dalam Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia karena Khasiat jahe untuk anti radang sangat berguna bagi penderita nyeri sendi yang mengalami pembengkakan sendi, gerak dan aliran darah pada sekitar sendi tidak lancar. Kompres jahe menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk tubuh yang menimbulkan nyeri, serta merangsang sel saraf untuk menutup rasa nyeri ke otak.

Pemberian Kompres Jahe efektif dengan menggunakan jahe merah yang lebih menghangatkan tubuh. Penggunaan jahe merah ( $\pm 100$  gram) dan iris tipis-tipis, kemudian dimasukkan irisan jahe ke dalam 1 liter air, rebus irisan jahe sampai air mendidih ( $100^{\circ}$  C), kemudian menuangkan rebusan jahe ke dalam baskom, tunggu hingga suhu rebusan jahe menjadi hangat tanpa campuran air dingin ( $40^{\circ}$  C). lalu menggunakan kain masukan, peras dan kompres pada sendi. Waktu reaksi penggunaan kompres jahe 20 menit.

**Kunci:**Kompres, Jahe, Nyeri, Sendi, Lansia.

## ABSTRACT

### **LITERATURE STUDY: GINGER COMPRESS TO REDUCE JOINT PAIN IN THE ELDERLY**

**By :Liestia Cahyani Astiningtias (18613226)**

*In the elderly there will be a process of loss of the ability of the tissue to repair itself or replace and maintain function, one of the needs that requires improvement is the fulfillment of the need for comfort. Pain in the lower extremities is the most common complaint in the elderly if not treated immediately or incorrectly resulting in disability. is the main cause of the decline in the quality of life of the elderly because it interferes with daily activities. The aim is to examine the effectiveness of ginger compresses to reduce joint pain in the elderly based on literature studies.*

*This research is a type of literature study research by searching for journals with the password Compress Ginger To Reduce Joint Pain in the Elderly by obtaining 6 journals from Google Scholar.*

*Based on 6 Literature Studies, giving ginger compresses is effective in reducing joint pain in the elderly because the anti-inflammatory properties of ginger are very useful for joint pain sufferers who experience joint swelling, motion and blood flow around the joints are not smooth. Ginger compresses cause pain reduction by getting rid of body products that cause pain, as well as stimulating nerve cells to close pain to the brain.*

*Giving a Ginger Compress is effective by using red ginger which warms the body more. The use of red ginger ( $\pm 100$  grams) and thinly sliced, then put the ginger slices into 1 liter of water, boil the ginger slices until the water boils (100 C), then pour the ginger stew into the basin, wait until the temperature of the ginger stew becomes warm without a mixture of cold water (40 C). then using a cloth input, squeeze and compress on the joint. The reaction time of using a ginger compress is 20 minutes.*

**Key: Compress, Ginger, Pain, Joints, Elderly.**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT penulis panjatkan atas segala rahmat dan anugerah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “*Studi Literatur*Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia” Untuk melengkapi persyaratan dalam menyelesaikan Program D-III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa dalam rangka kegiatan penelitian ini tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, motivasi kepada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Dr. Happy Susanto, M.A, Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi D III Keperawatan.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo dan selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Rika Maya Sari, S.Kep.Ns.M.Kes selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo dan selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.



4. Ayah, Ibu dan Saudaraku yang selalu mengiringi langkahku dengan doa dan memberi semangat, harapan serta dukungan.
5. Teman-temanku di Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Ponorogo dan semua pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

Akhirnya penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi bidang keperawatan.



Ponorogo, 10 Agustus 2022

Yang menyatakan

**LIESTIA CAHYANI ASTININGTIAS**

**NIM : 18613226**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL DEPAN .....	i
HALAMAN JUDUL DALAM .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN KEASLIAN PENULISAN .....	v
RINGKASAN .....	vi
<i>SUMMARY</i> .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.3.1 Tujuan Umum .....	5
1.3.2 Tujuan Khusus .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Teori .....	7
2.1.1 Lansia .....	7
2.1.2 Nyeri .....	19
2.1.3 Konsep Jahe .....	35
2.1.4 Kompres Hangat .....	44
2.1.5 Terapi Kompres Hangat Jahe .....	46
2.2 Asuhan Keperawatan .....	44

<b>BAB 3 METODE STUDY KASUS</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	50
3.2 Teknik Penulisan .....	50
3.3 Waktu dan Tempat.....	51
3.4 Alur Kerja .....	51
3.5 MetodePengumpulanData .....	51
3.6 MetodeAnalisaData .....	52
3.7 ProsedurPenelitian .....	52
<b>BAB 4 PEMBAHASAN</b> .....	54
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	67
B. Saran.....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	69



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Karakteristik Berbagai Varietas Jahe Sumber: Setyaningrum dan Saparinto, 2013.....	37
Tabel 2.2 Daftar artikel hasil pencarian.....	44



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Kerja <i>Studi Literatur</i> : Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia .....	54
--	----

