

LAPORAN PENELITIAN

EFEKTIVITAS KOMPRES JAHE TERHADAP NYERI LUTUT PADA
LANSIA DENGAN OSTEOARTHRITIS DI POSYANDU ANGGREK DUSUN
BOJONG NGARGOMULYO DUKUN MAGELANG JAWA TENGAH



YUNITA ANGGRAINI PRABASARI

202223052

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM
SARJANA SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN

EFEKTIVITAS KOMPRES JAHE TERHADAP NYERI LUTUT PADA
LANSIA DENGAN OSTEOARTHRITIS DI POSYANDU ANGGREK DUSUN
BOJONG NGARGOMULYO DUKUN MAGELANG JAWA TENGAH



YUNITA ANGGRAINI PRABASARI

202223052

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM
SARJANA SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN

EFEKTIVITAS KOMPRES JAHE TERHADAP NYERI LUTUT PADA LANSIA DENGAN OSTEOARTHRITIS DI POSYANDU ANGGREK DUSUN BOJONG NGARGOMULYO DUKUN MAGELANG JAWA TENGAH

Disusun Oleh:

Yunita Anggraini Prabasari

NPM 202223052

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta.

Yogyakarta, 19 Februari 2026

Pembimbing I,



Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M. Kep

NIDN 0529117702

Pembimbing II,



Suparmi M.Kep.,Sp.,K.M.B

NIDN 032508580

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yunita Anggraini Prabasari

NPM : 202223052

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa laporan dengan penelitian judul:

"Efektivitas Kompres Jahe terhadap Nyeri Lutut Pada Lansia Dengan Osteoarthritis di Posyandu Anggrek Dusun Bojong Ngargomulyo Dukun Magelang"

Yang telah saya laksanakan selama lima bulan dari tanggal 28 September 2025 sampai dengan 10 Februari 2026, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri. Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang / pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku. Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 20 Januari 2026

Yang membuat pernyataan,


99ANX204711103
Yunita Anggraini Prabasari

SKRIPSI

EFEKTIVITAS KOMPRES JAHE TERHADAP NYERI LUTUT PADA LANSIA
DENGAN OSTEOARTHRITIS DI POSYANDU ANGGREK DUSUN BOJONG,
NGARGOMULYO, DUKUN, MAGELANG, JAWA TENGAH

Disusun Oleh:

Yunita Anggraini Prabasari

NPM 202223052

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana
Pada Tanggal 11 Februari 2026

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji:

Ketua : Arimbi Karunia Estri, Ns., M. Kep

Anggota : 1. Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M. Kep

2. Suparmi, M.Kep.,Sp.K.M.B

.....
.....
.....

HALAMAN MOTTO

“Karena Masa Depan Sungguh Ada, dan Harapanmu Tidak Akan Pernah Hilang”

(Amsal 23 : 18)

“Terang datang gelapnya berlalu, Basuh takut
kepal kekuatan, Menyatu di dalam syahdu nada-nada indah
Menangkan Jiwa Ini Tenang”

(Menang-Rebellion Rose)

“Now I find myself in my own blood (Never thought I'd lie in my own blood),
The damage done is far beyond repair. I never put my faith in up above (Never
had much faith in up above). But now I'm hoping someone's there.”

(Danger Line-Avenged Sevenfold)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur yang tak terhingga penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus serta Bunda Maria penuh kasih, Atas Rahmat, penyertaan, dan perlindungan-Nya. Penulis telah diberikan kekuatan, Kesehatan serta keteguhan hati dalam melewati setiap proses yang selama ini berjalan. Terutama dalam proses penyusunan skripsi ini, dari tahap awal hingga akhirnya dapat terselesaikan dengan baik. Terimakasih kepada Bunda Maria yang selalu mendengarkan doa dan harapan Panjang yang penulis panjatkan melalui doa novena tiga salam maria. Dengan adanya berkat dari Tuhan Yesus dan Bunda Maria atas penyertaannya proses panjang ini dapat berlalu dengan baik dan semoga proses Panjang ini menjadi pembelajaran yang tidak akan pernah terlupakan. Oleh karena hal tersebut skripsi ini merupakan wujud rasa Syukur atas kasih dan anugrah Tuhan. Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Bapak Prambudiyono dan Ibu Desi Puspasari yang selama ini telah banyak berkorban untuk anak semata wayangnya. Terimakasih untuk setiap pengorbanan yang telah bapak ibu berikan baik secara materi maupun secara mental untuk membentuk anak Tunggal perempuannya ini. Dan terimakasih untk selalu mendukung apa yang penulis ini dalam setiap pilihannya. Semoga anak Tunggal yang diharapkan ini menjadi seseorang yang lebih baik lagi di kemudian hari dan dapat membanggakan bapak ibu.
2. Utiku yang tercinta dan tersayang Maria Thresia Susilowati yang selalu ada di setiap Langkah kecil dari cucu Perempuan satu-satunya ini, terimakasih selalu ada di samping penulis sejak 3 bulan lahir di dunia dengan tidak kurang dari suatu apapun untuk meberikan semangat, memberikan Pelajaran arti dari kehidupan ini. Terimakasih untuk setiap kasih sayangmu dan pengorbananmu yang terus tcurah untuk menjadi garda terdepan bagi penulis hingga detik ini. Doa doa mu selalu memberikan jalan dan kelancaran bagi penulis.
3. Alm. Emanuel Suroso kakung yang paling penulis sayangi dan cintai, terimakasih selama ini telah menjadi teman dalam menjalani hidup penulis sejak 3 bulan lahir, terimakasih untuk kasih sayang, pemberlajarn hidup dan sebagai panutan berkreatifitas. Terimakasih untuk mengajarkan hidup bukan tentang seni saja tetapi juga tentang bagaimana kita hidup berdampingan dengan

mahluk hidup lainnya tanpa meminta pamrih sedikit pun.

4. Dosen pembimbing penulis Ibu Dr. Theresia Titin Marlina, Ns.,M.Kep sebagai dosen pembimbing 1 dan Suster Suparmi, M.Kep.,Ns.,Sp.KMB sebagai dosen pembimbing 2 yang senantiasa membimbing penulis dari awal penyusunan laporan penelitian hingga akhir dapat berjalan dengan lancar dan baik. Terimakasih selalu mendukung setiap perjalanan penulis hingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
5. Sahabat kecil penulis yang tersayang Aura Diva Ariyanti, terimakasih untuk pertemuan dengan penulis yang tidak disengaja, dengan adanya pertemuan tersebut penulis dapat mengerti arti persahabatan yang baik dan sesungguhnya tanpa adanya rasa saling ingin mendahului. Terimakasih selalu ada untuk penulis sebagai penyemangat, sahabat baik,teman penulis yang beberapa tahun sebelum bertemu dengan Diva hidup dalam kesendirian seperti hidup dalam tempurung kura-kura. Terimakasih juga untuk telinga yang bersedia menampung setiap curhatan dan motivasi yang Diva berikan untuk penulis yang tidak pernah selesai. Terimakasih untuk segala perlakuan yang baik dan sudah berada di samping penulis berjalan Bersama menuju tujuan dan prinsip yang sama.
6. Sahabat dan para teman teman penulis B.Dellatiana, Elisabeth Leuni, Patricia Tekla, Maria Vianney, Veronica Mala, dan teman teman lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih sudah berjumpa dan mengikat pertemanan layaknya saudara dari awal masuk hingga saat ini, dan penulis berharap sampai waktu yang tidak ditentukan akan terus bersama dan menjalin silaturahmi walaupun sudah berpisah tempat.
7. Kepada pemilik NIT : 612411239269 yang telah menjadi pasangan yang selalu ada untuk menguatkan dan selalu mendoakan penulis dalam setiap Langkah proses yang terjadi. Terimakasih untuk setiap perlakuan yang baik dan sangat mengesankan yang bahkan belum pernah penulis terima sejak dahulu. Terimakasih sudah selalu menyakinkan penulis terkait Keputusan yang penulis ambil. Meskipun cinta pertama penulis Adalah Prambudiyono alias bapak, tetapi Stanislaus Antonio Francisco Beno mampu memberikan cinta dan kasih sayangnya sama seperti bapak Prambudiyono dan mampu mengalahkan semua

cinta yang pernah singgah. Terimakasih selalu hadir di samping penulis meskipun harus menempuh jarak untuk bertemu dengan penulis.

8. Kepada si Abu yang merupakan fasilitas untuk penulis, terimakasih banyak dengan adanya Abu penulis dapat melakukan hal yang sebelumnya takut untuk dilakukan, dengan adanya Abu penulis semakin terbentuk untuk mentalnya sedari memasuki semester awal di kampus Stikes Panti Rapih Yogyakarta. Besar harapan penulis jika Abu akan terus Bersama tidak ada kerusakan suatu apapun sampai proses ini semua berakhir dengan memuaskan.

INTISARI

Nama : Yunita Anggraini Prabasari
NPM : 202223052
Judul : Efektivitas Kompres Jahe terhadap Nyeri Lutut Pada Lansia Dengan Osteoarthritis di Posyandu Anggrek Dusun Bojong Ngargomulyo Dukun Magelang Jawa Tengah
Tanggal Ujian : Selasa, 10 Februari 2026
Pembimbing : 1. Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M. Kep
2. Suparmi, M. Kep., Sp. KMB
Jumlah Pustaka : 57 Pustaka (2013-2025)
Jumlah Halaman : 97 Halaman

Proses penuaan menyebabkan berbagai perubahan fisiologis pada lansia, salah satunya penurunan fungsi sistem muskuloskeletal. Osteoarthritis merupakan penyakit degeneratif yang paling sering dialami lansia dan menjadi penyebab utama nyeri lutut yang mana biasanya para penderita *osteoarthritis* akan mengkonsumsi obat yang membantu mengontrol nyeri dan peradangan antara lain antiinflamasi nonsteroid dan analgesik lainnya. Nyeri lutut yang mengganggu aktivitas, kondisi psikologis, serta kualitas hidup. Oleh karena itu, diperlukan terapi nonfarmakologis yang mudah, aman, dan sesuai kondisi masyarakat, salah satunya dengan kompres jahe. Penurunan nyeri lutut berasal dari rasa hangat jahe empirit yang mana rasa hangat tersebut menyebabkan pelebaran pembuluh darah (vasodilatasi) disekitar sendi lutut sehingga aliran darah menjadi lebih lancar. Peningkatan aliran darah ini membantu membawa lebih banyak oksigen dan nutrisi ke jaringan yang mengalami peradangan sekaligus mempercepat pembuangan zat sisa metabolisme yang memicu nyeri. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas kompres jahe terhadap penurunan nyeri lutut pada lansia dengan osteoarthritis di Posyandu Anggrek Dusun Bojong, Ngargomulyo, Dukun, Magelang, Jawa Tengah. Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sampel penelitian berjumlah 44 didapatkan dari populasi 54 lansia yang aktif mengikuti posyandu, sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria penilaian ACR. Sehingga, menggunakan total sampling pada 44 responden. Intervensi kompres jahe dilakukan 2 hari sekali selama 60 menit dalam waktu 2 minggu. Pengukuran nyeri menggunakan instrumen *Visual Analog Scale (VAS)*. Analisis data menggunakan uji berpasangan untuk melihat perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi dilakukan serta uji tidak berpasangan untuk membandingkan kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri lutut yang signifikan pada lansia yang diberikan kompres jahe dibandingkan dengan kelompok kontrol. Temuan ini menunjukkan bahwa kompres jahe efektif dalam membantu mengurangi nyeri lutut pada lansia dengan *osteoarthritis*. Tanpa melupakan manfaat dari mengkonsumsi obat untuk osteoarthritis, efek hangat dari kompres jahe mampu meningkatkan sirkulasi darah lokal dan merilekskan otot, kandungan aktif jahe seperti gingerol dan shogaol berperan sebagai antiinflamasi dan analgesik alami. Kompres jahe efektif sebagai terapi komplementer dan mampu memberikan efek yang baik jika dikombinasikan dengan obat dalam menurunkan nyeri lutut pada lansia dengan *osteoarthritis*.

Kata kunci : Kompres Jahe, Lansia, Nyeri Lutut, Osteoarthritis, Terapi Nonfarmakologis.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan laporan penelitian yang berjudul “Efektivitas Kompres Jahe terhadap Nyeri Lutut Pada Lansia Dengan Osteoarthritis di Posyandu Anggrek Dusun Bojong Ngargomulyo Dukun Magelang”.

Penulisan laporan penelitian ini merupakan salah satu tugas akhir studi Skripsi Prodi Sarjana Keperawatan STIKes Panti Rapih Yogyakarta. Dalam penyusunan laporan penelitian ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih tak terhingga kepada pihak-pihak yang ikut membantu dan terlibat dalam menyelesaikan laporan penelitian ini, khususnya kepada :

1. Ibu Yulia Wardani,MAN selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta
2. Ibu Dr. Theresia Titin Marlina,Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing I laporan penelitian
3. Suster Suparmi,M.Kep.,Ns.,Sp.KMB selaku dosen pembimbing II laporan penelitian
4. Kepala Dusun dan Kader di Posyandu Anggrek Dusun Bojong, Ngargomulyo, Dukun, Magelang, Jawa Tengah yang telah memberikan informasi dan ijin penelitian ini
5. Lansia yang berpartisipasi dan terlibat dalam penelitian ini.

Akhir kata penulis menyadari bahwa penyusunan laporan penelitian ini memiliki banyak kekurangan serta jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak, agar kedepannya penulis dapat memperbaiki dan menyusun laporan penelitian dengan baik dan benar. Semoga laporan penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada kami selaku mahasiswa sarjana keperawatan dan pembaca.

Yogyakarta, 10 November 2025

(Yunita Anggraini P)

DAFTAR ISI

LAPORAN PENELITIAN	ii
HALAMAN MOTTO.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
INTISARI	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Lansia	10
2.2 Nyeri Lutut	13
2.3 Osteoarthritis Pada Lansia	16
2.4 Penatalaksanaan.....	19
2.5 Penilaian Skala Nyeri	20
2.6 Kompres Jahe	21
2.7 Kerangka Teori	26

2.8 Kerangka konsep	27
2.9 Hipotesis penelitian	28
BAB 3 METODE PENELITIAN	29
3.1 Desain Penelitian	29
3.2 Definisi Operasional	30
3.3 Populasi dan sampel	31
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
3.5 Teknik dan Instrumen Penelitian.....	32
3.6 Pengolahan dan Analisa Data	34
3.7 Etika Penelitian.....	37
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	39
4.2 Hasil dan Pembahasan	40
4.3 Kelemahan Penelitian	46
4.4 Keterbatasan Penelitian	47
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	48
5.1 Simpulan	48
5.2 Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 SOP Pemberian Kompres Jahe	24
Tabel 3.1 Definisi Operasional	30
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Pekerjaan Pada Lansia di Posyandu Anggrek Dusun Bojong (n=44)	41
Tabel 4. 2 Uji Normalitas Data Skala Nyeri <i>Pre</i> dan <i>Post</i> Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	43
Tabel 4. 3 Perbedaan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Pada Pasien Kelompok Intervensi	43
Tabel 4. 4 Perbedaan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Pada Pasien Kelompok Kontrol	45
Tabel 4. 5 Perbedaan Nyeri Pasien Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Visual Analog Scale	20
Gambar 2. 2 Rimpang Jahe Emprit	22
Gambar 4. 1 Lokasi Penelitian Dusun Bojong	40

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori	26
Bagan 2. 2 Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1
Lampiran 2
Lampiran 3
Lampiran 4
Lampiran 5
Lampiran 6
Lampiran 7
Lampiran 8
Lampiran 9
Lampiran 10
Lampiran 11
Lampiran 12
Lampiran 13
Lampiran 14
Lampiran 15