

LAPORAN PENELITIAN
EFEKTIVITAS KOMPRES JAHE TERHADAP NYERI LUTUT PADA LANSIA
DI POSYANDU KASIH IBU DUSUN GEMER, NGARGOMULYO, DUKUN,
MAGELANG, JAWA TENGAH



B. DELLATYANA

202223008

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

STIKES PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN
EFEKTIVITAS KOMPRES JAHE TERHADAP NYERI LUTUT PADA LANSIA
DI POSYANDU KASIH IBU DUSUN GEMER, NGARGOMULYO, DUKUN,
MAGELANG, JAWA TENGAH



B. DELLATYANA

202223008

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

STIKES PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN

EFEKTIVITAS KOMPRES JAHE TERHADAP NYERI LUTUT PADA LANSIA DI POSYANDU KASIH IBU DUSUN GEMER, NGARGOMULYO, DUKUN, MAGELANG, JAWA TENGAH

Disusun Oleh:

B. Dellatiana

NPM 202223008

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

Yogyakarta, 19 Februari 2026

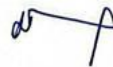
Pembimbing I,



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

NIDN 0529117702

Pembimbing II,



MI. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN

NIDN 0527026801

SKRIPSI

EFEKTIVITAS KOMPRES JAHE TERHADAP NYERI LUTUT PADA LANSIA
DI POSYANDU KASIH IBU DUSUN GEMER, NGARGOMULYO, DUKUN,
MAGELANG, JAWA TENGAH

Disusun Oleh:
B. Dellatiyana
NPM 202223008

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

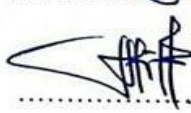
Ayu Wardani MAN
NIK 201450001

Penguji:

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

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

2. MI. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN


.....

.....

.....

HALAMAN MOTTO

“Segala sesuatu dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku”

(Filipi 4:13)

“Proses ini mengajarkan bahwa jatuh dan lelah adalah perjalanan. Bukan tentang seberapa sering terjatuh, tetapi tentang keberanian untuk terus mencoba. Selama masih ada harapan, langkah akan selalu menemukan jalan untuk terus berjalan hingga akhir.”

(Perunggu 33-X)

“Lahir sebagai anak perempuan pertama dari seorang petani, langkah ini tumbuh dari kesederhanaan dan doa. Menjadi sarjana bukan soal berasal dari keluarga berada, tetapi tentang syukur, keteguhan dan keberanian untuk terus bermimpi.”

(Brigita Dellatiana)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yesus dan Bunda Maria atas segala limpahan rahmat, karunia, dan kasih-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Atas izin dan kehendaknya penulis diberikan kesehatan, kekuatan, kesabaran, serta keteguhan hati dalam menghadapi setiap proses dan tantangan selama penyusunan skripsi ini. Segala keterbatasan, kesulitan dan hambatan yang penulis alami dapat terlewati berkat pertolongan Tuhan dan Bunda Maria yang senantiasa hadir di setiap langkah perjuangan. Doa, harapan, serta usaha yang penulis lakukan tidak akan berarti tanpa penyertaan dan bimbingan-Nya. Oleh karena itu, skripsi ini merupakan wujud rasa syukur atas kasih dan anugerah Tuhan yang tak terhingga. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Cinta Pertama penulis Bapak Ignatius Wiyono dan Pintu Surgaku mamak Valentina Kustinah Utin. Terimakasih penulis ucapkan atas segala pengorbanan dan ketulusan yang diberikan. Meskipun Bapak dan Mamak belum pernah merasakan pendidikan di bangku perkuliahan, namun selalu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan, mengusahakan, memberikan dukungan baik secara moral maupun finansial, serta memprioritaskan pendidikan dan impian anak-anaknya. Setiap cucuran keringat dan jerih payah yang engkau tukarkan menjadi sebuah nafkah demi anakmu bisa sampai kepada tahap ini, perjalanan hidup kita sebagai satu keluarga utuh memang tidak mudah, tetapi segala hal yang telah dilalui memberikan penulis pelajaran yang sangat berharga tentang menjadi seorang perempuan yang kuat, bertanggung jawab, selalu berjuang, dan mandiri. Semoga dengan adanya skripsi ini membuat Bapak Mamak lebih bangga karena telah berhasil menjadikan anak perempuan pertamanya ini menyandang gelar sarjana seperti yang diharapkan. Besar harapan penulis semoga Bapak Mamak senantiasa diberikan kesehatan, umur panjang, dan kesempatan untuk menyaksikan setiap keberhasilan penulis di masa yang akan datang. Apapun yang penulis capai kelak, semuanya berakar dari cinta dan pengorbanan Bapak dan Mamak.

2. Nickholaus Anjang Setya Permana dengan NIT 612411239251 sebagai *patner sepesial* penulis. Terimakasih telah menjadi bagian penting dalam perjalanan hidup penulis, yang selalu hadir menemani, meluangkan waktu, dan menguatkan dengan kesabaranyang luar biasa. Sosok yang tak pernah lelah memberi semangat, bahkan di saat dirinya sendiri menyimpan banyak hal dan memilih tidak memikirkan masalahnya demi tetap menopang penulis. Terimakasih atas doa yang tak pernah putus, pengertian yang selalu diberikan, serta ketulusan yang hadir tanpa tuntutan dan syarat. Terimakasih telah menjadi rumah tempat penulis pulang ketika dunia terasa berat, tempat penulis diterima apa adanya, tanpa tuntutan dan syarat. Harapanya semoga selalu ada ruang untuk tumbuh bersama, saling menguatka dalam setiap langkah, dan tetap memilih bertahan ketika keadaan tidak selalu mudah. Semoga kebersamaan ini tidak hanya tentang tawa dan bahagia, tetapi juga tentang belajar, menguatkan, dan pulang bersama. Semoga ikatan ini tidak hanya sementara, tetapi bertahan untuk selamanya.
3. Adek kecil tersayang Raffael Putra Tiyono, terimakasih atas kehadiranmu yang selalu menjadi alasan penulis untuk tetap bertahan, berdiri tegak, dan tidak menyerah pada keadaan seberat apa pun hidup ini berjalan. Setiap tawa, dan langkah kecilmu menjadi pengingat bagi penulis bahwa hidup harus terus diperjuangkan bukan hanya untuk diri sendiri, tetapi juga untuk masa depanmu. Penulis ingin menjadi contoh bahwa keterbatasan bukanlah penghalang untuk bermimpi dan berjuang. Segala lelah, air mata, dan pengorbanan yang penulis lalui hari ini adalah doa yang sedang diperjuangkan agar kelak kamu dapat melangkah lebih jauh, lebih tinggi, dan lebih berhasil dari penulis. Harapan terbesar penulis bisa melihatmu tumbuh menjadi laki-laki yang kuat, berpendidikan, beriman, dan mampu meraih masa depan yang lebih baik, tanpa harus merasakan berat perjuangan yang pernah penulis alami.

4. Lutfi Mahendra Pratama seseorang yang kehadirannya tidak selalu dapat dijelaskan, namun meninggalkan jejak yang dalam bagi perjalanan hidup penulis. Melalui perjumpaan dan proses yang dilalui, penulis belajar untuk tetap berdiri, menguatkan diri, dan bertahan dalam setiap keadaan baik saat berada di titik terendah maupun tersulit. Kehadirannya menjadi pengingat bahwa setiap proses hidup, seberat apa pun harus tetap berjalan.
5. Fransiska Desiyana, Yunita Anggraini, Veronica Mala Novita, Aura Diva, Vinsensia Devita, Maria Veaney. Terimakasih telah hadir bukan hanya sebagai teman dalam tawa, tetapi juga sebagai penguat di saat penulis berada pada titik lelah dan rapuh. Terimakasih telah menjadi tempat berbagi cerita, keluh kesah, dan air mata, tanpa menghakimi dan tanpa menuntut apa pun. Setiap doa, bantuan, dan kebersamaan yang terjalin menjadi bagian berharga dalam kehidupan penulis, yang tidak hanya menguatkan secara akademik, tetapi juga secara manusiawi. Kehadiran kalian adalah bukti bahwa perjalanan hidup yang berat akan terasa lebih ringan ketika dijalani bersama.
6. Ibu Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M. Kep dan Ibu MI. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN selaku dosen pembimbing. Terimakasih atas bimbingan, kesabaran, dan kepercayaan yang diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Setiap arahan dan masukan tidak hanya membentuk kualitas karya ini, tetapi juga menguatkan penulis untuk tetap bertahan, belajar, dan menyelesaikan setiap proses dengan penuh tanggung jawab. Bimbingan yang diberikan menjadi bekal berharga bagi penulis, baik dalam perjalanan akademik maupun kehidupan ke depan.
7. Ibu Arimbi Karunia Estri, Ns., M. Kep selaku dosen penguji. Penulis mengucapkan terimakasih atas waktu, perhatian, serta masukan yang diberikan selama proses skripsi. Saran dan arahan menjadi pembelajaran berharga yang membantu penulis bertumbuh, memperbaiki skripsi ini, dan melangkah lebih matang dalam proses akademik.
8. Keluarga besar penulis, terimakasih atas doa, perhatian, dukungan, serta kasih yang senantiasa diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan hingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

9. Digo, boneka kesayangan penulis. Terimakasih telah setia menemani penulis dalam sunyi dan lelahnya proses panjang ini. Di malam-malam penuh doa, air mata, dan kelelahan, kehadiranmu menjadi penguat diam yang membantu penulis bertahan ketika terasa terlalu berat. Digo menjadi saksi bisu dari perjuangan, kekuatan, harapan, dan keyakinan penulis hingga skripsi ini akhirnya dapat terselesaikan.
10. Brigita Dellatiyana, perempuan kecil yang selalu kuat dan sering kali berpura-pura kuat. Terimakasih karena memilih bertahan meskipun lelah, tetap melangkah meski takut, dan tidak menyerah bahkan ketika dunia terasa berat. Terimakasih telah belajar bangkit dari luka, menyimpan air mata dalam diam, dan terus berjuang tanpa banyak suara. Semoga setelah ini, kamu belajar untuk beristirahat tanpa merasa bersalah, dan mencintai dirimu sendiri dengan lebih lembut.

INTISARI

Nama : B. Dellatiyana

NPM : 202223008

Judul : Efektivitas Kompres Jahe Terhadap Nyeri Lutut Pada Lansia di Posyandu Kasih Ibu Dusun Gemer, Ngargomulyo, Dukun, Magelang, Jawa Tengah.

Tanggal Ujian : Selasa, 10 Februari 2026

Pembimbing : 1. Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M. Kep
2. MI. Ekatrina Wijayanti., Ns., MSN

Jumlah Pustaka : 102 Pustaka (2020-2025)

Jumlah Halaman : CVIII, 108 halaman, daftar pustaka, lampiran

Nyeri lutut merupakan masalah kesehatan yang umum dialami oleh populasi lansia. Kondisi ini sangat membatasi mobilitas dan rutinitas harian. Selain pengobatan medis, penanganan nyeri lutut pada kelompok lansia dapat melibatkan pendekatan non-farmakologis, seperti terapi kompres jahe. Kandungan senyawa aktif dalam jahe yang memiliki sifat antiinflamasi dan pereda nyeri dinilai efektif dalam meredakan keluhan tersebut. Tujuan: Penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian kompres jahe terhadap nyeri lutut pada lansia di Posyandu Kasih Ibu Dusun Gemer. Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimen* dengan *pretest-posttest nonequivalent control group*. Sebanyak 40 lansia dibagi menjadi kelompok intervensi yang diberikan kompres jahe dan kelompok kontrol tanpa diberikan kompres jahe. Intervensi diberikan selama 2 minggu berturut-turut, selama 60 menit dengan dilakukan 2 hari sekali pada sore hari setelah lansia selesai berkegiatan. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi menggunakan *Visual Analog Scale (VAS)*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri lutut yang signifikan pada kelompok intervensi setelah pemberian kompres jahe empirit ($P < 0,001$). Sementara itu pada kelompok kontrol tidak ditemukan perubahan nyeri yang signifikan ($P = 1,000$). Perbandingan antara kelompok intervensi dan kontrol menunjukkan perbedaan penurunan nyeri yang bermakna ($P < 0,001$). Kesimpulan penelitian ini menunjukan bahwa pemberian kompres jahe efektif dalam menurunkan nyeri lutut pada lansia di Posyandu Kasih Ibu Dusun Gemer. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif terapi non-farmakologis yang aman, mudah, dan terjangkau dalam pelayanan kesehatan lansia. Disarankan kompres jahe diterapkan sebagai terapi pendamping nyeri lutut lansia, serta penelitian selanjutnya dilakukan dengan durasi lebih panjang dan sampel lebih besar agar hasil lebih kuat.

Kata kunci: *Kompres Jahe, Nyeri Lutut, Lansia*

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 Di Posyandu Kasih Ibu Dusun Gemer Ngargomulyo, Dukun, Magelang, Jawa Tengah” dengan tepat pada waktunya.

Penulisan laporan penelitian ini merupakan salah satu tugas akhir studi Skripsi Prodi Sarjana Keperawatan STIKes Panti Rapih Yogyakarta. Dalam penyusunan laporan penelitian penulis ucapkan 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 Arimbi Karunia Estri, Ns., M. Kep selaku ketua penguji yang memberikan masukan untuk penyempurnaan skripsi ini
3. Ibu Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing I Penelitian
4. Ibu MI. Ekatrina Wijayanti.,Ns.,MSN selaku dosen pembimbing II Penelitian
5. Kepala Dusun dan Kader Di Posyandu Kasih Ibu, Ngargomulyo, Dukun, Magelang, Jawa Tengah yang telah memberikan informasi dan ijin penelitian
6. Lansia yang terlibat dalam penelitian ini

Penulis juga menyadari bahwa dalam penulisan laporan penelitian ini memiliki banyak kekurangan serta jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan laporan penelitian ini. Semoga laporan penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada kami selaku mahasiswa sarjana keperawatan dan menambah wawasan bagi pembacanya.

Yogyakarta, 2 Februari 2026

B. Dellatiana

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
INTISARI	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Tinjauan Teori.....	9
2.2 Kerangka Teori	24
2.3 Kerangka Konsep	25
2.4 Hipotesis Penelitian.....	26
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Desain Penelitian	27
3.2 Definisi Operasional.....	28
3.3 Populasi dan Sampel	28
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian	29
3.5 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	30
3.6 Analisis Data	33
3.7 Etik Penelitian	35