



**EFEKTIFITAS KOMSUMSI JAHE MERAH (*zingiber officinale*)
TERHADAP KADAR ASAM URAT PADA PASIEN *GOUT ARTHRITIS*
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SALIDO KABUPATEN
PESISIR SELATAN**

***THE EFFECT OF (Zingiber officinale) ON URAT ACID CONTENT IN
ARTHRITICAL GOUT PATIENTS IN THE WORKING AREA OF SALIDO
HEALTH CENTER OF PESISIR SELATAN DISTRICT***

Veolina Irman¹, Ibrahim², Niko Yulliandra¹

¹Prodi Keperawatan, STIKES Syedza Sainika

²Prodi TLM, STIKES Syedza Sainika

(ns.veolina@gmail.com, 085376741599)

ABSTRAK

Asam urat adalah sisa metabolisme zat purin yang berasal dari makanan yang kita konsumsi. Asam urat dibutuhkan oleh tubuh dalam batas normal, kondisi ketika terjadi kelebihan asam urat dalam darah disebut *hiperurisemia*. Apabila terjadi penumpukan asam urat dapat menyebabkan penyakit *gout arthritis*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh konsumsi jahe merah terhadap kadar asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018. Jenis penelitian adalah penelitian *quasy eksperiment* dengan rancangan *pretest posttest two group design*. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan dilaksanakan mulai dari April-Agustus 2018. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 16 orang, 8 orang sebagai kelompok kontrol dan 8 orang lagi sebagai kelompok intervensi. Data dikumpulkan melalui lembar observasi. Data dianalisa secara univariat dan bivariat dengan uji menggunakan uji T-test Independen. Hasil penelitian pada kelompok kotrol didapatkan nilai $p=0,003$ dan hasil penelitian pada kelompok intervensi didapatkan nilai $p=0,002$. Pengobatan farmakologi ditambah konsumsi jahe merah berpengaruh dalam menurunkan kadar asam urat dibandingkan dengan farmakologi saja pada pasien *gout arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018.

Kata Kunci : Asam Urat, Gout Arthritis, Jahe Merah

ABSTRACT

Uric acid is needed by the body within normal limits, the condition when there is excess uric acid in the blood is called hyperuricemia. If there is a buildup of uric acid, it can cause gout arthritis. The purpose of this study was to determine the effect of red ginger consumption on uric acid levels in the Work Area of Salido Health Center in South Coastal District in 2018. This type of research is quasy experimental research with the pretest posttest two group design. This research was carried out in the Salido Community Health Center Work Area of Pesisir Selatan Regency carried out from April to August 2018. The number of samples in this study were 16 people, 8 people as the control group and 8 others as the intervention group. Data was collected through observation sheets. Data were



analyzed univariately and bivariately by using the Independent T-test. The results of the study in the control group obtained $p = 0.003$ and the results of the study in the intervention group obtained $p = 0.002$. Pharmacological treatment plus consumption of red ginger has an effect on reducing uric acid levels compared to pharmacology alone in gout arthritis patients in the Salido Community Health Center in pesisir selatan in 2018.

Keyword : *Urat acid, Atrhritis Gout, Zingiber officinale*

PENDAHULUAN

Sekitar 85% asam urat dapat diproduksi sendiri oleh tubuh melalui metabolisme nukleotida purin *endogen*, *guanin acid (GMP)*, *insonic acid (IMP)*, dan *adenic acid (AMP)*. Dalam kadar normal, asam urat dalam tubuh berfungsi sebagai anti oksidan alami. Asam urat dalam tubuh dapat diketahui melalui pemeriksaan kadar asam urat serum. Pada pria, kadar asam urat normal yaitu 3,0-7,5 mg/dl. Sementara itu, kadar asam urat normal pada wanita yaitu 2,4-6,5 mg/dl. Namun kadar asam urat dalam darah berlebih maka dapat menjadi indikator adanya suatu penyakit. Kondisi ketika terjadi kelebihan asam urat dalam darah disebut *hiperurisemia*. Kondisi *hiperurisemia* tidak langsung menjadi penyakit asam urat, namun jika *hiperurisemia* terjadi terus menerus maka dapat menyebabkan asam urat (Tersono, 2006).

Penyakit *gout arthritis* disebabkan oleh menumpuknya kristal asam urat yang dihasilkan dari metabolisme zat purin. Penyebabnya saat makanan/zat yang mengandung purin dalam jumlah yang banyak

masuk kedalam tubuh, kemudian melalui metabolisme berubah menjadi asam urat, kemudian kadar asam urat dalam tubuh meningkat, sehingga ginjal tidak mampu membuang kelebihan asam urat dan kristal asam urat menumpuk di persendian. Akibatnya terjadi bengkak dan nyeri di daerah persendian. Nyeri sendi merupakan indikator utama asam urat, tetapi rasa ngilu pada persendian banyak sebabnya, belum tentu disebabkan oleh asam urat. Tanda dan gejala lainnya adanya rasa ngilu, linu dan bahkan bengkak berwarna kemerahan. Nyeri datang secara berulang dan yang biasa terjadi pada sendi jari kaki, jari tangan, dengkul, tumit, pergelangan tangan dan siku (Apriyanti,2010).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) di dunia penyakit *gout arthritis* tercatat sebanyak 1000 pria berusia 35-45 tahun, 15 orang diantaranya menderita *gout arthritis*. Parah ahli mengatakan 1 diantara 100 orang berisiko menderita penyakit *gout arthritis* tersebut. Kejadian *gout arthritis* di indonesia terus meningkat dan bertambah banyak. Pada tahun 2014 adalah sebesar 24,3% pada laki-laki dan 11,7% pada perempuan. Sedangkan di



Indonesia mengalami peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya, pada tahun 2011 prevalansinya mencapai 29,35%, tahun 2012 sebesar 39,47% dan tahun 2013 sebesar 45,59%. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2007 dan 2013 prevalansinya secara nasional mengalami peningkatan dari 32,2% menjadi 36,6%. Sumatra Barat juga mengalami peningkatan kejadian, pada tahun 2007 prevalansinya sebesar 33,0% dan tahun 2013 sebesar 34,5%.

Berdasarkan data rekapan register 10 penyakit terbanyak di Kabupaten Pesisir Selatan mengenai penyakit radang sendi, menduduki posisi ke 6 penyakit terbanyak dimana pada tahun 2016 terdapat 20742 orang penderita radang sendi (Dinkes pesisir selatan 2016). Pada tahun 2017 terjadi peningkatan penderita penyakit radang sendi sendiri naik keposisi 5 dalam 10 penyakit terbanyak yaitu sebanyak 26028 orang (Dinkes Pesisir Selatan 2017) Penyakit radang sendi sendiri mempunyai banyak klasifikasi, diantaranya penyakit *gout arthritis*. Penyakit *gout arthritis* sendiri menduduki posisike 2 dalam penyakit radang sendi dimana tahun 2016 didapatkan data sebanyak 213 orang penderita *gout arthritis*. Kemudian pada tahun 2017 didapatkan data sebanyak 246 penderita (Puskesmas Salido, 2018).

Hasil penelitian Mirwan (2008) melakukan penelitian tentang aktifitas jahe merah dalam menurunkan kadar asam urat

serta senyawa biotiknya bahwa ada pengaruh ekstra jahe merah dalam menurunkan kadar asam urat dengan nilai $p < 0,05$. Berdasarkan persen penurunan kadar asam urat kelompok kontrol positif yang diberikan suspensi alluprinol memberikan efek penurunan kadar asam urat sebesar 54%. Pada kelompok perlakuan yang diberi ekstra jahe merah memberikan efek penurunan sebesar 43%.

Hasil survei data di Puskesmas Salido pada bulan Januari-desember 2016 didapatkan data sebanyak 253 orang penderita *gout arthritis*. Kemudian pada bulan Januari-desember 2017 didapatkan data sebanyak 276 penderita *gout arthritis*. Sementara itu pada bulan Januari-April tahun 2018 sebanyak 107 orang penderita *gout arthritis*. Disini peneliti dapat melihat fenomena atau masalah, dimana terjadi peningkatan jumlah pasien penderita *gout arthritis* dari tahun sebelumnya.

BAHAN DAN METODE

Rancangan penelitian merupakan suatu strategi untuk mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan dan berperan sebagai pedoman atau penuntun peneliti pada seluruh proses penelitian (Nursalam, 2008). Jenis penelitian adalah penelitian *quasy eksperiment* dengan rancangan *pretest posttest two group design* (Notoadmojo, 2012). Desain penelitian yang melakukan observasi (pengukuran) sebelum dan sesudah di berikan perlakuan pada kelompok intervensi. Rancangan penelitian tersebut adalah sebagai berikut :



Subjek	Intervensi	Post Test
K1	X	01
K2		02

Tabel 3.1

Keterangan :

K1 : Kelompok eksperimen

K2 : Kelompok kontrol

X : Intervensi

01 : Pengukuran nilai asam urat pada kelompok intervensi

02 : Pengukuran nilai kadar asam urat pada kelompok kontrol.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan dilaksanakan mulai dari April-Agustus 2018

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang berada dalam wilayah penelitian (Arikunto, 2006). Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita *gout arthritis* yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Pada Bulan Januari-April 2018 dengan jumlah pasien 107 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoadmojo, 2012). Sampel dalam penelitian ini adalah penderita *gout arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018.

Menurut Supranto (2007) besar sampel di hitung dengan rumus federer, dengan perhitungan sebagai berikut:

Rumus :

$$(n-1) \times (t-1) > 15$$

Keterangan:

n = besar sampel

t = jumlah perlakuan

$$(n-1)(t-1) > 15$$

$$(n-1)(1-1) > 15$$

$$(n-1) > 15$$

$$n > 15 + 1$$

$$n > 16$$

Pada kelompok *gout arthritis* 16 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi. Cadangan untuk penelitian yaitu 10% dari 16 responden maka jumlah cadangan adalah 1,6 atau 2 orang responden cadangan. Maka total sampel adalah 18 orang responden yang sesuai dengan kriteria inklusi kemudian di bagi menjadi 2 kelompok yaitu 8 orang responden sebagai kelompok eksperimen dan 8 orang lagi sebagai kelompok control.



Random sampling adalah pengambilan pengumpulan semua populasi kemudian diundi dengan cara lotre kemudian yang terpilih dan memenuhi kriteria di jadikan sampel (Notoadmojo, 2012).

HASIL Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini peneliti bagi menjadi dua karakter, yakni : berdasarkan usia dan jenis kelamin. dapat terlihat bahwa jumlah laki-laki adalah sebanyak 9 orang dan jumlah wanita adalah 7 orang dan usia 40-59 tahun adalah 8 orang dan usia ≥ 60 adalah 8 orang.

1. Analisis Univariat

- b. Rata-rata kadar asam urat pada penderita gout arthritis pada kelompok kontrol

Tabel 4.3

Rata-rata Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Kelompok Kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018

Variabel	Mea n	SD	Min	Max	n
Kadar Asam Urat	8.11	0.951	7,2 mg/ dl	9,2 mg/dl	8

Berdasarkan tabel 4.2 diperoleh rata-rata kadar asam urat pada kelompok kontrol yaitu 8.112 dengan standar deviasi yaitu 0,9517 di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018.

- c. Rata-rata kadar asam urat pada penderita gout arthritis kelompok intervensi sesudah konsumsi jahe merah

Tabel 4.4

Rata-rata Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Kelompok Intervensi Sesudah Konsumsi Jahe Merah di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018

Variabel	Mea n	SD	Min	Max	n
Kadar Asam Urat	6.60 0	0,951 7	4,6 mg/ dl	7,4 mg/dl	8

Berdasarkan tabel 4.3 diperoleh rata-rata kadar asam urat pada kelompok intervensi yang mengkonsumsi jahe merah yaitu 6.600 dengan standar deviasi di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018.

2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh konsumsi air rebusan jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis

- a. Pengaruh konsumsi air rebusan jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis

Variabel	T-hitung	T-tabel	P Value
Kadar Asam Urat Post Test Intervensi	3.754	1,745	0.05



Post Test Kontrol

Berdasarkan tabel 4.5 terlihat t -hitung $>$ t -tabel ($3.754 > 1.745$) dan $\text{sig} < 0,05$ ($0,002 < 0,05$) dapat disimpulkan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian jahe merah efektif terhadap penurunan kadar asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018.

3. PEMBAHASAN

Analisa Univariat

1. Rata-rata nilai kadar asam urat kelompok kontrol

Berdasarkan tabel hasil diperoleh rata-rata nilai kadar asam urat pada kelompok kontrol yaitu mean kadar asam urat 8.112 dengan standar deviasi untuk kadar asam urat yaitu 0,9517 kadar asam urat terendah adalah 7,2 dan kadar asam urat tertinggi adalah 9,2 di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Mirwan (2008) melakukan penelitian tentang aktifitas jahe merah dalam menurunkan kadar asam urat serta senyawa biotiknya bahwa ada pengaruh jahe dalam menurunkan kadar asam urat dengan nilai $p < 0,05$. Berdasarkan persentase penurunan kadar asam urat kelompok kontrol positif yang diberikan suspensi alluprinol memberikan efek penurunan kadar asam urat sebesar 54%

Asam urat adalah sisa metabolisme zat purin yang berasal dari makanan yang kita konsumsi, ini juga merupakan hasil samping dari pemecahan sel. Purin merupakan salah satu komponen asam nukleat yang terdapat pada inti sel semua makhluk hidup, purin terdapat dalam tubuh kita, terdapat juga pada makanan yang berasal dari hewan dan tumbuhan (Tersono, 2006). Dalam kadar normal, asam urat dalam tubuh berfungsi sebagai anti oksidan alami. Asam urat dalam tubuh dapat diketahui melalui pemeriksaan kadar asam urat serum. Pada pria, kadar asam urat normal yaitu 3,0-7,5 mg/dl. Sementara itu, kadar asam urat normal pada wanita yaitu 2,4-6,5 mg/dl. Namun kadar asam urat dalam darah berlebih maka dapat menjadi indikator adanya suatu penyakit. Kondisi ketika terjadi kelebihan asam urat dalam darah disebut *hiperurisemia*. Kondisi *hiperurisemia* tidak langsung menjadi penyakit asam urat, namun jika *hiperurisemia* terjadi terus menerus maka dapat menyebabkan asam urat (Tersono, 2006).

Penyakit *gout arthritis* disebabkan oleh menumpuknya kristal asam urat yang dihasilkan dari metabolisme zat purin. Penyebabnya saat makanan/zat yang mengandung purin dalam jumlah yang banyak masuk ke dalam tubuh, kemudian melalui metabolisme berubah menjadi asam urat, kemudian kadar asam urat dalam tubuh meningkat, sehingga ginjal tidak mampu



membuang kelebihan asam urat dan kristal asam urat menumpuk di persendian. Akibatnya terjadi bengkak dan nyeri di daerah persendian. Nyeri sendi merupakan indikator utama asam urat, tetapi rasa ngilu pada persendian banyak sebabnya, belum tentu disebabkan oleh asam urat. Tanda dan gejala lainnya adanya rasa ngilu, linu dan bahkan bengkak berwarna kemerahan. Nyeri datang secara berulang dan yang biasa terjadi pada sendi jari kaki, jari tangan, dengkul, tumit, pergelangan tangan dan siku (Apriyanti,2010)

Untuk penanganan *gout arthritis* biasanya dibagi menjadi dua yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Penangan secara farmakologi biasanya dengan obat-obatan modern (Kimia), obat Anti Inflamasi Non-Steroid (OAINS) yang berfungsi mengatasi nyeri sendi akibat peradangan. Kortikosteroid berfungsi sebagai anti radang dan menekan reaksi imun, obat ini dapat diberikan dalam bentuk tablet atau suntikan dibagian sendi yang sakit. Imunosupresif berfungsi menekan sistem imun, obat ini jarang digunakan karena efek sampingnya cukup berat yaitu dapat menimbulkan penyakit kanker dan bersifat racun bagi ginjal dan hati (brunner & Suddart, 2002).

Asumsi peneliti bahwa asam urat yang berlebih sangat perlu di tangani dengan baik, hal ini karena dengan peningkatan asam urat yang berlebih dari kadar normalnya menyebabkan penyakit *gout arthritis*, yang

bisa menyebabkan nyeri dan kerusakan pada ginjal. Berdasarkan penelitian ini peneliti disini melihat pengaruh obat farmakologi dalam menurunkan kadar asam urat, adapun obat yang rutin mereka konsumsi ketika sakit adalah Alluprinol, Natrium Diclofenat, disini terlihat pasien yang mengkonsumsi obat farmakologi mengalami penurunan kadar asam urat.

2. Rata-rata nilai kadar asam urat kelompok intervensi sesudah pemberian air rebusan jahe

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh rata-rata nilai kadar asam urat pada kelompok intervensi yang mengkonsumsi jahe merah yaitu mean kadar asam urat 6.600 dengan standar deviasi untuk kadar asam urat yaitu 0,9517 kadar asam urat terendah adalah 4,6 dan kadar asam urat tertinggi adalah 7,4 di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh mirwan (2008) melakukan penelitian tentang aktifitas jahe merah dalam menurunkan kadar asam urat serta senyawa biotiknya bahwa ada pengaruh ekstra jahe merah dalam menurunkan kadar asam urat.

Selain penggunaan obat-obatan dalam penanganan penyakit *gout arthritis*, terdapat juga penanganan secara non farmakologi yang digunakan penyakit asam urat yang berfungsi sebagai anti radang, penghilang rasa sakit



(analgesik), membersihkan darah dari zat toksik, peluruh kemih (diuretik) sehingga memperbanyak urine dan menurunkan asam urat. Adapun jenis tanaman yang berkhasiat untuk mengatasi asam urat diantaranya yaitu, mengkudu, sambilito, kumis kucing, daun salam, alang-alang, temulawak, jahe merah dan kunyit (Saraswati, 2009).

Pengobatan asam urat secara herbal ada banyak jenisnya. Salah satu jenis obat herbal untuk asam urat ialah menggunakan jahe. Jahe bisa menjadi pilihan obat herbal bagi penyakit asam urat jika dapat mengolahnya dengan benar. Jahe (*zingiber officinale*) memiliki beberapa varietas yang beredar dimasyarakat, varietas tanaman jahe terbagi menjadi 3 jenis, yaitu jahe gajah, jahe kuning dan jahe merah. Namun pada dasarnya ketiga jenis jahe ini memiliki khasiat yang luar biasa bagi manusia. Jahe memiliki khasiat untuk menurunkan kadar lemak jahat yang ada dalam tubuh, mamfaat jahe (khususnya jahe merah) untuk menggempur lapisan lemak di usus. Selain itu juga dapat menghancurkan penumpukan zat purin (penyebab asam urat) dengan kandungan-kandungan di dalam jahe itu sendiri. Manfaat yang berlimpah dari tanaman jahe ialah adanya senyawa keton yang disebut *zingeron*. selain itu, ada banyak kandungan lain yang dimiliki oleh jahe, antara lain: *zingiberol*, *bisabolena*, *kurkumen*, *gingerol*, *filandrena*, *flavonoid*, *saponin* dan resin pahit (Katzung, 2001).

Asumsi peneliti dalam pengobatan asam urat bukan saja tentang obat farmakologi, terdapat juga obat herbal yang sangat baik dalam menurunkan kadar asam urat yaitu jahe merah bahkan sudah ada produksi obat dengan bahan dasar jahe merah, cara pembuatan air rebusan jahe merah juga sangat mudah yaitu dengan mempersiapkan 2 ruas jahe merah(20 gr) kemudian jahe dibersihkan dan di geprek, lalu panaskan air sebanyak 300cc. Setelah air mendidih masukkan jahe yang telah digeprek tadi rebus selama 20 menit, tujuannya agar kandungan yang ada dala jahe tersebut tercampur kedalam air rebusan tadi. Artinya kandungan yang ada di jahe tersebut seperti flavonoid yang bekerja sebagai inhibitor (penghambat) enzim *xanter oksidate* yaitu menghambat produksi asam urat secara berlebihan dapat terpecah dan menyatu kedalam air rebusan tersebut. Setelah itu kemudian jahe diangkat dan dinginkan terlebih dahulu. kemudian siap untuk dikonsumsi saat masih hangat ataupun sudah dingin. Dalam penelitian ini peneliti melakukan pengecekan kadar asam urat terlebih dahulu selanjutnya diberikan konsumsi jahe sebanyak 2 kali dalam sehari lama waktu konsumsi 7 hari berturut-turut kemudian melakukan pengecekan kadar asam urat kembali pada hari kedelapan. Setelah melakukan penelitian ini peneliti melihat terdapat penurunan yang lebih baik di bandingkan dengan obat saja. Ada yang penurunannya signifikan ada juga yang tidak,



faktor itu mungkin disebabkan oleh berbagai faktor dari pasiennya sendiri, seperti faktor umur, kebiasaan dan prilakunya. Konsumsi jahe merah sangat baik sebagai pendamping obat farmakologi dalam menurunkan kadar asam urat.

Analisis Bivariat

Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan hasil uji statistik t-test independen didapatkan nilai $p = 0,002$ ($p \leq 0,05$), terlihat ada pengaruh pemberian air rebusan jahe merah di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Mirwan (2008) melakukan penelitian tentang aktifitas jahe merah dalam menurunkan kadar asam urat serta senyawa biotiknya bahwa ada pengaruh ekstra jahe merah dalam menurunkan kadar asam urat dengan nilai $p < 0,05$.

Pengobatan asam urat secara herbal ada banyak jenisnya. Salah satu jenis obat herbal untuk asam urat ialah menggunakan jahe. Jahe bisa menjadi pilihan obat herbal bagi penyakit asam urat jika dapat mengolahnya dengan benar. Jahe (*zingiber officinale*) memiliki beberapa varietas yang beredar dimasyarakat, varietas tanaman jahe terbagi menjadi 3 jenis, yaitu jahe gajah, jahe kuning dan jahe merah. Namun pada dasarnya

ketiga jenis jahe ini memiliki khasiat yang luar biasa bagi manusia. Jahe memiliki khasiat untuk menurunkan kadar lemak jahat yang ada dalam tubuh, mamfaat jahe (khususnya jahe merah) untuk menggempur lapisan lemak di usus. Selain itu juga dapat menghancurkan penumpukan zat purin (penyebab asam urat) dengan kandungan-kandungan di dalam jahe itu sendiri. Mamfaat yang berlimpah dari tanaman jahe ialah adanya senyawa keton yang disebut *zingeron*. selain itu, ada banyak kandungan lainyang dimiliki oleh jahe, antara lain: *zingiberol*, *bisabolena*, *kurkumen*, *gingerol*, *filandrena*, *flavonoid*, *saponin* dan resin pahit (Katzung, 2001).

Flavonoid berfungsi sebagai inhibitor enzim *xanter oksidase* dan anti oksidan. *Saponin* berpengaruh dalam menurunkan kadar asam urat yaitu dengan meningkatkan ekskresi asam urat pada urin. Saat mengkomsumsi ekstra enatol rebusan air jahe yang mengandung senyawa *flavonoid* masuk kedalam tubuh lalu diabsorsi oleh tubuh, kemudian senyawa tersebut beraktifitas dalam menghambat kerja enzim *xantin oksidase*, dimana fungsi enzim ini berperan dalam membentuk asam urat, sehingga asam urat terhambat pembentukannya. Efek flavonoid sebagai penghambatan enzim *xantin oksidase* tidak berlansung lama karena cepat di ekskresikan melalui urin (Katzung,2001).

Menurut peneliti, terdapatnya pengaruh komsumsi air rebusan jahe merah



terhadap penurunan kadar asam urat menggunakan obat tradisional sangat baik sebagai obat pendamping bagi obat farmakologi dapat dilihat hasil rata-rata kadar asam urat kelompok intervensi yaitu 6.600, sedangkan kelompok kontrol yaitu 8.112. Didalam penelitian ini peneliti melihat ada penurunan kadar asam urat yang signifikan ada juga yang sedikit, itu disebabkan beberapa faktor seperti faktor usia, jenis kelamin, kebiasaan serta pola hidup.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil yang telah didapatkan tentang pengaruh konsumsi air rebusan jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada pasien dengan Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan tahun 2018, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata kadar asam urat pada kelompok kontrol yaitu 8.112
2. Rata-rata kadar asam urat pada kelompok intervensi yaitu 6.600
3. Ada pengaruh konsumsi air rebusan jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita Gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Salido Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2018.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan yang didapatkan dari hasil penelitian maka peneliti menyarankan:

Bagi Tempat Penelitian (Puskesmas Salido)

Kepada petugas kesehatan khususnya perawat puskesmas supaya dapat melakukan kegiatan keperawatan khususnya pelayanan bagi penderita gout arthritis dalam menurunkan kadar asam urat dengan menggunakan air rebusan jahe merah sebagai salah satu intervensi keperawatan dan memberikan penyuluhan kepada penderita serta keluarga tentang manfaat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan mengkonsumsi makanan rendah purin.

Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan sebagai referensi yang bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penelitian ilmiah selanjutnya.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini dengan menggunakan terapi yang berbeda dalam menurunkan kadar asam urat pada penderita gout arthritis.



DAFTAR PUSTAKA

- Anonimus, 2007. *Petunjuk praktis bertanam jahe*. Jakarta: Agro Media
- Arikunto, 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan pratek*. Jakarta: Rineka Citra
- Apriyanti, 2017. *Meracik sendiri obat dan menu sehat bagi penderita asam urat*. Yogyakarta: Pustaka Baru
- Brunner & Suddarth, 2002. *Keperawatan medikal bedah*. Jakarta: EGC
- DINKES Kabupaten Pesisir Selatan, 2017. *Sepuluh penyakit terbanyak*. Painan: Dinas Kesehatan Pesisir Selatan
- Hidayat, 2013. *Metodologi Penelitian kesehatan paradigma kuantitatif*. Jakarta: Junaidi, 2012. *Rematik dan asam urat*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer
- Katzung BG, 2001. *Basic and clinical pharmacology*. New York: McGraw Hill
- Mirwan 2008. *Aktifitas ekstra jahe merah dalam menurunkan kadar asam urat*, jurusan Ilmu Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi, Universitas Hasanuddin. Medan
- Notoadmojo S, 2010. *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoadmojo S, 2010. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam, 2008. *Konsep dan penerapan metodologi penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Puskesmas Salido, *Laporan sepuluh penyakit terbanyak*. Salido: Yankes
- Rukmana, 2000. *Usaha tani jahe dilengkapi dengan pengelolaan jahe segar*. Yogyakarta: Seri Budi Daya