

# KOMPRES JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI OSTEOARTRITIS PADA LANJUT USIA

Ria Triastuti, Sri Hartutik, Erika Dewi Noorratri

[riatriastuti11@gmail.com](mailto:riatriastuti11@gmail.com)

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

## INTISARI

**Latar Belakang :** Nyeri Osteoarthritis merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan berkaitan dengan penyakit sendi akibat proses degeneratif sekaligus peradangan (inflamasi) pada tulang rawan sendi. Gejalanya meliputi nyeri, kekakuan, dan kehilangan fungsi tubuh. Berdasarkan penelitian kompres jahe merah berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri osteoarthritis pada lanjut usia. Kandungan *oleoresin* dari jahe seperti *zingeron*, *gingerol* dan *shogaol* berperan penting dalam mengurangi nyeri osteoarthritis karena menghasilkan sifat hangat, pedas, pahit dan aromatik, oleh karena itu kompres jahe merah dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk mengurangi nyeri osteoarthritis. Informasi tentang kompres jahe merah dapat disosialisasikan dengan berbagai cara. Salah satunya adalah poster. **Tujuan :** Untuk memberitahukan kepada masyarakat bahwa kompres jahe merah dapat membantu mengurangi rasa nyeri Osteoarthritis. **Diskripsi Luaran :** Tema Poster ini adalah Kesehatan dan dibuat menggunakan komputer *Microsoft Word 2007* dengan ukuran 80 x 60 cm. **Kesimpulan :** Jahe merah dapat dijadikan alternatif untuk mengurangi nyeri Osteoarthritis karena mengandung *oleoresin* yang lebih tinggi dibandingkan jahe lain dan poster ini dapat digunakan sebagai edukasi, komunikasi, dan informasi.

Kata Kunci : Nyeri Osteoarthritis, Kompres Jahe Merah