

PENGARUH PEMBERIAN EKSTRAK JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA PENDERITA GOUT ARTHRITIS DI DESA PADANGAN KECAMATAN NGANTRU KABUPATEN TULUNGAGUNG TAHUN 2019

Agung Triyono¹, Siti Nurhasanah², Farida³
STIKes Hutama Abdi Husada Tulungagung

ABSTRAK

Jahe merah merupakan salah satu obat herbal yang dapat menurunkan kadar asam urat. Namun banyak masyarakat yang kurang tahu tentang pengobatan *gout arthritis* dengan menggunakan ekstrak jahe merah (*Zingiber officinale var. rubrum*). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian ekstrak jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2019.

Desain penelitian ini *pre experimental* dengan menggunakan metode *one group pre test-post test*. Populasinya adalah semua kelompok responden yang menderita asam urat di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2019 dengan menggunakan tehnik *purposive sampling* di dapatkan sampel sebanyak 30 responden. Data dikumpulkan dengan melakukan observasi pengukuran kadar asam urat kemudian diolah dengan editing, coding, scoring dan tabulating, dan di Uji menggunakan *pairet t-test* dengan kemaknaan $\alpha = 0,05$ artinya $p < 0,05$.

Hasil Penelitian di dapatkan rata-rata sebelum mengkonsumsi ekstrak jahe merah yaitu 7.517 sedangkan rata-rata sesudah mengkonsumsi ekstrak jahe merah yaitu 6957, dengan p value 0,00

Disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian ekstrak jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2019, karena senyawa aktif pada ekstrak jahe merah yaitu *Gingerol* dan *Shogool* dapat menurunkan kadar asam urat pada penderita *Gout Arthritis*. Di sarankan kepada masyarakat yang menderita *Gout Arthritis* dapat melakukan Terapi dengan pemberian ekstrak jahe merah setelah makan dengan dosis 40 gram jahe merah di campur dengan air 500 ml dan di masak hingga air berkurang 200 ml dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah.

Kata kunci : Jahe Merah, Asam Urat

ABSTRACT

Red ginger is one of the herbal medicines that can reduce uric acid levels. But many people who do not know about the treatment of gout arthritis using red ginger extract (Zingiber officinale var. Rubrum). The purpose of this study was to determine the effect of giving red ginger extract to a decrease in uric acid levels in patients with gout arthritis in Padangan Village, Ngantru District, Tulungagung Regency in 2019.

The design of this study was pre-experimental using the one group pre-post test test method. The population is all groups of respondents who suffer from gout in Padangan Village, Ngantru District, Tulungagung Regency in 2019 by using purposive sampling technique to get a sample of 30 respondents. Data was collected by observing the measurement of uric acid levels and then processed by editing, coding, scoring and tabulating, and in the test using pairet t-test with significance $\alpha = 0.05$ means $p < 0.05$.

The research results obtained on average before consuming red ginger extract were 7.517 while the average after consuming red ginger extract was 6957, with p value 0.00

It was concluded that there was an effect of the administration of red ginger extract on decreasing uric acid levels in patients with gout arthritis in Padangan Village, Ngantru District, Tulungagung Regency in 2019, because the active compounds in red ginger extract namely Gingerol and Shogool can reduce uric acid levels in patients with Gout Arthritis. It is suggested that people suffering from Gout Arthritis can do Therapy by giving red ginger extract after eating at a dose of 40 grams of red ginger mixed with 500 ml of water and cooked until the water is reduced by 200 ml can reduce uric acid levels in the blood.

Keywords: Red Ginger, Gout

PENDAHULUAN

Asam urat merupakan hasil akhir dari metabolisme purin dalam tubuh manusia yang tidak memiliki fungsi biologis, yang dianggap sebagai produk buang yang dapat menimbulkan peradangan ketika melebihi batas normal (Wibowo, 2014). Penyakit asam urat atau bisa dikenal sebagai *gout arthritis* merupakan suatu penyakit degeneratif. Disebut penyakit degeneratif karena angka kejadiannya bersangkutan dengan proses degenerasi pada usia lanjut yang berlangsung sesuai waktu dan umur. Namun tak jarang penyakit ini juga ditemukan pada golongan umur 15-45 tahun (Irianto, 2014).

Arthritis adalah peradangan sendi, dan dapat mempengaruhi beberapa sendi, *arthritis* menyebabkan kelainan bentuk pada sendi. Pengobatan nonfarmakologi pada penderita *gout arthritis* sangat banyak, salah satunya menggunakan jahe merah. Jahe (*Zingiber officinale*) adalah tanaman rimpang yang sangat populer sebagai rempah-rempah dan bahan obat. Varietas tanaman jahe di bagi menjadi 3 jenis yaitu; jahe gajah/badak, jahe kuning dan jahe merah. Ketiga jahe ini memiliki spesifikasi atau keistimewaan masing-masing untuk digunakan oleh manusia sebagai obat alternatif lain, jahe merah pun sering dimanfaatkan sebagai obat herbal atau sebagai obat alami. Jahe merah (*Zingiber officinale var. rubrum*) mempunyai kulit yang kemerahan dengan bagian dalam berwarna merah muda sampai kuning.

akan mengikis tulang rawan yang melindungi permukaan sendi, menyebabkan tulang di bawahnya mengalami kerusakan, hal ini menyebabkan rasa sakit dan kaku sendi. Dua jenis arthritis yang paling umum adalah *osteoarthritis* (OA) dan *rheumatoid arthritis* (RA). *Osteoarthritis* (OA) disebabkan oleh hancurnya tulang rawan pada bagian sendi, saat tulang rawan hancur, otot (ligamen) dan bagian lain dari sendi akan tertarik saat tubuh bergerak sehingga menyebabkan rasa sakit. *Rheumatoid Arthritis* (RA) dimana sinovium (lapisan cairan pelindung sendi) meradang sehingga menyebabkan pembengkakan dan rasa sakit, jika dibiarkan tanpa perawatan, RA akan

Kandungan jahe merah yaitu *minyak atsiri, oleoresin, zingiberol dan zingiberen, phenol, gingerol, shogoal, flavonoid, agen antibakteri, agen anti peradangan* (Yusra, 2017).

Pengobatan nonfarmakologi pada penderita *gout arthritis* sangat banyak, salah satunya jahe merah, tapi masyarakat belum mengetahui manfaatnya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Desa Padangan Kecamatan Ngantru pada tanggal 28 September 2018 dengan metode wawancara pada penderita *gout arthritis* didapatkan bahwa dari 5 responden 3 diantaranya tidak tahu tentang pengobatan *gout arthritis* dengan menggunakan ekstrak jahe merah (*Zingiber officinale var. rubrum*).

Berdasarkan survey, di dunia prevalensi penyakit *gout arthritis* mengalami kenaikan jumlah penderita hingga dua kali lipat antara tahun 1990-2010. Pada orang dewasa di Amerika serikat penyakit *gout arthritis* mengalami peningkatan dan mempengaruhi 8,3 juta (4%) orang Amerika. Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa penyakit asam urat di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11,9% dan berdasarkan diagnosis dan gejalasebesar 24,7%, sedangkan berdasarkan daerah diagnosis tenaga kesehatan tertinggi di Provinsi Bali sebesar 19,3% dan berdasarkan diagnosis dan gejala tertinggi di Nusa Tenggara Timur sebesar 31,1%. Prevalensi penyakit sendi di Jawa Timur tahun 2013 berdasarkan diagnosis nakes sebesar 11,2% ataupun berdasarkan diagnosis dan gejala sebesar 25,5% (Riskesdas, 2014). Dari suatu survei epidemiologik yang dilakukan di Jawa Timur atas kerja sama WHO terhadap 4683 sampel berusia 15-45 tahun, didapatkan prevalensi *arthritis gout* sebesar 24,3%. Sedangkan jumlah kunjungan penderita *gout* di Kabupaten Tulungagung tahun 2013 mencapai 1245 penderita, tahun 2014 mengalami peningkatan 21,04% menjadi 1507 penderita. Hal ini menunjukkan bahwa penyakit asam urat di Kabupaten Tulungagung masih cukup tinggi (Dinas Kesehatan Kab. Tulungagung 2015).

Dampak yang terjadi dari *gout arthritis* yaitu nyeri yang hebat pada salah satu atau beberapa sendi, sendi membengkak dan kulit diatasnya

tampak memerah atau keunguan, kencang dan licin,serta teraba hangat. Gejala lainnya dari *gout arthritis* adalah demam,mengigil,perasaan tidak enak badan dan denyut jantung yang cepat. *Gout* termasuk penyakit yang dapat dikendalikan walaupun tidak dapat disembuhkan,namun bila dibiarkan saja dapat berkembang mejadi *arthritis* yang melumpuhkan (Chalish, 2009).

Penanganan perawatan *gout arthritis* di bagi menjadi 2 yaitu farmakologi dan non farmakologi, untuk farmakologi menggunakan obat, seperti; NSAIDs, cilchicine, costicosteroid, probenicid, allopurinol,dan urocisuric (Helmi, 2012). Sedangkan pengobatan secara herbal yang di mana pada era modern saat ini, justru banyak masyarakat yang menggunakan terapi alternatif lain yang alami dengan tanaman obat, yaitu tanaman jahe merah, dalam dunia obat herbal, jahe yang khususnya jahe merah di kenal khasiat dalam menyembuhkan berbagai penyakit yang menyerang tubuh, salah satu jenis penyakit adalah asam urat. Penggunaan serta pengolahan yang tepat pun bisa menjadi cara aman dan tanpa efek samping pada asam urat, adapun beberapa khasiat yang ada pada jahe merah diantaranya sebagai *analgetik* dan *anti inflamasi*, senyawa yang memiliki efek analgetik dan anti inflamasi adalah *gingerol* dan *shogaol* yang terkandung dalam jahe merah yang dapat menurunkan kadar asam urat (Nurul, 2012).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe

Merah Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2019 “.

Hipotesis penelitian ini adalah ada pengaruh konsumsi ekstrak jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat antara sebelum dan sesudah intervensi pada masyarakat di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain yang di gunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian *pre experimental*. Penelitian *pre experimental* adalah penelitian yang terdapat variabel luar yang berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen (Sugiyono, 2008)

Desain penelitian dengan menggunakan metode *one group pre test-post test design*. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan perlakuan, kemudian di observasi lagi setelah perlakuan. Pengujian sebab akibat dilakukan dengan cara membandingkan hasil *pre test* dengan *post test* (Nursalam, 2008).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua kelompok responden yang menderita asam urat di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung.

Sampel dalam penelitian ini adalah semua kelompok responden yang menderita asam urat di Desa Padangan, Kecamatan Ngantru,

Kabupaten Tulungagung, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Pengumpulan data menggunakan observasi kadar asam urat sebelum dan sesudah perlakuan.

Penelitian ini dilaksanakan pada 18-25 Juni 2019 di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung.

Analisa data pengaruh pemberian ekstrak jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat dengan uji statistik *paired t-test*.

Bila $p \text{ value} < \alpha (0,05)$ dikatakan signifikan, yaitu hipotesis H_0 ditolak, maka H_1 diterima berarti menyatakan ada pengaruh pemberian ekstrak jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis di Desa Padangan, Kecamatan Ngantru, Kabupaten Tulungagung.

Etika penelitian ini adalah *Informed Consent*, *Anonymity* (tanpa nama) dan *Confidentiality* (kerahasiaan).

HASIL PENELITIAN

1. Kadar Asam Urat Pada Responden (*Pre-test*)

Tabel 4.1 Distribusi Frekwensi Kadar Asam Urat Sebelum Mengonsumsi Ekstrak Jahe Merah di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung

Kadar Asam Urat Terendah (<i>minimum</i>)	Kadar Asam Urat Tertinggi (<i>maximum</i>)	Rata-rata (<i>mean</i>)	Standart Deviasi	N

6,2	10,9	7.517	1.2301	30
-----	------	-------	--------	----

Sumber : Data Penelitian 2019

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.1 didapatkan data bahwa dari 30 responden sebelum mengkonsumsi ekstrak jahe merah nilai kadar asam urat dalam darah terendah adalah 6,2 mg/dl, kadar asam urat tertinggi adalah 10,9 mg/dl dan rata-rata (*mean*) kadar asam urat dalam darah sebelum mengkonsumsi ekstrak jahe adalah 7.517.

2. Kadar Asam Urat Pada Responden (*Post-test*)

Tabel 4.2 Distribusi Frekwensi Kadar Asam Urat Sesudah Mengkonsumsi Ekstrak Jahe Merah di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung

Kadar Asam Urat Terendah (minimum)	Kadar Asam Urat Tertinggi (maximum)	Rata-rata (mean)	Standart Deviasi	N
5,4	9,3	6.957	.9804	30

Sumber : Data Penelitian 2019

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.2 didapatkan data bahwa dari 30 responden sesudah mengkonsumsi ekstrak jahe merah nilai kadar asam urat dalam darah tertinggi adalah 9,3 mg/dl, kadar asam urat terendah adalah 5,4 mg/dl dan rata-rata (*mean*) kadar asam urat dalam darah sesudah mengkonsumsi ekstrak jahe adalah 6.957

3. Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Merah

Tabel 4.3 Distribusi Frekwensi Kadar Asam Urat dengan Mengkonsumsi Ekstrak Jahe Merah di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung

Kadar Asam Urat	Mean	Selisih	Standart Deviasi	P Value	N
Pre	7.517		1.2301		30
		0.56		0,000	
Post	6.957		.9804		30

Uji Statistik =
Paired t Test
 $\alpha=0,05$

Sumber : Data Penelitian 2019

Berdasarkan tabel 4.3 diatas rata-rata sebelum mengkonsumsi ekstrak jahe merah adalah 7.517 dengan standart deviasi 1.2301 dan rata-rata sesudah mengkonsumsi ekstrak jahe merah adalah 6.957 dengan standart deviasi .9804.

Hasil analisa data kuantitatif dengan uji statistic *Paired T test* dengan pembantuan program computer SPSS dapat diinterpretasikan hasil uji statistic *Paired T test* dengan signifikan 0,05 menghasilkan nilai P value = 0,00 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$ ($0,00 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti ada pengaruh ekstrak

jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthrtis di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung 2019.

PEMBAHASAN

A. Kadar Asam Urat Responden Sebelum Diberikan Perlakuan Konsumsi Ekstrak Jahe Merah

Hasil penelitian pada tabel 4.1 didapatkan data bahwa dari 30 responden sebelum mengkonsumsi ekstrak jahe merah nilai kadar asam urat dalam darah tertinggi adalah 10,9 mg/dl, kadar asam urat terendah adalah 6,2 mg/dl dan rata-rata (*mean*) kadar asam urat dalam darah sebelum mengkonsumsi ekstrak jahe adalah 7.517.

Kadar asam urat normal menurut tes enzimmatik maksimum 6,0 mg/dl, sedangkan pada tehnik biasa, nilai normalnya maksimum 7 mg/dl. Bila hasil pemeriksaan menunjukkan kadar asam urat melampaui standar normal (pria antara 3,0 mg/dl – 7,0 mg/dl pada perempuan 2,0 mg/dl – 6,0 mg/dl), pada penderita mengalami gout. (Sudoyo, 2006).

Fakta di tempat penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden sebelum diberikan ekstrak jahe di dapatkan hasil asam urat yang tidak normal yang berkisar antara 6,2 mg/dl - 10,9 mg/dl, hal tersebut membuktikan bahwa, di dapatkan kadar asam urat yang tidak normal pada responden yang belum di berikan ekstrak jahe.

Peneliti sependapat dengan teori tersebut, kadar asam urat adalah dimana terjadi penumpukan asam urat (urid acid) dalam tubuh yang berlebihan. Hal ini karena dalam tubuh umumnya sudah ada asam urat, karena pola hidup yang salah dengan dengan makan-makan tinggi purin dan dipengaruhi oleh beberapa factor lain yang dapat meningkatkan kadar asam urat.

Berdasarkan tabulasi silang jenis kelamin dengan kadar asam urat, dari 30 responden sebelum perlakuan, memiliki kadar asam urat tinggi pada responden laki-laki sebanyak 14 responden (47%), pada responden perempuan sebanyak 16 responden (53%) dan mayoritas berjenis kelamin perempuan.

Menurut teori yang di kemukakan oleh Weaver (2008), gout lebih banyak diderita oleh laki-laki dibandingkan perempuan, karena pada hormone yang dimiliki laki-laki tidak bisa membantu membuang asam urat, sedangkan perempuan mempunyai hormone esterogen yang dapat membantu membuang asam urat lewat urine.

Peneliti tidak sesuai dengan teori diatas, Karena bisa disebabkan factor lain seperti pola hidup yang salah dengan makan-makan tinggi purin, hal tersebut yang dapat mengakibatkan terjadinya penumpukan asam urat.

Berdasarkan tabulasi silang usia dengan kadar asam urat, dari 30 responden didapatkan sebagian besar responden sebelum diberikan perlakuan, memiliki kadar kadar asam urat lebih

usia 45-56 tahun sebanyak 14 responden (46%), 60-74 tahun sebanyak 8 responden (27%), 75-90 tahun sebanyak 6 responden (20%), dan >90 tahun sebanyak 2 responden (7%).

Penyakit asam urat timbul karena proses penuaan, pada wanita yang sudah menopause. Pada usia seperti ini penyakit gout lebih sering terjadi. Penyakit asam urat pada laki-laki akan sering terjadi seiring bertambahnya usia (Weaver,2008).

Peneliti setuju dengan teori diatas semakin tua umur seseorang cenderung sering terkena asam urat karena pada usia tersebut ginjal sudah tidak berfungsi secara maksimal untuk mengeluarkan asam urat, akibatnya asam urat menumpuk.

B. Kadar Asam Urat Responden Sesudah Diberikan Perlakuan Konsumsi Ekstrak Jahe Merah

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.2 didapatkan data bahwa dari 30 responden sesudah mengkonsumsi ekstrak jahe merah nilai kadar asam urat dalam darah tertinggi adalah 9,3 mg/dl, kadar asam urat terendah adalah 5,4 mg/dl dan rata-rata (*mean*) kadar asam urat dalam darah sesudah mengkonsumsi ekstrak jahe adalah 6.957

Manfaat jahe untuk asam urat yaitu mengurangi tumpukan lemak jahat atau kolesterol dalam tubuh, mengurangi atau meredakan rasa nyeri berlebih akibat asam urat, sebagai pereda inflamasi atau pembengkakan, meningkatkan kekebalan tubuh, minuman

antioksidan yang baik bagi tubuh. Senyawa antioksidan alami dalam jahe merah cukup tinggi dan sangat efisien dalam menghambat radikal bebas berupa superoksida dan hidroksil yang dihasilkan oleh sel-sel kanker, juga bersifat sebagai antikarsinogenik, non-toksik dan non-mutagenik pada konsentrasi tinggi. Beberapa senyawa termasuk *gingerol*, *shogaol*, dan *zingeron* memberikan aktifitas farmakologi seperti efek antioksidan, antiinflamasi, analgesic, antikarsinogenik dan kardiotonik.

Peneliti setuju dengan teori tersebut, dengan pemberian ekstrak jahe merah dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah. Karena senyawa antioksidan yang terkandung dalam jahe merah yaitu *gingerol*, *shogaol* dan *zingeron* memberikan aktifitas farmakologi seperti efek antioksidan, antiinflamasi, analgesic, antikarsinogenik dan kardiotonik yang dapat menurunkan kadar asam urat

C. Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Merah Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis

Hasil penelitian pada tabel 4.3 dapat diinterpretasikan bahwa dari 30 responden dalam penelitian sebelum dan sesudah pemberian ekstrak jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis di Desa Padang Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung Tahun 2019 mempunyai selisih 0,56 dengan kadar asam urat rata-rata 7.517 sebelum diberikan perlakuan,

sedangkan kadar asam urat rata-rata sesudah diberikan perlakuan adalah 6.957

Hasil analisa data kuantitatif dengan uji statistic *Paired T test* dengan pembantuan program computer SPSS dapat diinterpretasikan hasil uji statistic *Paired T test* dengan signifikan 0,05 menghasilkan nilai *P value* = 0,00 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$ ($0,00 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti ada pengaruh ekstrak jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthrtis di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung 2019.

Asam urat dengan gejala utamanya berupa radang sendi atau *arthritis* adalah penyakit degenerative yang diakibatkan oleh penumpukan asam urat dalam tubuh secara berlebihan. Kadar asam urat normal menurut tes enzimatik maksimum 6,0 mg/dl, sedangkan pada tehnik biasa, nilai normalnya maksimum 7 mg/dl. Bila hasil pemeriksaan menunjukkan kadar asam urat melampaui standar normal (pria antara 3,0 mg/dl – 7,0 mg/dl pada perempuan 2,0 mg/dl – 6,0 mg/dl), pada penderita mengalami gout. (Sudoyo, 2006).

Menurut teori yang di kemukakan oleh Weaver (2008), gout lebih banyak diderita oleh laki-laki dibandingkan perempuan, karena pada hormone yang dimiliki laki-laki tidak bisa membantu membuang asam urat, sedangkan perempuan mempunyai hormone esterogen yang dapat membantu membuang asam urat lewat urine.

Penyakit asam urat timbul karena proses penuaan, pada wanita yang sudah menopause. Pada usia seperti ini penyakit gout lebih sering terjadi. Penyakit asam urat pada laki-laki akan sering terjadi seiring bertambahnya usia (Weaver,2008).

Fakta dan teori tersebut sudah sesuai, membuktikan bahwa pemberian ekstrak jahe merah pada penderita *gout arthritis* dapat menurunkan kadar asam urat, normalnya kadar asam urat pada perempuan 2,0 mg/dl – 6,0 mg/dl, dan laki-laki 3,0 mg/dl – 7,0 mg/dl. Jenis kelamin dan usia juga mempengaruhi peningkatan kadar asam urat darah. Setelah diberikan ekstrak jahe merah di dapatkan hasil penelitian kadar asam urat perempuan 5,4 mg/dl – 7,7 mg/dl, dan pada kadar asam urat laki-laki 6,6 mg/dl – 9,3 mg/dl.

Penelitian ini mendukung hasil penelitian Nadiya Dewi Kusnadi (2018) dengan judul penelitian “Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Merah (*Zingiber officinale var rubrum*) Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Darah Obesitas” , Dimana berdasarkan pemaparan pada pendahuluan dan isi, senyawa aktif yang berada dalam jahe merah (*Zingiber officinale var rubrum*) adalah *Gingerol* dan *Shogoal* memiliki efek antiinflamasi yang dipercaya dapat menurunkan kadar asam urat darah pada obesitas.

Di simpulkan bahwa senyawa aktif pada ekstrak jahe merah yaitu *Gingerol* dan *Shogoal* sesuai dengan hasil yang di dapatkan oleh

peneliti dan teori menunjukkan bahwa pemberian Ekstrak Jahe Merah dapat menurunkan kadar asam urat pada penderita *Gout Arthritis*. Di sarankan kepada masyarakat di Desa Padangan Kecamatan Ngantru yang menderita *Gout Arthritis* dapat melakukan Terapi dengan pemberian ekstrak jahe merah dapat ditempuh untuk mengobati penyakit asam urat. Pemberian ekstrak jahe merah selama tujuh hari setelah makan dengan dosis 40 gram jahe merah di campur dengan air 500 ml dan di masak hingga air berkurang 200 ml dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah.

KESIMPULAN DAN SARAN

A.Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pemberian ekstrak jahe merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis di desa padangan kecamatan ngantru kabupaten tulungagung tahun 2019 dapat di simpulkan sebagai berikut :

1. Kadar asam urat pada penderita asam urat di Desa Padangan sebelum mengkonsumsi ekstrak jahe merah dari 30 responden yang memiliki kadar asam urat lebih yaitu dengan nilai mean 7.517.
2. Kadar asam urat pada penderita asam urat di Desa Padangan sesudah mengkonsumsi ekstrak jahe merah dari 30 responden yang memiliki kadar asam urat lebih yaitu dengan nilai mean 6.957.

3. Hasil analisis uji statistic *Paired T test* didapatkan $p=0,00$ dimana dengan mean .5600 dan Std Deviation .4731, $p=0,00 < \alpha=0,05$. Sehingga H_0 ditolak yang artinya ada Pengaruh Konsumsi Ekstrak Jahe Merah terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis di Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung.

B.Saran

1. Pengembangan ilmu

a. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lagi dengan penelitian yang sejenis dengan menggunakan sampel lebih banyak dan menggunakan kelompok control sebagai pembanding.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan literatur dalam penatalaksanaan terbaru menurunkan kadar asam urat darah dengan alternatif herbal berkhasiat yaitu mengkonsumsi ekstrak jahe merah.

2. Pengembang Program

a. Bagi Puskesmas

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan alternatif terapi untuk menurunkan kadar asam urat oleh pelayanan kesehatan terkait dalam memperkaya pilihan terapi penurunan kadar asam urat darah.

b. Bagi Poskesdes Desa Padangan

Untuk warga Desa padangan agar menyelenggarakan sosialisasi terkait

manfaat ekstrak jahe merah dalam kesehatan terutama dalam menurunkan kadar asam urat darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT. Rinika Cipta.
- dr Yusra Firdaus, (2018). Manfaat rajin minum air jahe untuk kesehatan. Online pada <http://hellosehat.com>. Diakses pada tanggal 7 Januari 2019, 10.10 AM.
- Fitriana, (2015). Cara cepat usir asam urat. Medika. Jakarta
- Helmi, (2012). Buku Ajar Gangguan Muskulokeletal Cetakan 1. Jakarta : Salemba Medika
- Hidayat, (2008). *Riset Keperawatan dan Tehnik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : EGC.
- Nadya, (2018). Pengaruh pemberian ekstrak jahe (*Zingiber officinale var rubrum*) merah terhadap penurunan kadar asam urat darah obesitas. Online pada Repository.lppm.unila.ac.id Diakses pada tanggal 10 januari 2019 jam 10.00 AM
- Notoatmojo (2010). *Metologi Penelitian Kesehatan dan pendidikan* . Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam (2008). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi ke dua. Jakarta : Salemba Medika
- Nurul (2012). Pendekatan-Kedokteran-Keluarga-Pada-Penatalaksanaan-Gout-Arthritis. Online pada <http://WWW.Scribd.com/document/369670860/> . Diakses pada tanggal 7 Januari 2019, 12.30 AM
- Sugiyono, Sugiono (2008). *Metologi Penelitian Pendidikan*. Bandung : Penerbit Alfabeta
- Sudoyo AW, (2006). Buku Ajar Penyakit Dalam Edisi IV. Jakarta : Ilmu Penyakit Dalam FKUI
- Yadi Kustiyadi, (2013). Laporan Pendahuluan *Gout Arthritis*. Online pada http://yadikustiyadi.blogspot.com/2012/05/laporan-pendahuluan-arthritis-gout_13.html. Diakses pada 7 januari, 10.15 AM
- Yusra, (2004). Khasiat dan manfaat jahe merah si rimpang ajaib. Jakarta : Agromedia Pustaka.