

**EFEKTIFITAS KOMPRES EKSTRAK JAHE TERHADAP NYERI SENDI LANSIA
DENGAN ARTHRITIS GOUT DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA KHUSNUL
KHOTIMAH PEKANBARU RIAU**

Silvia Nora Anggreini¹⁾, Novry Fitri Yanti²⁾

^{1,2} Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Pekanbaru Medical Center, Jl.
Sisingamangaraja no 99 Email : vissdeus@gmail.com

ABSTRACT

Compress Ginger Extract is non pharmacological treatment to lower joint pain with a variety of good effects such as stimulating an erection, inhibiting the release of enzyme 5-lipooksigenase and cyclooxygenase and increase endocrine gland activity. The number of elderly who experience joint pain in this way is also effective because the compress ginger extract has many benefits one of them meberi sense of warmth in the joints. This study aims to determine the effectiveness of compress ginger extract on the reduction of joint pain in the elderly of panti sosial tresna werdha khusnul khotimah pekanbaru riau. This research type is quantitative with pre experimental design research, Sampling technique by total sampling, the sample of this study amounted to 39 respondents, the intervention is given once for 3 days with 13 respondents every day. Evaluation by filling in the observation sheet. The result of alternative t test of wilcoxon was found the effectiveness of ginger extract compress on the decrease of aged joint pain with mean before ginger extract was given 6.83 with standard deviation 1,298 and after given compress ginger extract was 4,11 with standard deviation 1,410, p value 0,000 was statistically significant ($p < 0.05$). The results of this study can be a consideration of existing nurses in the hospital and in the community in the reduction of joint pain in the elderly.

Keywords: Elderly, Ginger Extract Compress, Decreased

Joint Pain References: 22 References (2009-2016)

ABSTRAK

Gout merupakan penyakit dimana terjadi penumpukan asam urat dalam tubuh secara berlebihan. Gout ditandai dengan (peradangan sendi) yang akut. Sebagian besar dari lansia mengalami gangguan sistem muskuloskeletal, yang menyebabkan nyeri sendi. Pengobatan farmakologis tindakan pemberian obat sebagai penurunan nyeri seperti pemberian obat anti inflamasi dan memiliki efek seperti mual, diare, perdarahan tukak, kerusakan pada ginjal, dan gangguan kardiovaskuler. Pengobatan non farmakologis adalah tindakan dalam batas keperawatan yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia Adapun Pengobatan non farmakologis seperti mengompres bagian sendi. Jahe adalah obat yang menjadi pilihan utama untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan (Artritis Gout) karena selain tidak memiliki efek samping bagi kesehatan, obat ini juga mudah dikonsumsi, mudah terjangkau. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas kompres ekstrak jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di panti sosial tresna werdha khusnul khotimah pekanbaru riau. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian pre eksperimental design. Teknik pengambilan sampel dengan cara total sampling, sampel penelitian ini berjumlah 39 responden, intervensi diberikan dalam 1 kali intervensi selama 3 hari dengan 13 responden setiap harinya. Evaluasi dengan cara melihat penurunan nyeri sendi dengan menggunakan skala nyeri. Hasil uji Marginal Homogeneity didapatkan adanya efektifitas kompres ekstrak jahe terhadap penurunan nyeri sendi lanjut usia dengan rata-rata sebelum diberikan kompres ekstrak jahe adalah 6,83 dengan standar deviasi 1,298 dan sesudah diberikan kompres ekstrak jahe adalah 4,11 dengan standar deviasi 1,410, p value 0,000 secara statistik signifikan ($p < 0,05$). Hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan perawat yang ada di rumah sakit maupun di komunitas dalam penurunan nyeri sendi pada lansia.

Kata kunci : Lanjut Usia, Kompres Ekstrak Jahe, Penurunan Nyeri

Sendi Daftar Bacaan : 22 Referensi (2009-2016)

Health Care : Jurnal Kesehatan 7(2) Desember 2018 (69-76)

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan dimana seseorang telah mencapai usia 65 tahun ke atas. Lansia bukan penyakit namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan. Lanjut usia akan mengalami berbagai perubahan akibat terjadinya penurunan dari semua aspek diantaranya fungsi biologi, psikologis, sosial dan ekonomi. Perubahan ini akan memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan, termasuk status kesehatannya (Abdul & Sandu, 2016).

Secara umum, populasi penduduk lansia 60 tahun keatas pada saat ini dinegara-negara dunia diprediksikan akan mengalami peningkatan. dinegara maju misalnya diperkirakan akan mengalami peningkatan jumlah lansia sebesar 32% pada tahun 2050. Sementara dinegara berkembang, jumlah penduduk usia 60 tahun keatas diperkirakan akan meningkat 20% antara tahun 2017-2050 dan termasuk negara Indonesia, yang saat ini menempati urutan keempat setelah China, India dan Jepang yang memiliki jumlah lansia terbanyak (Ari & Liana, 2016).

Peningkatan jumlah penduduk lansia tidak terlepas dari peningkatan derajat kesehatan lansia sehingga meningkatkan usia harapan hidup (UHH). Tahun 2004, UHH penduduk Indonesia adalah 66,2 tahun, kemudian meningkat menjadi 69,4 tahun pada tahun 2006 dan tahun 2009, UHH mencapai 70,6 tahun (Ari & Liana, 2016).

Menurut *World Health Organisation* (WHO, 2014) menyatakan bahwa usia harapan hidup di Indonesia meningkat 72 tahun. Jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2012 mencapai 28 juta jiwa atau sekitar 8% dari jumlah penduduk Indonesia. Pada tahun 2025 diperkirakan jumlah lansia membengkak menjadi 40 jutaan dan pada tahun 2050 diperkirakan akan melonjak hingga

mencapai 71,6 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2012).

Setiap lansia akan mengalami sebuah proses yang alami, proses yang dialami yaitu proses menua. Proses menua mengubah seorang dewasa sehat menjadi seorang yang lemah dan rentan terhadap penyakit. Hal ini disebabkan berkurangnya sebagian besar cadangan sistem fisiologis. Menua merupakan proses alami, yang berarti seorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, tahap anak, dewasa, dan tua. Secara umum saat proses menua terjadi, akan menimbulkan banyak perubahan pada tubuh lansia baik itu perubahan fisik, perubahan mental ataupun perubahan psikososial (Ari & Liana, 2016).

Perubahan yang terjadi pada lansia antara lain seperti lansia mengalami penurunan daya tahan fisik secara terus menerus dan rentan terhadap serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Kondisi fisik lansia mengalami penurunan penampilan seperti pada bagian wajah, tangan, dan kulit, penurunan fungsi dalam tubuh seperti sistem saraf, perut, limpa, dan hati, penurunan kemampuan panca indera seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, dan perasa, serta penurunan motorik seperti kekuatan, kecepatan dan perubahan sistem muskuloskeletal (Statistik Penduduk Lanjut Usia Indonesia, 2014).

Pada lansia sistem muskuloskeletal akan mengalami beberapa perubahan seperti perubahan pada jaringan penghubung (*kolagen dan elastin*), berkurangnya kemampuan kartilago untuk bergerasi, kepadatan tulang berkurang, perubahan struktur otot, dan terjadi penurunan elastisitas sendi (Black Joyce M, 2014). Hal ini menyebabkan sebagian besar dari lansia mengalami gangguan sistem muskuloskeletal, yang menyebabkan nyeri sendi adalah tanda atau gejala yang mengganggu persendian, nyeri sendi akan mengganggu kinerja bagian tubuh. Pada nyeri sendi biasanya akan muncul rasa

tidak nyaman untuk disentuh, muncul pembekakan, peradangan, kelakuan, dan pembatasan gerakan. Penyakit-penyakit gangguan sistem muskuloskeletal yang menyebabkan nyeri sendi antara lain: *osteoritis, ahrtritis gout, ahrtritis rheumatoid, arthritis infeksi* (Aniea, 2016 didalam jurnal Syarifatul, 2014)

Prevalensi asam urat di Indonesia menduduki urutan kedua setelah osteoarthritis. Prevalensi asam urat pada populasi di USA diperkirakan 13,6/100.000 penduduk, sedangkan di Indonesia sendiri diperkirakan 1,6- 13,6/100.000 orang, prevalensi ini meningkat seiring dengan peningkatan umur (Ari & Liana, 2016).

Prevalensi penyakit sendi secara Nasional sebesar 30,3% dan prevalensi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan adalah 14% Prevalensi penyakit sendi di Riau sebesar 29% dan paling tinggi ditemukan dikamper (44,1%) diikuti Pekanbaru (39,0%), Indragiri Hilir (9,3%), Kampar (7,4%), dan Rokan Hilir (5,5%) dan Indragiri Hilir (4,7%) (Riskesdas Provinsi Riau, 2016)

Hasil survey awal penelitian di Panti Sosial Tresna Werdha didapatkan jumlah lanjut usia sebanyak 69 orang dengan riwayat penyakit yang berbeda-beda. Hasil data yang diperoleh dari Klinik Panti Sosial Tresna Werdha didapatkan 39 lansia yang terdiagnosa asam urat dengan keluhan nyeri dibagian sendi. Dengan jumlah responden 39 orang lansia peneliti melakukan pemeriksaan penunjang asam urat kembali kepada seluruh lansia yang terdiagnosa asam urat tersebut dan didapatkan 39 orang lansia yang memiliki penyakit asam urat dengan keluhan nyeri sendi.

Lokasi persendian yang terkena terutama sendi-sendi kecil yaitu sendi jari tangan dan jari kaki. Bila kristal urat tertimbun pada jaringan diluar sendi maka akan membentuk atau topos yaitu benjolan bening dibawah kulit yang berisi kristal urat, kristal urat ini juga dapat

menyebabkan timbulnya batu asam urat (Handryani, 2011).

Pengobatan farmakologis yaitu tindakan pemberian obat sebagai penurunan nyeri. Biasanya dengan pemberian obat-obat analgesik seperti pemberian obat anti inflamasi nonsteroid (OAINS), contoh aspirin dan ibuprofen. Penggunaan obat-obat analgesik memiliki dampak buruk seperti rasa tidak nyaman pada saluran pencernaan, mual, diare, perdarahan tukak, dapat juga mengakibatkan kerusakan pada ginjal, dan gangguan kardiovaskuler. Selain analgesik oral biasanya juga dalam nyeri sendi sering kali dengan analgesik topikal seperti balsem. Dalam penggunaan analgesik topical juga memiliki efek samping seperti rasa terbakar atau sengatan untuk sementara pada area yang dioleskan (Syarifatul, 2014)

Pengobatan non farmakologis yaitu tindakan dalam batas keperawatan yang dapat digunakan untuk nyeri sendi pada lansia (Nurlina, 2010). Selama ini bila terjadi nyeri terutama nyeri sendi, kebanyakan masyarakat dan perawat di Rumah sakit ataupun Puskesmas langsung memberikan tindakan medis (terapi farmakologis) dari pada melakukan tindakan mandiri seperti memberikan kompres jahe dan air hangat, rebusan air daun salam, dan rebusan daun sirsak. Adapun terapi non-farmakologis yang dapat digunakan dalam menurunkan nyeri sendi (Syarifatul, 2014)

Adapun Pengobatan non farmakologis seperti mengompres bagian sendi jahe adalah obat yang menjadi pilihan utama untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan (Arthritis Gout) karena selain tidak memiliki efek samping bagi kesehatan, obat ini juga mudah dikonsumsi, mudah terjangkau dalam hal segi ekonomi, dan juga tidak berat untuk dikonsumsi (Syarifatul, 2014). Pengobatan non farmakologis bagi pasien asam urat darah pada dasarnya adalah dengan menjada makanan, mengontrol berat badan, perubahan gaya hidup,

olahraga yang cukup, minum air putih secukupnya. Masyarakat menggunakan pengobatan alternatif untuk mengatasi berbagai penyakit (Ari & Liana, 2016)

Pemberian kompres ekstrakjahe dapat menurunkan nyeri sendi, karena jahe dapat meningkatkan kemampuan kontrol terhadap nyeri, Jahe memiliki rasa pedas dan bersifat hangat. Beberapa bahan dalam jahe diantaranya *gingerol, limonene, a-linolenic acid, aspartic, b-sitossterol, tepung kanji, caprylic acid, capsaicin, chlorogenic acid, dan parsenol*. Efek farmakologis yang dimiliki jahe, merangsang ereksi penghambat keluarnya enzim *5-lifooksigenase* dan *siklooksigenase* serta meningkatkan aktivitas kelenjar endokrin (Heryana, 2009). Menurut Puspaningtyas dan Utami 2013, jahe sering kali digunakan sebagai obat nyeri sendi karena kandungan *ginerol* dan rasa hangat yang ditimbulkannya membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah. dan suplai makanan dan oksigen menjadi lebih baik sehingga nyeri sendi akan berkurang (Syafriatul, 2014)

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan desain *pre eksperimental design*. Pre eksperimental adalah mengungkapkan hubungan sebab-akibat hanya dengan cara melibatkan satu kelompok subjek, sehingga tidak ada kelompok kontrol yang ketat terhadap variable dengan rancangan "*one group pretest posttest*" (Notoadmojo, 2012). Rancangan ini melibatkan satu kelompok yaitu kelompok kompres Ekstrak jahe.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 39 lansia yang terdiagnosa medis asam urat, memiliki kadar asam urat darah tinggi dan memiliki keluhan nyeri sendi dengan skala nyeri >3 (0-10) di panti sosial tresna werdha khusnul khotimah pekanbaru.

Pengambilan sampel berdasarkan distribusi normal dengan *total sampling*. Teori ini menunjukkan bahwa sampel

penelitian disebut dengan sampel besar jika subjek yang diteliti besar dari 39 orang yang akan menghasilkan atau mendekati distribusi normal (Sarwono, 2008). Pada penelitian ini yang menjadi sampel adalah 39 orang.

Dalam penelitian ini pengambilan sampel menunjukkan beberapa kriteria Inklusi dan eklusi. Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Sedangkan kriteria eklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel. Inklusi adalah diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Lansia mengalami nyeri sendi dengan skala >3 (0-10)
2. Lansia bersedia menjadi responden
3. Lansia mampu berkomunikasi dengan baik
4. Lansia dengan usia 55-64 tahun

Adapun kriteria eklusi pada penelitian ini diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Lansia yang sakit secara fisik sehingga tidak memungkinkan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel independen dan dependen. Dimana variabel independen adalah efektifitas pemberian kompres ekstrak jahe dan variabel dependen adalah terhadap nyeri sendi pada lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Umur

Karakteristik (n=36)	Frekuensi	Persentase
Umur		
a. Elderly (60-74)	11	30,6
b. Old (75-90)	25	69,4
Jumlah	36	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan bahwa responden di penelitian ini yang mayoritas adalah berusia Old yaitu sebanyak 25 orang responden (69,4%)

Hal ini sejalan dengan teori menurut (Ari & Liana, 2016) penyebab utama terjadi gout (asam urat) adalah karena adanya deposit/penibulan kristal asam urat dalam sendi. Penimbunan asam urat sendi terjadi pada penyakit dengan metabolisme asam urat abnormal dan kelainan metabolik dalam pembentukan purin dan ekskresi asam urat yang kurang dari ginjal. Beberapa faktor lain yang mendukung seperti: Faktor genetik seperti gangguan metabolisme purin yang menyebabkan asam urat berlebihan (*Hiperuricemia*), retensi asam urat, atau keduanya. Gangguan metabolisme umumnya berkaitan dengan faktor usia, dimana usia diatas 40 tahun atau perempuan beresiko besar terkena asam urat.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Pretest Kompres Ekstrak Jahe Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Arthritis Gout di Panti Sosial Tresna Werda Khusnul Khatimah Pekanbaru Riau

	Frekuensi	Persentase
Pretest		
a. Nyeri Ringan	1	5%
b. Nyeri Sedang	1	5%
c. Nyeri Berat	34	90,0%
Jumlah	36	100%

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan bahwa hasil pretest di penelitian ini yang mayoritas adalah nyeri berat yaitu sebanyak 34 orang responden (90,0%)

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Posttest Kompres Ekstrak Jahe Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Arthritis Gout di Panti Sosial Tresna Werda Khusnul Khatimah Pekanbaru Riau

	Post test	Frekuensi
a. Nyeri Ringan		5
b. Nyeri Sedang		25
c. Nyeri Berat		6
Jumlah		36

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan bahwa Posttest di penelitian ini yang mayoritas adalah Nyeri sedang yaitu sebanyak 25 orang responden (69,4%)

2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk melihat nyeri sendi pada kelompok eksperimen dan melihat efektifitas pre dan post kompres ekstrak jahe terhadap nyeri sendi pada lansia. Hasil penelitian ini dikatakan efektif apabila nilai p value $< 0,05$. Hasil uji *Marginal Homogeneity* dimana p value kompres ekstrak jahe $= 0,000$ lebih kecil dari nilai alpha ($p < 0,05$) didapatkan adanya pengaruh kompres ekstrak jahe yang signifikan antara pre dan post kompres ekstrak jahe.

Data analisa menyimpulkan ada pengaruh kompres ekstrak jahe terhadap nyeri sendi pada lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Siti Dina, 2015) bahwa ada kompres ekstrak jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia setelah diberikan intervensi dengan melakukan kompres ekstrak jahe dengan p value $= 0,000$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada pengaruh penurunan nyeri sendi sebelum dan sesudah dilakukan kompres ekstrak jahe pada lansia. Hal ini disebabkan kompres ekstrak jahe memiliki kandungan gingerol yang mengandung siklooksigenase yang bisa menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi (Hadi, 2014).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh (Siti Dina, 2015) bahwa terdapat pengaruh kompres air rendaman jahe

terhadap penurunan nyeri sendi pada lanjut usia pada seluruh lansia yang mengalami asam urat sebanyak 30 orang dengan menggunakan uji *t Test* didapatkan *p-value* = 0,000 ($< 0,01$).

Menurut (Aspiani, 2014) mengatakan Adapun Pengobatan non farmakologis seperti mengompres bagian sendi kecil. Jahe adalah obat yang menjadi pilihan utama untuk menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Asam Urat (Arthritis Gout) karena selain tidak memiliki efek samping bagi kesehatan, obat ini juga mudah dikonsumsi, mudah terjangkau dalam hal segi ekonomi, dan juga tidak berat untuk dikonsumsi (Syarifatul, 2014). Pengobatan non farmakologis bagi pasien asam urat darah pada dasarnya adalah dengan menjada makanan, mengontrol berat badan, perubahan gaya hidup, olahraga yang cukup, minum air putih secukupnya. Masyarakat menggunakan pengobatan alternatif untuk mengatasi berbagai penyakit (Ari & Liana, 2016).

Berdasarkan teori lokasi persendian yang terkena terutama sendi-sendi kecil yaitu sendi jari tangan dan jari kaki. Bila kristal urat tertimbun pada jaringan diluar sendi maka akan membentuk atau topus yaitu benjolan bening dibawah kulit yang berisi kristal urat, kristal urat ini juga dapat menyebabkan timbulnya batu asam urat (Handryani, 2011).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh (Syarifatul, 2014) bahwa terdapat efektifitas kompres rebusan jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran pada seluruh lansia yang mengalami asam urat sebanyak 66 orang dengan menggunakan uji *Wilcoxon SignRank Test* didapatkan *p-value* = 0,000 ($< 0,05$). Hasil uji *Marginal Homogenelty* didapatkan *p value* = 0.000 lebih kecil dari nilai alpha (< 0.05), dengan hasil ini berarti H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa adanya efektifitas yang signifikan rata-rata frekuensi nyeri

sendi sesudah melakukan kompres ekstrak jahe pada kelompok. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kompres ekstrak jahe berpengaruh pada lansia yang menderita nyeri sendi dengan asam urat.

Pemberian kompres ekstrak jahe dapat menurunkan nyeri sendi, karena jahe dapat meningkatkan kemampuan kontrol terhadap nyeri, Jahe memiliki rasa pedas dan bersifat hangat. Beberapa bahan dalam jahe diantaranya *gingerol*, *limonene*, *α-linolenic acid*, *aspartic*, *b-sitossterol*, *tepung kanji*, *caprylic acid*, *capsaicin*, *chlorogenic acid*, dan *parsonol*. Efek farmakologis yang dimiliki jahe, merangsang ereksi penghambat keluarnya enzim *5-lifooksigenase* dan *siklooksigenase* serta meningkatkan aktivitas kelenjar endokrin (Heryana, 2009). Menurut (Puspaningtyas & Utami, 2013) jahe sering kali digunakan sebagai obat nyeri sendi karena kandungan *ginerol* dan rasa hangat yang ditimbulkannya membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah. Suplai makanan dan oksigen menjadi lebih baik sehingga nyeri sendi akan berkurang (Syarifatul, 2014).

SIMPULAN

Diketahui bawah jumlah responden yang berjenis kelamin Laki-Laki yaitu 9 responden (25,0%) dan responden berjenis kelamin Perempuan yaitu 27 responden (75,0%). Sedangkan diketahui bahwa jumlah responden yang berusia *elderly* (60-74 tahun) yaitu 25 responden (69,4%) dan responden yang berusia *Old* (75-90 tahun) yaitu 11 responden (30,6%).

Hasil uji *Marginal Homogenelty* dimana *p value* = 0.000 lebih kecil daripada nilai alpha ($p < 0,05$) didapatkan adanya perbedaan yang signifikan antara *mean* efektifitas nyeri sendi sebelum dan sesudah melakukan kompres ekstrak jahe pada kelompok eksperimen pemberian kompres ekstrak jahe terhadap nyeri sendi pada lansia. Penelitian ini diharapkan kepada Pant

Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah untuk memberikan penyuluhan terhadap efektifitas kompres ekstrak jahe terhadap nyeri sendi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih ditujukan kepada pimpinan STIKes Pekanbaru Medical Center pekanbaru dan Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru yang telah memberikan bantuan secara moril dan finansial dalam penyusunan penelitian ini hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Ari & Liana, 2016. *Perawatan Lansia Penderita Nyeri Sendi Dalam Keluarga dan Masyarakat*. pekanbaru:UR
- Badan Pusat Statistik, 2012. *Statistik Penduduk Usia Lanjut Usia*. jakarta: BPS
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia, 2013. *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. diakses melalui www.depkes.go.id
- Black Joyce M, 2014. *Keperawatan Medikal Bedah*. Elsevier, Jakarta
- Brunner & suddart, 2010 *Keperawatan Medikal Bedah*. EBC, Jakarta
- Departemen kesehatan RI, 2013 dalam buku ari & liana, 2016. *Perawatan Lansia Penderita Nyeri Sendi Dalam Keluarga Dan Masyarakat*. pekanbaru: UR
- Heriana 2009 dalam jurnal syafrifatul, 2014. *Jurnal Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangat Dan Pemberian Kompres Air Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Jakarta
- Handryani didalam jurnal siti dina, 2015. *jurnal kompres air rendaman Jahe Dapat Menurunkan Nyeri Pada Lansia Dengan Asam Urat Didesa Cengkalsewu Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati*. yogyakarta. diakses melalui <http://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/>
- Izza Syafrifatul, 2014. *Jurnal Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangan Dan Pemberian Kompres Air Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Jakarta
- koizer & Erb 2009 dalam jurnal syafrifatul, 2014. *Jurnal Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangan Dan Pemberian Kompres Air Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Jakarta
- Masyhurroyidi Hadi, 2014. *Jurnal Pengaruh Kompres Rebusan Air Jahe Terhadap Tingkat Nyeri Sebakut Dan Kronis Pada Lanjut Usia Dengan Asam Urat Di Puskesmas Arjuna Kecamatan Klojen Malang Jawa Timur*. Jawa timur, Majalah kesehatan FKUB
- Muhith Abdul & Siyoto Sandu, 2016 *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. andi Yogyakarta
- Ma'rifat, 2011. *Keperawatan Gerontik*. jakarta. ERB
- Notoadmojo, 2012. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta
- Nursalam, 2014. *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika, Jakarta
- Notoadmojo, 2012. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta
- Rizki Nugraheni 2011 dalam syafrizal, 2014 *Jurnal Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangan Dan Pemberian Kompres Air Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Jakarta

Riskesdes, 2013. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta

Syafrifatul, 2014. *Jurnal Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangan Dan Pemberian Kompres Air Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Jakarta

Tim lentera didalam jurnal siti dina, 2015. *jurnal kompres air rendaman Jahe Dapat Menurunkan Nyeri Pada Lansia Dengan Asam Urat Didesa Cengkalsewu Kecamatan Sukolilo*

Kabupaten Pati.
Yogyakarta.ndiakses melalui
<http://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/>

Utami & puspaningtyas dalam jurnal syafrifatul, 2014. *Jurnal Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangan Dan Pemberian Kompres Air Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Jakarta

Yudiyanta, 2015. *Assement Nyeri*. Yogyakarta. CDK



KOMPRES HANGAT DAN KOMPRES JAHE TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN REMATIK

Ratnawati¹, Fadli Husain²,
Farman Biki²

^{1,2,3} Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Gorontalo
Corresponding author: ratnawati@poltekkesgorontalo.ac.id

ABSTRACT

Background: Rheumatic disease is a chronic systemic inflammatory disease in the joints of the body, which has clinical symptoms in the form of joint pain disorders accompanied by stiffness, redness, and swelling and is chronic. One of the treatments to deal with pain is by stimulating heat on the part of the body that is experiencing pain, including by giving warm compresses and ginger compresses which can have a warm effect on the body.

Objective: This study aims to identify differences in the effectiveness of warm compresses and ginger compresses on reducing pain scale in rheumatic patients.

Methods: This study uses a quasi-experimental design method with a non-equivalent control group design. The sampling technique used is quota sampling. The number of samples studied were 40 respondents, who were divided into two treatment groups. The first group was given a warm compress treatment and the second group was given a ginger compress treatment.

Results: The results of the study and analysis using the Independent T-Test statistical test with a significance degree of : 0.05. The results showed that the p-value was 0.024, so H₀ was rejected.

Conclusion: Based on the results of the study, it can be concluded that there are differences in the effectiveness of warm compresses and ginger compresses on reducing pain scale in rheumatic patients where ginger compresses are more effective than warm compresses with an average difference of 1.25 pain scale.

Keywords: Rheumatism, Pain Scale, Warm Compress, Ginger Compress.

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyakit rematik adalah penyakit inflamasi sistemik kronik pada sendi-sendi tubuh, yang mempunyai gejala klinik berupa gangguan nyeri pada persendian yang disertai kekakuan, merah, dan pembengkakan dan berlangsung kronis. Salah satu penanganan untuk mengatasi nyeri yaitu dengan stimulasi panas pada bagian tubuh yang mengalami nyeri, diantaranya dengan pemberian kompres hangat dan kompres jahe yang bisa memberikan efek hangat pada tubuh

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan efektifitas kompres hangat dan kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri pada pasien rematik.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment design* dengan rancangan *non equivalent control group*. Teknik sampling yang digunakan yaitu *quota sampling*. Jumlah sampel yang diteliti sebanyak 40 responden, yang dibagi menjadi dua

kelompok perlakuan. Kelompok pertama diberikan perlakuan kompres hangat dan kelompok kedua diberikan perlakuan kompres jahe.

Hasil: Hasil penelitian dan analisis dengan menggunakan uji statistik *T-Test Independent* dengan derajat kemaknaan α : 0,05. Hasil penelitian didapatkan nilai *p-value* adalah 0,024, sehingga H_0 ditolak.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan ada perbedaan efektifitas kompres hangat dan kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri pada pasien rematik dimana kompres jahe lebih efektif dibanding kompres hangat dengan perbedaan rata-rata skala nyeri 1,25.

Kata Kunci : Rematik, Skala Nyeri, Kompres Hangat, Kompres Jahe.

LATAR BELAKANG

Penyakit rematik merupakan penyakit yang sudah lama dikenal, bahkan sampai sekarang penyakit ini masih banyak menyerang penduduk dunia. Hingga saat ini, telah dikenal lebih dari 100 jenis rematik. Dari jumlah tersebut, dikenal penyakit rematik yang menyerang sendi dan adapula penyakit rematik yang menyerang jaringan di sekitar sendi (Dalimartha, 2006).

Penyakit rematik adalah penyakit inflamasi sistemik kronik pada sendi-sendi tubuh. Gejala klinik penyakit rematik berupa gangguan nyeri pada persendian yang disertai kekakuan, merah, dan pembengkakan yang bukan disebabkan karena benturan/kecelakaan dan berlangsung kronis (Risikesdas 2013).

Penyakit ini tidak menular dan tidak membunuh. Oleh sebab itu rematik terkadang dikesampingkan. Rematik tergolong pada penyakit kronis, penderita harus terus menanggung segala derita penyakit ini. Rematik tidak membunuh, juga tidak tumbuh dengan perlahan tapi pasti seperti kanker, tapi satu gejala sama yang mereka derita adalah „rasa sakit yang tidak tertahankan“.

Menurut Arthritis Foundation 2006, jumlah penderita arthritis atau gangguan sendi kronis lain di Amerika Serikat terus menunjukkan peningkatan. Pada tahun 1998 memperlihatkan hampir 43 juta atau 1 dari 6 orang menderita gangguan sendi, dan pada tahun 2005 jumlah penderita arthritis sudah mencapai 66 juta atau hampir 1 dari 3 orang menderita gangguan sendi, dengan 42,7 juta diantaranya telah terdiagnosis sebagai arthritis dan 23,2 juta sisanya adalah penderita dengan keluhan nyeri sendi kronis (Depkes, 2006).

Dalam Risikesdas 2013, prevalensi penyakit sendi berdasar diagnosis tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasar diagnosis atau gejala 24,7%. Prevalensi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan tertinggi di Bali (19,3%), diikuti Aceh (18,3%), Jawa Barat (17,5%) dan Papua (15,4%). Prevalensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan atau gejala tertinggi di Nusa Tenggara Timur (33,1%), diikuti Jawa Barat (32,1%), dan Bali (30%), sedangkan untuk Gorontalo, prevalensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan yaitu 10,4% dan berdasarkan diagnosis atau gejala sebanyak 17,7%.

Dalam Risikesdas Provinsi Gorontalo 2013, Prevalensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan tertinggi di Kabupaten Gorontalo Utara (14,7%), diikuti Gorontalo (13,4%), Pohuwato (9,2%) dan Bone Bolango (9,0%).

Sedangkan berdasarkan diagnosis dan gejala tertinggi di Kota Gorontalo (23,8%), diikuti Gorontalo Utara (23,1%), dan Bone Bolango (19%), dan daerah Kabupaten Gorontalo (16,0%).

Di Provinsi Gorontalo terdapat persentase tertinggi penderita penyakit sendi menurut diagnosis tenaga kesehatan yaitu di umur 65-74 tahun (38,1%), dan menurut diagnosis dan gejala pada umur 65-74 tahun (49,5%). Perempuan adalah penderita terbanyak dengan persentase 11,9% untuk diagnosis tenaga kesehatan dan 20,3% untuk diagnosis dan gejala (Riskesdas Provinsi Gorontalo, 2013). Di Puskesmas Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango, jumlah kasus yang didiagnosa arthritis ditemukan sebanyak 105 kasus pada bulan Oktober 2015, dengan jumlah laki-laki 42 penderita dan perempuan 63 penderita. Jumlah ini meningkat dari jumlah sebelumnya pada bulan Januari 2015 yaitu sebanyak 54 kasus (Profil dan SP2TP, 2015).

Penanganan penderita rematik secara umum menurut Dalimartha (2006), bertujuan untuk menghilangkan gejala peradangan berupa nyeri dan bengkak, mencegah kerusakan jaringan dan kecacatan, memelihara fungsi sendi serta memperbaiki kelainan fungsi organ. Menurut Prasetyo (2010), terdapat berbagai tindakan yang dapat dilakukan seorang perawat untuk mengurangi rasa nyeri.

Tindakan-tindakan tersebut mencakup tindakan farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologis yang diberikan pada penderita rematik antara lain pemberian obat anti-inflamasi non steroid (OAINS), kortikosteroid, obat pengubah perjalanan penyakit rematoid arthritis (*Disease Modifying Antirheumatic Drugs*, DMARDs), obat immunosupresif serta suplemen antioksidan (Dalimartha, 2006).

Walaupun pemberian obat analgesik ini sangat mudah dilakukan dan mudah didapat oleh penderita, tetapi apabila digunakan dalam jangka waktu panjang untuk menghilangkan nyeri rematik kronis ini dapat mengakibatkan efek kepada organ-organ lain seperti ginjal dan jantung. Oleh karena itu muncul beberapa alternatif non farmakologis untuk menangani nyeri.

Terapi non farmakologis merupakan tindakan dalam batas keperawatan yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri. Selama ini bila terjadi nyeri, kebanyakan perawat di Rumah Sakit ataupun Puskesmas langsung memberikan tindakan medis (terapi farmakologis) dari pada memberikan tindakan mandiri seperti kompres. Dalam Prasetyo (2010), tindakan tersebut antara lain membangun hubungan terapeutik perawat-klien, bimbingan antisipasi, relaksasi, imajinasi terbimbing, distraksi, akupunktur, *biofeedback*, stimulasi kutaneus, akupresur, serta psikoterapi. Terapi non farmakologi stimulasi kutaneus salah satu diantaranya yaitu pemberian kompres hangat.

Menurut Horay dkk, dalam bukunya *Hot Water Therapy*, menjelaskan bahwa sejak dulu manusia memang sudah mengenali manfaat air panas. Bila manusia menemukan mata air panas, maka biasanya tempat itu sering dianggap keramat karena berbagai manfaat kehidupan bisa diperoleh dari tempat itu. Memang dengan berendam air panas berbagai penyakit seperti *tuberculosis* dan *gout* dapat disembuhkan.

Kompres hangat yaitu memberi rasa hangat kepada pasien dengan mempergunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Tujuannya yaitu diantaranya memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, dan memberi rasa nyaman dan tenang pada pasien (Bandiyah, 2009).

Kompres jahe (*Zingiber officinale Rosc*) bisa menurunkan nyeri rematik, sebab jahe mempunyai rasa pedas dan hangat. Jahe mengandung senyawa *gingerol* yang berkhasiat sebagai anti-inflamasi. Jahe digunakan sebagai obat di India sejak zaman

Weda dan disebut sebagai Maha aushidhi, yang berarti obat yang sangat manjur. Galen dan Pomose, ahli pengobatan Yunani, menggunakan jahe sebagai obat untuk memperbaiki kelumpuhan fisik dan menyembuhkan encok berabad-abad yang lalu (Jussawalla, 2006).

Aryaeian dan Tavakkoli (2015) dalam jurnal *Ginger and its effects on inflammatory diseases* menyatakan bahwa mereka telah melakukan studi dan menemukan bahwa jahe memiliki kegunaan sebagai anti-inflamasi, anti-karsinogenik, dan memiliki sifat-sifat anti-oksidatif, serta dapat mengurangi peradangan di dalam tubuh.

Jahe juga disebutkan Allah dalam Al-Qur'an surat Al-Insan ayat 17: "Dan disana mereka (orang-orang yang bertakwa di dalam syurga) diberi segelas minuman bercampur jahe". Ternyata Islam telah memperhitungkan manfaat jahe sejak puluhan abad yang lalu, hal ini semakin memperjelas peranan jahe dalam pengobatan.

Menurut penelitian Rusnoto (2015), dari 30 pasien asam urat, diperoleh rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat memakai jahe adalah 6 (nyeri sedang), setelah dilakukan kompres hangat memakai jahe adalah 3,67 (nyeri ringan).

Selain itu terdapat juga penelitian yang dilakukan Aida (2013), yang membandingkan efektifitas kompres hangat dan dingin kepada 40 responden. Hasilnya kompres hangat dan dingin dapat menurunkan nyeri pada pasien gout, namun terdapat perbedaan antara kedua kelompok eksperimen tersebut. Kompres hangat lebih efektif dibanding kompres dingin.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti saat melakukan wawancara dengan petugas kesehatan dan beberapa penderita yang mengalami nyeri, sebagian besar penderita menggunakan obat analgesik oral dan juga topikal berupa minyak gosok. Minyak gosok digunakan untuk mengurangi nyeri, biasanya dirasakan saat bangun tidur atau terlalu banyak beraktifitas berat. Selain itu ada beberapa yang mengatakan pernah menggunakan metode kompres panas menggunakan tanaman-tanaman tradisional salah satunya jahe, namun cara tersebut menurut mereka merepotkan.

TUJUAN

Untuk mengetahui efektifitas kompres hangat dan kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri pada pasien rematik

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment design* dengan rancangan *non equivalent control group*. Teknik sampling yang digunakan yaitu *quota sampling*.

HASIL

1. Umur

Tabel 1

Distribusi Berdasarkan Umur Responden

No	Usia	Jumlah (n)	Presentase (%)
1	15-24 Tahun	0	0
2	25-34 Tahun	2	5
3	35-44 Tahun	7	17,5
4	45-54 Tahun	12	30

5	55-64 Tahun	13		32,5
6	65-74 Tahun	6		15
7	75+ Tahun	0	0	
	Jumlah	40		100

Sumber: Data Primer, 2016

Berdasarkan data pada tabel di atas menunjukkan jumlah responden baik pada kelompok perlakuan kompres hangat dan kelompok perlakuan kompres jahe di wilayah kerja Puskesmas Tilongkabila Kecamatan Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango, responden terbanyak yaitu kelompok umur 55-64 tahun dengan jumlah responden 13 orang (32,5%).

2. Jenis Kelamin

Tabel 2
Distribusi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

No	Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Presentase (%)
1	Laki - Laki	16	40
2	Perempuan	24	60
	Jumlah	30	100

Sumber: Data Primer, 2016

Berdasarkan data pada tabel di atas menunjukkan jumlah responden baik pada kelompok perlakuan kompres hangat dan kelompok perlakuan kompres jahe di wilayah kerja Puskesmas Tilongkabila Kecamatan Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango, responden terbanyak adalah yang berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 24 orang (60%).

3. Skala nyeri sebelum diberikan perlakuan kompres hangat

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Nyeri Sebelum diberikan Perlakuan Kompres Hangat

Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	6	30
Nyeri Sedang	11	55
Nyeri Berat	3	15
Nyeri Hebat	0	0
Jumlah	20	100,00

Sumber Data Primer, 2016

Berdasarkan data pada tabel di atas menunjukkan bahwa dari 20 responden kelompok perlakuan kompres hangat, sebelum diberikan perlakuan kompres hangat sebagian besar responden mengalami nyeri sedang, yaitu sebanyak 11 orang (55%).

4. Skala Nyeri Sebelum diberikan Perlakuan Kompres Jahe

Tabel 2.2

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Nyeri Sebelum diberikan Perlakuan Kompres Jahe

Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	6	30
Nyeri Sedang	10	50
Nyeri Berat	4	20
Nyeri Hebat	0	0
Jumlah	20	100,00

Sumber Data Primer, 2016

Berdasarkan di atas menunjukkan bahwa dari jumlah 20 responden perlakuan kompres jahe, sebelum diberikan perlakuan kompres jahe sebagian besar responden mengalami nyeri sedang, yaitu sebanyak 10 orang (50%).

5. Skala Nyeri Sesudah diberikan Perlakuan Kompres Hangat

Tabel 5

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Nyeri Sesudah diberikan Perlakuan Kompres Hangat

Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Nyeri	1	5
Nyeri Ringan	10	50
Nyeri Sedang	9	45
Nyeri Berat	0	0
Nyeri Hebat	0	0
Jumlah	20	100,00

Sumber Data Primer, 2016

Berdasarkan data pada tabel di atas menunjukkan bahwa dari 20 responden kelompok perlakuan kompres hangat, setelah diberikan perlakuan sebagian besar responden mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 10 orang (50%).

6. Skala Nyeri Sesudah diberikan Perlakuan Kompres Jahe

Tabel 6

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Nyeri Sesudah diberikan Perlakuan Kompres Jahe

Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Nyeri	5	25
Nyeri Ringan	9	45
Nyeri Sedang	6	30
Nyeri Berat	0	0
Nyeri Hebat	0	0
Jumlah	20	100,00

Sumber Data Primer, 2016

Berdasarkan data pada tabel di atas menunjukkan bahwa dari 20 responden perlakuan kompres jahe setelah diberikan perlakuan sebagian besar responden mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 9 orang (45%).

7. Perbedaan Skala Nyeri Rematik Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan Kompres Hangat.

Tabel 7

Perbedaan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan Kompres Hangat pada Pasien Rematik

Variabel	Perlakuan	N	Mean	Sd	t	P-value
Skala Nyeri	Sebelum	20	4,55	1.605	10,51	0,000
	Sesudah	20	3,40	1.66702		

Sumber Data Primer, 2016

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum perlakuan kompres hangat dan skala nyeri sesudah perlakuan kompres hangat pada pasien rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila, yaitu sebesar 1,15. Berdasarkan uji t dependen, didapatkan nilai t hitung sebesar 10,51 dengan p-value 0,000 ($\alpha=0,05$). Terihat bahwa nilai probabilitas $0,000 < 0,05$.

8. Perbedaan Skala Nyeri Rematik Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan Kompres Jahe

Tabel 8

Perbedaan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan Kompres Jahe pada Pasien Rematik

Variabel	Perlakuan	N	Mean	Sd	t	P-value
Skala Nyeri	Sebelum	20	4,80	1,795	24,218	0,000
	Sesudah	20	2,15	1,694		

Sumber Data Primer, 2016

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum perlakuan kompres jahe dan skala nyeri sesudah perlakuan kompres jahe pada pasien rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila, yaitu sebesar 2,65. Berdasarkan uji t dependen didapatkan nilai t hitung sebesar 24,218 dengan p-value 0,000 ($\alpha=0,05$). Terlihat bahwa nilai probabilitas $0,000 < 0,05$.

9. Perbedaan Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Rematik

Tabel 9

Perbedaan Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasie Rematik

Variabel	Kelompok	N	Mean	Sd	t	P-value
Skala Nyeri	Kompres Hangat	20	3,40	1,667	2,352	0,024
	Kompres Jahe	20	2,15	1,694		

Sumber Data Primer, 2016

Berdasarkan tabel diatas menggunakan uji t independen, terlihat bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sesudah mendapatkan perlakuan kompres hangat dan sesudah mendapatkan perlakuan kompres jahe pada pasien rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabilal. Hal ini ditunjukkan oleh nilai t hitung sebesar 2,352 dengan p-value 0,024 ($\alpha=0,05$). Terlihat bahwa nilai probabilitas $0,024 < 0,05$. Dengan kata lain, terdapat pula perbedaan efektifitas perlakuan kompres hangat dan kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri rematik, dimana perlakuan kompres jahe lebih efektif dibandingkan dengan perlakuan kompres hangat, dengan perbedaan 1,25.

PEMBAHASAN

1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 24 orang (60%), dan paling sedikit responden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 16 orang (40%). Hal ini disebabkan oleh kecenderungan pekerjaan seorang perempuan lebih berat dari laki-laki. Seorang perempuan sebagai ibu rumah tangga paling banyak melakukan pekerjaan yang selalu melibatkan daerah persendian bergerak lebih, seperti jongkok, berlutut, dan mengangkat beban-beban berat, yang dilakukan setiap hari.

Dalam *Pharmaceutical Care* untuk pasien penyakit arthritis rematik menjelaskan bahwa penyakit ini lebih banyak menyerang wanita dari pada pria. Wanita yang terdiagnosis sebanyak 25,9 juta orang, sedangkan pria 16,8 juta orang (Depkes, 2006). Hal ini juga didukung oleh Mubarak, dkk tahun 2015 bahwa jenis kelamin juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri. Dianggap bahwa seorang anak laki-laki harus berani dan tidak boleh menangis, sedangkan anak perempuan boleh menangis dalam situasi yang sama.

Hal tersebut sebagaimana dalam penelitian yang dilakukan oleh Rusnoto, dkk (2014) mengenai pemberian kompres hangat memakai jahe untuk meringankan skala nyeri sendi yang dilakukan pada 30 responden, menunjukkan persentase perempuan lebih besar dibandingkan laki-laki yaitu 63,3% perempuan dan 36,7% laki-laki.

2. Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Berdasarkan tabel di atas diperoleh jumlah responden baik pada kelompok perlakuan kompres hangat dan kelompok perlakuan kompres jahe di wilayah kerja Puskesmas Tilongkabila Kecamatan Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango, responden terbanyak yaitu kelompok umur 55-64 tahun dengan jumlah responden 13 orang (32,5%), dan paling sedikit yaitu pada kelompok umur 25-34 tahun dengan jumlah responden 2 orang (5%). Hal ini disebabkan karena penyakit rematik paling banyak menyerang usia di atas 40 tahun, dikarenakan pada rentang usia tersebut seseorang akan mengalami penurunan kekuatan fungsi otot.

Hal tersebut didukung oleh Padila (2013), bahwa menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tahap-tahap kehidupannya, yaitu *neonates, toddler, pra school*, remaja, dewasa dan lansia. Terdapat beberapa perubahan yang lazim saat seseorang bertambah usia, salah satunya yaitu pada sistem musculoskeletal yaitu ukuran otot mengecil dan penurunan massa otot lebih banyak terjadi pada ekstremitas bawah. Umur merupakan faktor resiko yang penting. Rata-rata laki-laki mengalami nyeri rematik pada usia 55-64 tahun, sedangkan wanita puncaknya berada pada 65-74 tahun.

Hal ini sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Rusnoto, dkk. (2014), didapatkan hasil bahwa dari jumlah 30 responden, sebagian besar mengalami nyeri 40% pada usia 47-61 tahun, 33% pada usia 20-35 tahun dan 26,7% pada usia 36-46 tahun.

3. Skala Nyeri Sebelum diberikan Perlakuan Kompres Hangat dan Kompres Jahe

Berdasarkan Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 20 responden kelompok perlakuan kompres hangat, sebelum diberikan perlakuan kompres hangat sebagian besar responden mengalami nyeri sedang, yaitu sebanyak 11 orang (55%), dan dari jumlah 20 responden kelompok perlakuan kompres jahe, sebelum diberikan perlakuan sebagian besar responden mengalami nyeri sedang, yaitu sebanyak 10 orang (50%). Dari analisis pengamatan selama penelitian bahwa sebelum diberikan perlakuan sebagian besar responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 21 orang (52,5%).

Dalam penelitian yang dilakukan ini, peneliti mula-mula mengukur skala nyeri responden dengan menggunakan skala nyeri *bourbanis* (0-10) yang diawali dengan menjelaskan terlebih dahulu skala nyeri tersebut kepada responden. Responden diminta memilih skala nyeri yang dirasakan, sambil dibantu oleh peneliti dalam menginterpretasikannya. Responden yang dijadikan sebagai sampel adalah responden yang tidak memiliki penyakit iskemik serta belum mengonsumsi obat oral penurun nyeri sebelumnya. Sebagian besar responden hanya menggunakan minyak gosok atau balsem untuk pertolongan pertama saat sedang mengalami nyeri.

Arthur C. Curton (1983) mengatakan bahwa nyeri merupakan suatu mekanisme produksi bagi tubuh, timbul ketika jaringan sedang rusak, dan menyebabkan individu tersebut bereaksi untuk menghilangkan rasa nyeri. Nyeri merupakan fenomena yang multidimensi, karena itulah sulit untuk memberikan batasan yang pasti terhadap nyeri. Sensasi nyeri yang dilaporkan tiap individu

berbeda-beda, hal ini menyebabkan pengertian nyeri dari masing-masing individu berbeda pula. Individu A yang tertusuk paku akan melaporkan nyeri yang berbeda dibandingkan individu B yang merasakan nyeri karena tersandung batu, bahkan individu A dan B yang sama-sama tertusuk paku akan menghasilkan respon dan persepsi yang berbeda pula terhadap nyeri (Prasetyo, 2010).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aida (2013) yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektifitas kompres hangat dan kompres dingin terhadap skala nyeri pada klien gout yang dilakukan pada 40 responden, didapatkan hasil penelitian yang menunjukkan skala nyeri sebelum dilakukan intervensi terbanyak adalah skala nyeri sedang (4-6) dengan jumlah 31 responden (77,5%).

4. Skala Nyeri Sesudah diberikan Perlakuan Kompres Hangat dan Kompres Jahe.

Berdasarkan di atas dijelaskan bahwa dari 20 responden kelompok perlakuan kompres hangat, setelah diberikan perlakuan sebagian besar responden mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 10 orang (50%), dan dari 20 responden perlakuan kompres jahe setelah diberikan perlakuan sebagian besar responden mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 9 orang (45%). Dari analisis pengamatan selama penelitian sesudah diberikan perlakuan kompres hangat maupun kompres jahe, sebagian besar responden mengalami nyeri ringan dengan jumlah 19 orang (47,5%). Hal ini berarti ada penurunan skala nyeri saat sebelum dan sesudah perlakuan kompres hangat maupun kompres jahe.

Nyeri adalah perasaan yang tidak nyaman yang sangat subjektif dan hanya orang yang mengalaminya yang dapat menjelaskan dan mengevaluasi perasaan tersebut. Secara umum, nyeri dapat didefinisikan sebagai perasaan tidak nyaman, baik ringan maupun berat. Setiap orang memiliki toleransi terhadap nyeri. Toleransi terhadap nyeri ini terkait dengan intensitas nyeri yang membuat seseorang sanggup menahan nyeri sebelum mencari pertolongan. Meskipun setiap orang mempunyai pola penahanan nyeri relatif stabil, tingkat toleransi berbeda bergantung pada situasi yang ada. Toleransi terhadap nyeri tidak dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, kelelahan, atau sedikit perubahan sikap. Faktor-faktor yang dapat membuat seseorang mengalami peningkatan toleransi terhadap nyeri antara lain alcohol, obat-obatan, hipnosis, panas, gesekan atau garukan, pengalihan perhatian serta kepercayaan yang kuat (Mubarak, dkk, 2015).

Dalam penelitian yang serupa yang dilakukan oleh Podungge, dkk (2015) tentang pengaruh kompres jahe terhadap penurunan nyeri lutut pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Tamalate Kota Gorontalo, bahwa dari 15 responden yang diberikan perlakuan, semua responden melaporkan adanya penurunan nyeri setelah perlakuan. Demikian pula penelitian yang dilakukan oleh Igirisa (2015) tentang pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri penderita gout arthritis, dari 15 responden yang diberikan perlakuan kompres air hangat, semua responden melaporkan adanya penurunan nyeri, dimana yang melaporkan nyeri berat ke sedang yaitu 3 responden, nyeri berat ke nyeri ringan yaitu 1 responden, nyeri sedang ke ringan yaitu 8 responden, nyeri sedang ke tidak nyeri yaitu 1 responden, nyeri sedang ke nyeri sedang yaitu 1 responden, dan nyeri ringan ke nyeri ringan yaitu 1 responden.

5. Perbedaan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan Kompres.

Berdasarkan tabel 10 dijelaskan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum perlakuan kompres hangat dan skala nyeri sesudah perlakuan kompres hangat pada pasien rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila, yaitu sebesar 1,15. Berdasarkan uji t dependen, didapatkan nilai t hitung sebesar 10,51 dengan p-value 0,000 ($\alpha=0,05$). Terlihat bahwa nilai probabilitas $0,000 < 0,05$.

Perlakuan kompres hangat dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan kain handuk yang dicelupkan kedalam air panas dengan suhu 40°C , setelah itu diperas dan ditempelkan kebagian tubuh responden yang mengalami nyeri rematik. Lamanya perlakuan kompres hangat ini dilakukan rata-rata selama 20 menit. Keterbatasan dari kompres hangat ini yaitu suhu air tidak bertahan terlalu lama, sehingga peneliti harus mengganti lagi apabila sudah tidak memenuhi syarat untuk panas air tersebut.

Kompres hangat adalah memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukannya. Kompres hangat adalah suatu metode dalam penggunaan suhu hangat setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. Efek terapeutik pemberian kompres hangat di antaranya mengurangi nyeri, meningkatkan aliran darah, mengurangi kejang otot, dan menurunkan kekakuan tulang sendi (Mubarak, dkk, 2015).

Dalam buku *Hot Water Terapy* juga dijelaskan bahwa saat tubuh terkena rangsangan air panas/hangat, tubuh memerlukan beberapa waktu untuk menyesuaikan sensasi terhadap suhu baru. Selama peristiwa itu, dalam waktu singkat dan hanya sementara waktu terjadi peningkatan tekanan darah sebagai respon sistem peredaran darah terhadap lingkungan yang baru. Namun sesaat kemudian, darah segera mengalir ke kulit, saat kulit mulai tersentuh rangsangan panas/hangat. Kondisi ini menyebabkan pembuluh darah melebar. Aliran darah panas ini kemudian merembes ke bagian dalam jaringan bawah kulit, dan membawa lebih banyak oksigen. Selain itu aliran darah ini juga menyejukkan dan mengendurkan sensasi, sehingga otot-otot yang mengalami kekakuan dan menyebabkan sakit mulai mengendur.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wurangian, dkk (2014) menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada pasien gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado, dengan nilai p yang diperoleh melalui uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* adalah ($p = 0,000$) dimana $p < (0,05)$.

6. Perbedaan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan Kompres Jahe pada Pasien Rematik.

Berdasarkan tabel 11 dijelaskan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum perlakuan kompres jahe dan skala nyeri sesudah perlakuan kompres jahe pada pasien rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila, yaitu sebesar 2,65. Berdasarkan uji t dependen didapatkan nilai t hitung sebesar 24,218 dengan p-value 0,000 ($\alpha=0,05$). Terlihat bahwa nilai probabilitas $0,000 < 0,05$.

Jahe memiliki rasa pedas sehingga memberikan rasa hangat pada tubuh dan mengeluarkan keringat. Jahe mengandung minyak atsiri, yang mengandung senyawa *zingiberen, zingiberol, felandren, d-borneol, geraniiol, lonalool, acetates, caprylate, citral, chavicol, gengerol, shogool*, dan lainnya. Kandungan minyak atsiri ini bermanfaat untuk menghilangkan nyeri, antiinflamasi, dan antibakteri (Latief, 2012).

Hal ini sebagaimana dalam penelitian yang dilakukan oleh Podungge, dkk, (2015) mengenai pengaruh ekstrak jahe terhadap tanda dan gejala osteoarthritis bahwa dari 15 responden yang diberi terapi kompres jahe, semua menunjukkan adanya penurunan nyeri. Selain itu, menurut penelitian Rusnoto, dkk (2014), menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres hangat memakai jahe untuk meringankan skala nyeri pada pasien asam urat, dimana setelah diberi perlakuan rata-rata responden mempunyai skala nyeri ringan (3,67).

Adapun pemberian kompres jahe dalam penelitian ini yaitu dengan menempelkan parutan jahe yang sebelumnya telah dibakar terlebih dahulu di daerah yang mengalami nyeri, kemudian dibalut dengan menggunakan kain kasa. Kompres ini dilakukan dalam waktu 20 menit. Parutan jahe tersebut dapat memvasodilatasi pembuluh darah karena efek hangat yang timbulkan oleh senyawa yang terkandung dalam jahe tersebut. Sehingga dapat menurunkan rasa nyeri yang dirasakan responden. Jahe yang digunakan dalam penelitian ini adalah jahe yang ditanam di daerah Wonggahu Kabupaten Boalemo.

7. Perbedaan Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Rematik.

Berdasarkan tabel 20, dengan menggunakan uji t independen terlihat bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sesudah mendapatkan perlakuan kompres hangat dan sesudah mendapatkan perlakuan kompres jahe pada pasien rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila. Hal ini ditunjukkan oleh nilai t hitung sebesar 2,352 dengan p-value 0,024 ($\alpha=0,05$). Terlihat bahwa nilai probabilitas $0,024 < 0,05$. Dengan kata lain, terdapat pula perbedaan efektifitas perlakuan kompres hangat dan kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri rematik, dimana perlakuan kompres jahe lebih efektif dibandingkan dengan perlakuan kompres hangat, dengan perbedaan 1,25.

Hasil penelitian yang didapatkan pada 40 pasien rematik yang mengalami nyeri di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila, rata-rata skala nyeri sebelum diberikan kompres hangat adalah nyeri sedang sebanyak 11 orang (55%), dan sebelum diberikan kompres jahe adalah nyeri sedang sebanyak 10 orang (50%). Sedangkan pada saat sesudah dilakukan kompres hangat rata-rata skala nyeri adalah nyeri sedang sebanyak 9 orang (45%), dan sesudah diberikan kompres jahe adalah nyeri ringan sebanyak 9 orang (45%). Dengan demikian, rata-rata penurunan skala nyeri setelah diberikan perlakuan kompres hangat adalah 1,15 dan rata-rata penurunan skala nyeri sesudah diberikan perlakuan kompres jahe adalah 2,65. Oleh sebab itu, maka yang dinilai lebih efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien rematik adalah perlakuan kompres jahe, dengan perbedaan rata-rata penurunan skala nyeri adalah 1,5.

Kompres hangat dan kompres jahe menurunkan nyeri rematik dengan memberikan efek hangat pada daerah yang mengalami nyeri. Kompres hangat menggunakan air dengan suhu hangat sebagai media hangat untuk menurunkan nyeri rematik, sementara kompres jahe menggunakan parutan jahe yang sudah dibakar terlebih dahulu. Jahe mengandung minyak atsiri yang memberikan efek hangat yang tahan lama pada daerah yang nyeri, sementara air hangat semakin lama sensasi hangatnya juga akan hilang dan berubah menjadi dingin setelah selesai perlakuan kompres. Oleh sebab itulah kompres jahe lebih efektif dibandingkan dengan kompres jahe.

Melzack dan Well (1965) mengemukakan teori *gate control* dimana bahwa substansi *gelatinosa* (SG) pada *medulla spinalis* bekerja layaknya pintu gerbang yang memungkinkan atau menghalangi masuknya impuls nyeri menuju otak. Suatu keseimbangan aktivitas dari neuron delta-A dan C melepas substansi P untuk mentransmisikan impuls melalui mekanisme pertahanan. Neuron beta-A yang lebih tebal, yang lebih cepat melepaskan *neurotransmite* penghambat. Apabila masukan yang dominan berasal dari serabut beta-A, maka akan menutup pertahanan. Apabila masukan yang dominan berasal dari serabut delta-A dan C, maka akan membuka pertahanan tersebut dan klien akan mempersepsikan nyeri. Dalam membuktikan teori ini, Melzack dan Well melakukan uji coba kepada delapan orang dengan memakai listrik berkekuatan 0,1 m-sec, guna merangsang saraf spinalis perifer sehingga menimbulkan rasa nyeri seperti terbakar. Kemudian, dengan kekuatan listrik yang lebih kecil, ia merangsang serabut saraf yang lebih tebal sehingga rasa nyeri tersebut menghilang (Mubarak, dkk, 2015).

Hal serupa terjadi dengan perlakuan kompres hangat dan kompres jahe. Karena perlakuan kompres hangat dan kompres jahe ini menggunakan prinsip stimulasi kutaneus dalam menangani nyeri. Teknik ini dapat memengaruhi substansi gelatinosa di dalam teori *gate control*. Dimana teknik ini bekerja dengan menstimulasi permukaan kulit untuk mengontrol nyeri. Stimulasi kutaneus akan merangsang serabut-serabut saraf perifer untuk mengirimkan impuls melalui *dorsal horn* pada *medulla spinalis*, saat impuls yang dibawa oleh serabut Beta-A mendominasi maka mekanisme gerbang akan menutup sehingga impuls nyeri tidak dihantarkan ke otak (Prasetyo, 2010).

Hal ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Podungge, dkk (2015) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kompres jahe terhadap nyeri lutut pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Kota Gorontalo dengan *p-valuen* 0,000. Hal ini disebabkan karena jahe selain sebagai tanaman rempah, tetapi juga merupakan tanaman obat yang memiliki efek farmakologi rasa panas dan pedas, sehingga berkhasiat dalam mengurangi nyeri.

Selain itu terdapat pula penelitian yang dilakukan oleh Wurangian, dkk (2014) menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada pasien gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado, dengan nilai *p* yang diperoleh melalui uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* adalah ($p = 0,000$) dimana $p < (0,05)$.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat perbedaan efektifitas pemberian kompres hangat dan kompres jahe terhadap penurunan nyeri pada pasien rematik Di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango, dimana kompres jahe lebih efektif dibandingkan kompres hangat dengan rata-rata penurunan skala nyeri 1,15 untuk kompres hangat dan 2,65 untuk kompres jahe.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Gorontalo dan Puskesmas Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango beserta seluruh jajarannya yang telah memfasilitasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

DAFTAR PUSTAKA

- Aida, 2013, *Perbedaan Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres Dingin terhadap skala Nyeri pada Klien Gout di Wilayah Kerja Puskesmas Batang III Kabupaten Batang*, Prodi S1 Keperawatan STIK Muhammadiyah Pekajangan, Skripsi.
- Aryaeian N dan Tavakkoli H, 2015, *Ginger and its Effects on Inflammatory Diseases*, Advances in Food Technology and Nutritional Sciences Open Journal; Vol 1/Issue4. P 97-101.
- Bandiyah, S., 2009, *Keterampilan Dasar Praktek Klinik Keperawatan dan Kebidanan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Dalimartha, S., 2006, *96 Resep Tumbuhan Obat untuk Rematik*, Penebar Swadaya, Jakarta.
- Depkes RI, 2006, *Pharmaceutical Care untuk Pasien Penyakit Arthritis Rematik*, Direktorat Bina Farmasi Komunitas dan Klinik Ditjen Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan.
- Febriyanto dkk, 2013, *Riset Kesehatan Dasar Pokok-Pokok Hasil Riskesdas Provinsi Gorontalo 2013*, Kementerian Kesehatan RI.
- Ghosh, A.K., 2011, *Zingiber Officinale: A Natural Gold*, International Journal of Pharma and Bio Sciences; Vol 2/ Issue 1/ Jan-Mar 2011, P 283-294.
- Hanum, L., 2012, *Manajemen Nyeri untuk Meningkatkan Penerimaan Nyeri Kronis pada Lansia dengan Intervensi Multi-komponen Kelompok Cognitive Behavior Therapy (CBT)*, Tesis, Fakultas Psikologi Program Studi Psikologi Profesi Peminatan Klinis Dewasa, Depok.
- Hapsoh, 2008, *Budidaya Dan Teknologi Pascapanen Jahe*, USU Press, Medan.
- Hariana, A., 2013, *262 Tumbuhan Obat dan Khasiatnya Cet 1*, Fakultas Penebar Swadaya, Jakarta.
- Hidayat, A. Aziz Alimul, 2011, *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*, Salemba Medika, Jakarta.
- Hidayat, A. Aziz Alimul, 2012, *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia-Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*, Salemba Medika, Jakarta.
- Horay dkk, _____, *Buku Pinar Terapi Air Panas*, Restu Agung dan Taramedia, Jakarta.
- Igirisa, Vira, J, dkk, 2015. *Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Penderita Gout Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pilolodaa Kec. Kota Barat Kota Gorontalo*, Jurusan Keperawatan, FIKK UNG.
- Jussawalla, J., 2006, *Cara Natural Mencapai Kesehatan Prima*, Prestasi Pustakaraya, Jakarta.
- Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, Syaamil Qur'an, Bandung.
- Kementerian Kesehatan RI, 2013, *Riset Kesehatan Dasar 2013*, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

- Ladion, Herminia de Guzman, 2008, *Tanaman Obat Penyembuh Ajaib*, Indonesia Publishing House, Indonesia.
- Latief, Abdul, 2012, *Obat Tradisional*, EGC, Jakarta.
- Mubarak, W. dkk, 2015, *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar Buku 2*, Salemba Medika, Jakarta.
- Notoatmodjo, S., 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Nurarif, Amin Huda, 2013, *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC NOC Jilid 2*, Med Action Publishing, Yogyakarta.
- Padila, 2013, *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Podungge, Yunistiah, dkk, 2015, *Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Nyeri Lutut Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Kota Gorontalo*, Jurusan Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.
- Potter dan Perry, 2009, *Fundamentals of Nursing Ed. 7*, Mosby Elsevier, Philippines.
- Prasetyo, Sigit Nian, 2010, *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri Ed. 1*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Puskesmas Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango, 2015, *Profil dan SP2TP*, Bone Bolango.
- Rubenstein, D. dkk, 2007, *Lecture Notes: Kedokteran Klinik*, Erlangga, Jakarta.
- Rusnoto dkk, 2005, *Pemberian Kompres Hangat Memakai Jahe untuk Meringankan Skala Nyeri pada Pasien Asam Urat di desa Kedungwungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan*, JIKK STIKES Muhammadiyah Kudus.
- Tartowo, dkk, 2009, *Anatomi dan Fisiologi untuk Mahasiswa Keperawatan*. Trans Info Media, Jakarta.
- Wijayakusuma, Hembing, 2006, *Atasi Rematik dan Asam Urat ala Hembing*. Puspa Swasta, Jakarta.
- Wurangian, dkk, 2014, *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado*, Program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado.



Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Yang Mengalami Osteoarthritis Di BSLU Mandalika NTB

Rusmini¹, Mira Utami Ningsih², Desty Emilyani³, Mas'adah⁴, Hadi Kusuma Atmaja⁵, GA Sri Puja Warnis Wijayanti⁶

^{1,2,3,4,5}Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia

Abstrak

Nyeri sendi akibat Osteoarthritis pada lansia menyebabkan kerusakan kartilago yang melindungi dan memberi bantalan bagi sendi. Salah satu intervensi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri sendi akibat Osteoarthritis yaitu Kompres Jahe di BSLU Mandalika NTB. Penelitian ini bertujuan Untuk Menganalisis Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Yang Mengalami Osteoarthritis. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pra eksperimental dengan bentuk one group pre-post test design*. Teknik sampel menggunakan *total sampling*, sampel sebanyak 37 responden. Pengumpulan data dengan kuesioner, durasi kompres jahe 20 menit. Analisis menggunakan *Uji Paired Sample T Test* ($\alpha=0,05$). Hasil menunjukkan bahwa nyeri sendi pada lansia yang mengalami Osteoarthritis sebelum diberikan intervensi kompres jahe yaitu terbanyak nyeri berat 25 lansia, nyeri sedang 12 lansia. setelah diberikan intervensi kompres jahe mengalami penurunan menjadi nyeri berat yaitu 3 lansia, nyeri sedang yaitu 27 lansia, nyeri ringan 7 lansia. Hasil analisis statistik menunjukkan ada pengaruh kompres jahe terhadap nyeri sendi pada lansia yang mengalami Osteoarthritis. ($p=0,000$). Diharapkan lansia dapat menerapkan kompres jahe untuk mengatasi nyeri sendi akibat Osteoarthritis.

Kata kunci: kompres jahe; nyeri sendi; osteoarthritis

The Effect Of Ginger Compress On Joint Pain In Elderly With Osteoarthritis In BSLU Mandalika NTB

Abstract

Joint pain due to Osteoarthritis in the elderly causes cartilage damage which protects and provides cushioning for the joints. One non-pharmacological intervention that can be used to treat joint pain due to Osteoarthritis is Compress Ginger in BSLU Mandalika NTB. This research aimed to know about the Effect of Ginger Compress on Joint Pain in the Elderly People Who Have Osteoarthritis. This study uses a pre-experimental research design with the form of one group pre-post test design. Total sampling technique, a sample of 37 respondents. Data collection with questionnaires, duration of ginger compresses 20 minutes. Analysis using the Paired T Test ($\alpha = 0.05$). Results showed joint pain in the elderly who have Osteoarthritis before being given the intervention of ginger compresses, namely the most

severe pain 25 elderly, moderate pain 12 elderly. after being given an intervention the ginger compress had decreased to severe pain, namely 3 elderly, moderate pain ie 27 elderly, mild pain 7 elderly. Statistical analysis showed that there was an effect of ginger compresses on joint pain in the elderly who had Osteoarthritis. ($p = 0,000$). It is expected that the elderly can apply ginger compresses to deal with joint pain due to Osteoarthritis.

Keywords : Ginger Compress; Joint Pain; Osteoarthritis



PENDAHULUAN

Keluhan yang dirasakan lansia yang mengalami Osteoarthritis berupa rasa nyeri pada waktu melakukan aktivitas atau jika ada pembebanan pada sendi yang terkena karena terjadi gangguan homeostatis dari metabolisme kartilago dengan kerusakan struktur proteoglikan kartilago. Pada derajat yang lebih berat, nyeri pada Osteoarthritis dapat dirasakan terus menerus sehingga menyebabkan gangguan mobilitas pada lansia (Sudoyo, 2006). Gangguan mobilitas pada lansia akibat Osteoarthritis seperti tulang terasa sakit dan kaku, keterbatasan dalam beraktivitas, hingga tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari yang disertai dengan rasa nyeri. Penatalaksanaan rasa nyeri yang direkomendasikan oleh World Health Organization (WHO) yaitu pengobatan nyeri pada lansia dilakukan secara konservatif dan bertahap untuk mengurangi terjadinya efek samping. Manajemen nyeri pada lansia yang mengalami Osteoarthritis dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi (Syapitri, 2018).

Secara farmakologi penanganan nyeri sendi akibat Osteoarthritis yaitu dengan menggunakan obat analgesik, dan Injeksi Kortikosteroid Intra-Artikular (Santoso, 2013). Menurut Rina dan Ambar (2017) intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri untuk menurunkan nilai nyeri sendi pada lansia yang mengalami Osteoarthritis adalah kompres jahe, kompres air hangat, kompres hangat aromaterapi lavender, akupuntur, teknik relaksasi, biofeedback, relaksasi, dan imajinasi, dan distraksi. Jahe (*Zingiber officinale* Rosc) yang digunakan sebagai kompres mengandung minyak atsiri, damar, mineral sineol, felandren, kamfer, borneol, zingiberol, gigerol, dan zingeron (Laksita, 2001). Kandungan Minyak atsiri dan Zingeron pada jahe akan menghambat reseptor nyeri pada serabut saraf karena jahe memberikan efek pedas dan panas (Smeltzer dan Bare, 2002). Efek jahe yang pedas dan panas menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga meningkatkan peredaran darah dan meningkatkan pembuangan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamin, dan prostaglandin yang dapat menimbulkan nyeri (Smeltzer dan Bare, 2002).

Pada penelitian yang telah dilakukan oleh Rina dan Ambar (2017) diperoleh hasil bahwa kompres jahe merah lebih efektif terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lanjut usia dibandingkan dengan dibandingkan dengan kompres hangat. Penelitian ini menggunakan metode Quasi- Eksperimental dengan Pretest-Posttest with control group design (Rina dan Ambar, 2017). Kompres jahe dilakukan selama 20 menit dengan menempelkan 200 gram jahe yang telah ditumbuk pada bagian tubuh yang terasa nyeri. Jahe yang digunakan yaitu jahe merah yang telah dipanen setelah 12 bulan penanaman agar mendapatkan olerasin dan minyak atsiri lebih banyak yang berfungsi sebagai pemberirasa pedas pada jahe. Efek pedas dan panas dari kompres jahe dapat langsung dirasakan setelah setelah dilakukan kompres selama 20 menit, dimana otot yang tegang akan menjadi lebih relaksasi dan rasa nyeri pada sendi yang dirasakan oleh lansia yang mengalami Osteoarthritis akan berkurang (Rina dan Ambar, 2017).

Nyeri merupakan pengalaman sensoris dan emosional yang tidak menyenangkan, berhubungan dengan kerusakan jaringan atau potensial akan menyebabkan kerusakan jaringan atau sebagai suatu keadaan yang mempengaruhi seseorang bila seseorang pernah mengalaminya (Indarwati, 2014). Penilaian nyeri yang dirasakan masing-masing individu berbeda-beda dengan mendeskripsikan nyeri berdasarkan skala nyeri ringan, sedang atau berat. Kompres Jahe merupakan salah satu penanganan non farmakologi yang digunakan untuk menurunkan nilai nyeri sendi pada lansia yang mengalami Osteoarthritis dengan cara menempelkan tumbukan jahe yang digunakan sebagai kompres pada bagian tubuh yang terasa nyeri (Muhlisah, 2011). Nyeri sendi akibat Osteoarthritis menjadi penyebab utama menurunnya kualitas hidup, karena sangat mengganggu aktifitas sehari-hari. Keluhan nyeri pada sendi dimulai dengan kaku atau pegal pada sendi saat bangun pagi, kemudian timbul rasa nyeri pada sendi setelah beraktifitas (Indarwati, 2014). Menurut WHO tahun 2017 diantara penyakit rematik kronik, Osteoarthritis memiliki angka prevalensi yang tertinggi dan salah satu penyebab kesakitan dan disabilitas. Di Amerika Osteoarthritis menyerang 13,9% orang dewasa yang berumur >25 tahun, dan 33,6% lansia yang berumur >65 tahun.

Di Indonesia pada tahun 2017 prevalensi Osteoarthritis mencapai 5% pada usia <40 tahun, 30% pada usia 40-60 tahun, dan 65% pada usia >61 tahun. Menurut Riskesdas tahun 2018 provinsi NTT merupakan memiliki prevalensi penyakit Osteoarthritis tertinggi sebanyak 33,1% jiwa, Bali 30% jiwa, dan Jakarta 21,8% jiwa (Riskesdas, 2017). Pada tahun 2016 prevalensi tertinggi lansia yang mengalami nyeri akibat Osteoarthritis yaitu di daerah Lombok Barat sebesar 30,2%, kedua yaitu Kota Mataram sebesar 28,4% (Dinas Kesehatan NTB, 2016). Berdasarkan data di Balai Sosial Lanjut Usia (BSLU) Mandalika NTB pada Tahun 2019 terdapat 71 lansia dengan persentasi penyakit tertinggi yaitu Osteoarthritis sebanyak 37 lansia (BSLU Mandalika NTB, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada bulan Januari 2019 di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika NTB, dengan melakukan wawancara pada 15 lansia yang mengalami Osteoarthritis diperoleh hasil bahwa penanganan nyeri sendi akibat Osteoarthritis dilakukan secara farmakologi dengan pemberian obat-obatan analgesik seperti Allopurinol dan Voltadex, dan secara non farmakologi dilakukan dengan hanya mengoleskan balsem di bagian tubuh yang terasa nyeri akibat Osteoarthritis, dimana penanganan non farmakologi seperti kompres jahe tidak dilakukan (BSLU Mandalika NTB, 2019). Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh kompres jahe terhadap nyeri sendi pada lansia yang mengalami osteoarthritis di balai sosial lanjut usia (BSLU) mandalika NTB

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pra eksperimental* dengan bentuk rancangan *pra-pascates* dalam satu kelompok (*One Group Pre-Post Test Design*). Sampel diambil dengan teknik *total sampling* sejumlah 37 responden yang merupakan Lansia penderita Osteoarthritis yang menderita nyeri sendi di BSLU Mandalika NTB. Pengumpulan data terdapat 2 jenis yaitu data primer dan data

sekunder. Data sekunder meliputi data karakteristik lansia (usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan) diperoleh dengan kuesioner. Dan data primer berupa data sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan cara mengukur nilai nyeri sendi responden menggunakan kuesioner skala numeric verbal. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariate dengan *Uji Paired Sample T Test* dengan nilai $p > 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Analisa data univariat dilakukan terhadap jenis kelamin, usia dan kategori nyeri sendi yang dialami Lansia sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres jahe merah. Hasil analisis ditampilkan pada Tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan, Usia, Jenis Kelamin, dan Kategori Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Kompres Jahe Merah

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	10	27
Perempuan	27	73
Usia		
60 – 70 tahun	18	49
71 – 80 tahun	11	30
81 – 90 tahun	8	21
Kategori Nyeri Sebelum Intervensi		
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	0	0
Nyeri Sedang	11	30
Nyeri Berat	26	70
Kategori Nyeri Setelah Intervensi		
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	7	19
Nyeri Sedang	27	73
Nyeri Berat	3	8

Berdasarkan tabel 1. Sebagian Lansia merupakan perempuan dengan usia sebagian besar pada usia 60 – 70 tahun. Kategori nyeri sebelum intervensi sebagian besar responden mengalami nyeri berat (70%) sedangkan setelah intervensi, sebagian besar Lansia memiliki nyeri sedang (73%).

Analisa Bivariat

Hasil analisis bivariat dilakukan menggunakan *Uji Paired Sample T Test* ditampilkan pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. *Uji Paired Sample T Test* terhadap Nilai Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Kompres Jahe Merah

Rata-rata	Standar Deviasi	Nilai Minimum	Nilai
-----------	-----------------	---------------	-------

				Maksimum
Pre Test	7.162	1.1429	5.00	9.00
Post Test	4.837	1.1429	3.00	7.00

$\square = 0,05$, p value = 0,000

Tabel 2 menunjukkan ada perbedaan signifikan antara nilai nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe merah dengan p value = 0,000.

PEMBAHASAN

Gambaran Komunikasi Orang Tua dan Anak

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hasil bahwa pada parameter pre test dan post test mengalami penurunan pada rata-rata dari 7,1622 menjadi 4.8378, dengan standar deviasi pre test dan post test yaitu 1.14294. Nilai maksimum dan nilai maksimum pada pre test yaitu 5,00 dan 9.00. Nilai minimum dan nilai maksimum pada post test yaitu 9,00 dan 7,00. Serta berdasarkan hasil perhitungan dengan Uji Paired Sample T Test pada sistem komputerisasi SPSS 16.0 didapatkan hasil yaitu $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ atau yang berarti ada perbedaan signifikan antara nilai nyeri responden sebelum dan sesudah dilakukan tindakan kompres jahe merah. Ini menunjukkan .

Kompres Jahe menjadi salah satu intervensi nonfarmakologi yang dapat diberikan pada lansia yang mengalami nyeri sendi akibat Osteoarthritis, dimana Kompres jahe merupakan kombinasi antara terapi hangat dan terapi relaksasi yang akan membantu mengurangi rasa nyeri dengan kandungan senyawa Phenol pada jahe yang terbukti memiliki efek anti radang dan sangat dianjurkan untuk digunakan sebagai penanganan pada penyakit sendi yang mengakibatkan ketegangan pada otot, karena jahe yang digunakan untuk kompres dapat memperbaiki fungsi sistem muskuloskeletal yang menurun (Susilowati, 2015).

Jahe yang digunakan untuk kompres jahe yaitu jahe merah yang berumur tua setelah 12 bulan penanaman, karena jahe merah memiliki kandungan oleoresin atau rasa lebih pedas serta kandungan minyak atsiri yang lebih banyak dibandingkan dengan jahe putih besar dan jahe putih kecil. *Olerasin* dan minyak atsiri pada jahe akan memberikan rasa pedas dan panas yang dapat langsung dirasakan setelah dilakukan kompres selama 20 menit.

Teori diatas sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rina dan Ambar (2017) dimana diperoleh hasil bahwa kompres jahe merah lebih efektif terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lanjut usia dibandingkan dengan kompres hangat. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi- Eksperimental* dengan *Pretest-Posttest with control group design*. Efek panas dan pedas dari jahe dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga meningkatkan peredaran darah. Peningkatan aliran darah dapat meningkatkan pembuangan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamin, dan prostaglandin yang dapat menimbulkan nyeri (Wulanniati, 2017).

Menurut Herliana (2013) jahe mempunyai efek anti peradangan dengan cara kerja komponen yang terkandung dalam Jahe seperti *gingerdione* yang akan menghambat leukotriene yang merupakan

mediator radang. Seiring dengan penurunan peradangan tersebut, maka akan terjadi penurunan rasa nyeri. Kompres jahe yang diberikan pada responden dapat memberikan efek yang sangat baik pada lansia yang mengalami Osteoarthritis, dimana setelah diberikan kompres jahe, lansia dapat beristirahat dengan lebih tenang, karena tidak terganggu dengan nyeri sendi yang biasa dirasakan ketika sedang beristirahat.

Dari beberapa teori diatas Kompres Jahe yang dilakukan secara rutin dapat memberikan dampak yang sangat efektif untuk lansia yang merasakan nyeri sendi, dimana pada saat jahe yang telah ditumbuk halus kemudian ditempel di daerah tubuh yang terasa nyeri, maka rasa panas dari jahe akan berpindah ketubuh atau kulit, sehingga akan menurunkan otot yang tegang agar otot menjadi relaksasi dan rasa nyeri yang dirasakan oleh lansia yang mengalami Osteoarthritis akan berkurang.

KESIMPULAN

Sebelum diberikan kompres jahe merah, sebagian responden mengalami nyeri dengan kategori nyeri berat (70%) sedangkan pada saat setelah diberikan kompres jahe merah, sebagian besar responden mengalami penurunan nilai nyeri menjadi nyeri sedang dan nyeri ringan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kompres jahe merah terhadap nilai nyeri sendi lansiapenderita Osteoarthritis.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, M. 2017. *Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Karang Tahun 2017*. Tersedia dalam : <https://ejournal.unsrat.ac.id>. Diakses tanggal 29 September, pukul 15.00 WITA.
- Izza, S. 2014. *Perbedaan Efektifitas Pemberian Air Hangat dan Pemberian Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Unggaran. Jurnal STIKES Ngudi Waluyo Unggaran*. Diakses pada 10 September 2018, pukul 08.00 WITA.
- Rahayu, 2016. *Efektivitas Kompres Jahe Merah Dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Di Posyandu Lansia Sumbersari RW 03 Malang*. Skripsi Strata I : Universitas Muhammadiyah Malang. Diakses pada tanggal 15 April 2019, pukul 09.00 WITA.
- Rimpang, *Kompres Jahe Berkhasiat Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Penderita Rheumathoid Arthritis. Jurnal Mutiara Ners Januari*. Vol.1 No.1. Diakses pada tanggal 26 September 2018, pukul 15.00 WITA
- Riskesdas, 2014. *Riset Kesehatan Dasar Tentang Penyakit Sendi*. www.litbang.depkes.go.id. Diakses pada tanggal 27 September 2018, pukul 14.00 WITA.
- Riskesdas, 2013. *Riset Kesehatan Dasar Tentang Penyakit Sendi*. www.litbang.depkes.go.id. Diakses pada tanggal 27 September 2018, pukul 15.00 WITA.
- Rusnota, C. 2015. *Pemberian Kompres Hangat Menggunakan Jae Untuk Meringankan Skala Nyeri Pada Pasien Rheumatoid Athritis Di Desa Kendungwungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan*. Naskah Publikasi : STIKES Muhammadiyah Kudus, Jawa Tengah.

- <http://download.portalgaruda.org>article>. Diakses pada tanggal 22 April 2019, pukul 11.00 WITA.
- Susilowati, dkk (2012). *Pengaruh Kompres Jahe Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Kanagarian Cubadag Batusangkar*. <http://download.portalgaruda.org>article>. Diakses tanggal 26 September 2018, pukul 11.00 WITA.
- Syapitri, H. 2018. *Kompres Jahe Berkehasiat Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Penderita Rheumathoid Arthritis*. *Jurnal Mutiara Ners Januari*. Vol.1 No.1. Diakses tanggal 26 September 2018, pukul 11.00 WITA
- Sholihah, F.M. 2014. *Diagnosis and Treatment Gout Arthritis*. *J Major*. Diakses pada tanggal 27 September 2018, pukul 15.00 WITA.
- Tejasari et al, (2002). *Aktifitas Stimulasi Komponen Bioaktif Rimpang Jahe Pada Sel Limfosit B Manusia Secara In Vitro*. *Jurnal. Teknol dan Industri Pangan*, Vol. XIII, No.1 th., 2002. Diakses pada tanggal 20 September 2018, pukul 13.00 WITA.
- Wulan, R. 2015. *Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Pada Wanita Lanjut Usia Di Panti Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya*. Naskah Publikasi : Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura, Pontianak. <http://download.portalgaruda.org>article>. Diakses pada tanggal 24 April 2019, pukul 13.00 WITA.
- Wurangian, M. 2013. *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado*. *Volume 4 No 2*. *Jurnal Kesehatan ; Universitas Sam Ratulangi Manado*. Diakses pada tanggal 21 April 2019, pukul 20.00 WITA.
- Yohana. 2017. *Perbedaan Intensitas Nyeri Osteoarthritis Pada Lansia Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Di Kelurahan Tlogomas Malang*. *Nursing News*. Vol2. No.1. <http://download.portalgaruda.org>article>. Diakses pada tanggal 26 September 2018, pukul 10.00 WITA.

PEMBERIAN KOMPRES JAHE DALAM MENGURANGI NYERI SENDI PADALANSIA DI UPT PSTW KHUSNUL KHOTIMAH PEKANBARU

Tri Siwi KN

Fakultas MIPA dan Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Riau Email:
trisiwinaning@gmail.com

ABSTRACT

Gout and rheumatoid arthritis is a disease that is often encountered in the community, one of them on the elderly (the elderly) are characterized by pain that occurs repeatedly in the joints. Ginger compress can be used as a non-pharmacological measures to deal with the pain. This study aims to determine the effectiveness of ginger compress in reducing joint pain in the elderly in UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru. This design of research is a quasi experiment with sampling total sampling with 16 respondents. Data collection tool using pain scale test pre and postadministration of ginger compress. The research result shows that the average intensity of joint pain before and after the ginger compress is 2.500. The test results obtained statistical p value = 0.000 where $p < \alpha$ 0:05. this means that there are differences in average significant difference between the intensity of joint pain in the elderly before and after the ginger compress. Is expected to more elderly for routine use as a ginger compress non-pharmacological measures pain in the joints.

Keywords: *Effectiveness, Compress ginger, joint pain*

1. PENDAHULUAN

Gout dan arthritis rheumatoid merupakan salah satu penyakit yang sering ditemui dalam masyarakat, salah satunya pada kelompok lanjut usia (lansia) yang ditandai dengan nyeri yang terjadi secara berulang-ulang pada persendian. Keluhan ini biasanya akan berkurang dengan bantuan terapi baik secara farmakologis atau nonfarmakologis.

Kompres jahe dapat dijadikan tindakan nonfarmakologis untuk menangani nyeri. Menurut Haghghi M, Khalvat (2005), dalam Rusnoto (2014), berdasarkan hasil penelitian di Iran membuktikan jahe mempunyai efek yang sama dengan ibuprofen dalam mengatasi gejala osteoarthritis, termasuk nyeri.

Angka kejadian arthritis rheumatoid pada tahun 2008 yang dilaporkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia WHO adalah mencapai 20% dari penduduk dunia yang telah terserang rematik, dimana 5-10% adalah mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% adalah mereka yang berusia 55 tahun (Wiyono, 2010).

Meskipun khasiat jahe untuk anti radang telah diketahui, namun efek dalam mengatasi rasa sakit pada manusia belum diketahui dengan pasti. Penelitian mengenai efektivitas penggunaan kompres jahe masih sangat terbatas dan terdapat hasil yang berbeda antara penelitian satu dengan yang lain. Oleh karena itu, perlu diteliti efektivitas pemberian kompres jahe dalam mengurangi nyeri sendi pada lansia dengan keluhan gouty dan arthritis rheumatoid (Ozgoli, G. Goli (2009), dalam Kallo (2014).

2. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis Penelitian yang digunakan adalah *kuasi eksperimen* dengan teknik pengambilan sampel total sampling yang berjumlah 16 responden. Alat pengumpulan data menggunakan uji *paired t test* dengan pre dan post pemberian kompres jahe pada area yang nyeri.

Menurut Kozier & Erb (2008) dalam Kallo (2014), nyeri adalah sensasi ketidak nyamanan yang dimanifestasikan sebagai penderitaan yang diakibatkan oleh persepsi jiwa yang nyata, ancaman, dan fantasi luka.

Skala Nyeri

Skala nyeri *bourbonnais* adalah salah satu cara mengukur tingkat nyeri berdasarkan

penilaian objektif yang dilakukan oleh enumerator, yaitu:

- 1) Skala 0 = tidak nyeri
- 2) Skala 1- 3 = nyeri ringan
 Secara objektif subjek penelitian dapat berkomunikasi dengan baik, tindakan manual dirasakan sangat membantu.

- 3) Skala 4-6 = nyeri sedang
 Secara objektif subjek penelitian mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri dengan tepat dan dapat mendeskripsikan nyeri, subjek penelitian dapat mengikuti perintah dengan baik dan responsif terhadap tindakan manual.

- 4) Skala 7-9 = nyeri berat
 Secara objektif terkadang subjek penelitian dapat mengikuti perintah tapi masih responsif terhadap tindakan manual, dapat menunjukkan lokasi nyeri tapi tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi, napas panjang, destruksi dll.

- 5) Skala 10 = nyeri sangat berat (panik tidak terkontrol)
 Secara objektif subjek penelitian tidak mau berkomunikasi dengan baik, berteriak, dan histeris. Subjek penelitian tidak dapat mengikuti perintah lagi, selalu mengejan tanpa dapat dikendalikan, menarik-narik apa saja yang tergapai, dan tidak dapat menunjukkan lokasi nyeri.

Jenis Ramuan jahe dan cara pemberian kompres pada area nyeri sendi (Chan, 2011)

- a. Cuci bersih jahe 3-5 ruas
- b. Kemudian, parut jahe dan tempatkandil dalam mangkok
- c. Aduk sampai menjadi seperti bubur
- d. Balurkan parutan jahe tersebut pada sendi yang sakit selama ± 15 menit
 Kemudian sisa parutan jahe perbankan pada sendi yang bengkak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan tentang efektifitas kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru dengan jumlah responden 16 orang responden dengan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat adalah sebagai berikut:

A. Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden menurut umur pada penelitian pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru Tahun 2014

No	Kelompok Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	Lansia Awal (46-55 tahun)	0	0
2	Lansia Menengah (56-65 tahun)	4	25
3	Masa Manula (>65 tahun)	12	75
Jumlah		16	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas umur responden yang mengalami keluhan nyeri sendi di UPT PSTW Khusnul Khotimah adalah masa manula (> 65 tahun) sebanyak 90 %.

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden menurut jenis kelamin pada pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru Tahun 2014

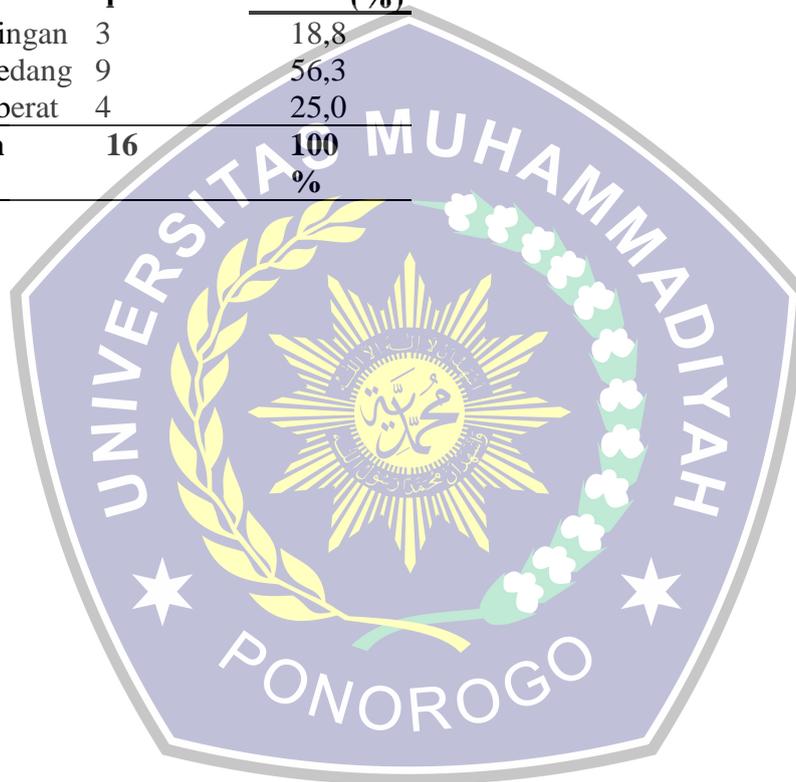
No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
	Laki-Laki	6	37,5
	Perempuan	10	62,5
Jumlah		16	100

%

Berdasarkan **Tabel 2.** di atas menunjukkan bahwa jenis kelamin yang menjadi responden sama yaitu laki-laki 50% dan perempuan 50%.

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden menurut skala nyeri pre pemberian kompres pada penelitian pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru Tahun 2014

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Nyeri ringan	3	18,8
2	Nyeri sedang	9	56,3
3	Nyeri berat	4	25,0
Jumlah		16	100%



Berdasarkan **Tabel 3.** di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden sebelum diberikan kompres jahe berada pada kategori skala nyeri sedang sebanyak 56,3%

Tabel 4. Distribusi frekuensi responden menurut skala nyeri post pemberian kompres pada penelitian pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di UPT PSTW Khusnul KhotimahPekanbaru Tahun 2014

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak nyeri	3	12,5
2	Nyeri ringan	9	56,3
3	Nyeri sedang	5	31,3
Jumlah		16	100%

Berdasarkan **Tabel 4.** di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden sesudah diberikan kompres jahe berada pada kategori skala nyeri ringan sebanyak 56,3%

Tabel 5. Distribusi frekuensi responden menurut intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe pada penelitian pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di UPT PSTW Khusnul Khotimah

No	Intensitas nyeri	Mean	Median	Modus	Minimum	Maksimum
1.	Pre kompres	2,06	2,00	2	1	3
2.	Post kompres	1,19	1,00	1	0	2

Pada **Tabel 5.** menunjukkan intensitas nyeri sendi sebelum diberikan kompres jahe adalah 2,06 dengan nilai median 2.00. penurunan nyeri sendi yang dialami oleh lansia selama 15 menit dengan kompres jahe rata-rata intensitas nyeri menurun menjadi 1,19 dengan nilai median 1.00. jadi selisih rata-rata intensitas nyeri sendi sebelum dan setelah diberikan kompres jahe adalah sebesar 0,87.

B. Analisa Bivariat

Tabel 6. Distribusi Rata-rata Penurunan nyeri sendi Responden hari pertama Pada Penelitian pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru Tahun 2014

No	Metode	Mean	Standar deviasi	Standar error	P value
1	Pre – post kompres jahe	2.500	1.033	0,258	0.000

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa rata-rata intensitas nyeri sendi sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe yaitu 2.500. hasil uji statistic didapat nilai p valuer = 0.000 dimana $p < \alpha$ 0.05. hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara intensitas nyeri sendi pada lansia sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe.

Tabel 7. Distribusi Rata-rata Penurunan nyeri sendi Responden hari ketujuh Pada Penelitian pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di UPT PSTW Khusnul Khotimah

No	metode	Mean	Standar deviasi	Standar error	P value
1	Pre –post kompres jahe	1,625	0,806	0,202	0,000

Berdasarkan **Tabel 7.** terlihat bahwa rata-rata intensitas nyeri sendi sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe yaitu 1.625. Hasil uji statistic didapat nilai p value = 0.000 dimana $p < \alpha$ 0.05. hal ini berarti bahwa pada hari

Analisa bivariat pada penelitian ini adalah untuk melihat perbandingan intensitas nyeri sendi sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat pada lansia dengan uji *paired sample t test*.

kedelapan masih terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara intensitas nyeri sendi pada lansia sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe.

Penelitian Kalim (2013) dalam (2014) yang juga memperoleh hasil bahwa usia manula lebih banyak mengalami keluhan nyeri sendi dengan berbagai intensitas nyeri. Berdasarkan jenis kelamin, lansia yang paling banyak mengalami keluhan nyeri sendi adalah wanita yang berjumlah 62,5%. Hal ini sesuai dengan teori Kertia Nyoman dalam Rusnoto (2014), bahwa semakin bertambah umur pada wanita akan mengalami menopause dan menyebabkan penurunan hormone estrogen sehingga beresiko



mengalami penyakit asam urat yang akan menyebabkan keluhan nyeri pada persendian.

Menurut Perry & Potter ,(2006) dalam Aida (2013), pemberian kompres dingin dan hangat dapat digunakan untuk mengurangi nyeri dan peradangan nyeri. Pemberian kompres jahe biasa merupakan salah satu bentuk kompres dingin yang membantu mengurangi nyeri sendi.

Hal di atas sesuai dengan hasil penelitian Aida (2013), bahwa pemberian kompres dingin jahe juga mampu mengurangi nyeri sendi meskipun lebih baik jika menggunakan kompres hangat.

Demikian juga dengan hasil penelitian Rusnoto (2014), juga memperoleh hasil bahwa pemberian kompres jahe efektif untuk mengurangi nyeri pada penderita asam urat yang mana setelah dilakukan uji wilcoxon juga memperoleh nilai $p < 0,05$.

Dengan demikian peneliti berpendapat bahwa pemberian kompres jahe sangat perlu disosialisasikan kepada semua kalangan khususnya kepada lansia karena selain harganya terjangkau juga sangat efektif dijadikan sebagai kompres pada area sendi yang mengalami sakit karena berbagai penyakit baik penyakit rematik, asam urat maupun keluhan sendi dengan penyakit lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

Aida (2013). *Perbedaan efektifitas kompres*

hangat dan kompres dingin skala nyeri pada klien gout di wilayah

kerja Puskesmas Batang III Kabupaten Batang. Skripsi tidak diterbitkan. Prodi S 1 Keperawatan Sekoah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Pekajangan.

Chan, (2011). *Tanaman Berkhasiat Obat.*

Jakarta: Pustaka sunda kelapa Dinas Kesehatan Republik Indonesia. (2012). *Profil Dinas Kesehatan Di Indonesia.* Diperoleh tanggal 04 April 2015 dari [Http://www.depkes.go.id/kesehatan%20Indonesia%202012.Pdf](http://www.depkes.go.id/kesehatan%20Indonesia%202012.Pdf)

Kallo (2014). *Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gouth arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas bahu Manado.* Artikel PSIK Universitas Sam Ratulangi Manado.

Nursalam. (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan,* Jakarta: Salemba Medika

Notoatmodjo, S.(2003). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta. (2007). *Metodologi Penelitian.* Jakarta: Rineka Cipta.

Rusnoto (2014). *Pemberian kompres hangat memakai jahe untuk meringankan skala nyeri pada pasien asam urat di Desa Kedungwungu Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan.* Stikes Muhammadiyah Kudus. Jawa Tengah. JIKK volume 6 No 1 Januari 2015 29-39.

Sudoyo, A.W. dkk. (2007). *Ilmu penyakit dalam* Jakarta: Interna Publishing

PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES JAHE TERHADAP INTENSITAS NYERI GOUT ARTRITIS PADA LANSIA DI PSTWBUDI SEJAHTERA KALIMANTAN SELATAN

Senna Qobita Dwi Putri, Devi Rahmayanti, Noor Diani

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Jl. A. Yani KM. 36 Banjarbaru, 70714

Email korespondensi: sennaqobita@gmail.com

ABSTRAK

Gout arthritis merupakan penyakit peradangan pada persendian dimana dampak yang di timbulkan berupa nyeri. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, Kalimantan Selatan menempati urutan ke 17 penderita Gout arthritis sebesar 9.5 %. Tujuan Penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan. Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy Eksperimental* dengan dua kelompok *Pretest-posttest* yang terbagi kelompok perlakuan pemberian kompres jahe dan kelompok kontrol pemberian kompres hangat. Teknik Sampling menggunakan *Probability Sampling* dan jumlah sampel sebanyak 32 orang lansia. Instrument yang digunakan adalah Kompres jahe, Kompres hangat, dan Lembar Observasi Skala nyeri Numerik. Hasil Penelitian Menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kompres jahe ($P\text{-value} = 0,00$), Sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak, dimana terdapat pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan.

Kata-kata kunci: kompres jahe, intensitas nyeri, lansia.

ABSTRACT

Gout arthritis is a inflammatory disease where the impact caused form in the of pain. Based of information from the Riskesdas in 2013, south Kalimantan Ranks seventh gout arthritis sufferers 9.5%. the purpose of this study is to know the effect of ginger compress on the intensity of gout arthritis pain in elderly in PSTW Budi Sejahtera South Kalimantan. This research is an Quasy Eksperimental two goup pretest-posttest The study was divided into treatment group of ginger compress and control group of warm compress. The sampling technique using probability sampling and sample 32 the number of older people. The instruments used were in the form of ginger compress, warm compress, and observational numeric rating scale. The results showed is a effect of ginger compress ($P\text{-value} = 0,00$), soit could be concluded that H_0 was rejected, where there is effect of ginger compress on the intensity of gout arthritis pain in elderly in PSTW Budi Sejahtera South Kalimantan.

Keywords : ginger compress, pain intensity, elderly

PENDAHULUAN

Gout arthritis merupakan suatu penyakit peradangan pada persendiaan yang dapat diakibatkan oleh kelebihan kadar senyawa asam urat didalam tubuh, baik karena produksi berlebih atau peningkatan asupan purin (7). Dampak yang dapat ditimbulkan dari gout arthritis dapat berupa nyeri khususnya pada sendi (12).

Prevalensi gout di Indonesia menempati peringkat pertama di asia tenggara dengan angka prevalensi 665.745 (0.27%) dari 238.452.952 orang (2). Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) indonesia tahun 2013, prevalensi penyakit gout arthritis menempati urutan pertama berada di bali mencapai 19,3%. Kalimantan selatan merupakan salah satu provinsi yang tinggi penderita gout arthritis yang menempati urutan ke tujuh belas dengan prevalensi mencapai 9,5% penderita gout arthritis.

Dampak nyeri gout arthritis yang dapat ditimbulkan ke lansia berupa menurunnya kualitas hidup lansia karena nyeri yang sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Muncul keluhan pada sendi dimulai dengan rasa kaku atau pegal pada pagi hari kemudian timbul rasa nyeri pada sendi dimalam hari nyeri tersebut terjadi secara terus menerus sehingga sangat mengganggu lansia (11).

Tindakan pemberian obat farmakologi dapat digunakan untuk mencegah tingkat keparahan penyakit lebih lanjut seperti pemberian obat NSAID yang dapat digunakan untuk mencegah pembengkakan pada gout (13). Tindakan non farmakologis selain diet purin dapat diberikan terapi kompres jahe, karena jahe mengandung senyawa gingerol dan shogaol yaitu senyawa panas dan pedas yang terdapat di dalam jahe (4). Jahe memiliki sifat anti inflamasi non steroid dimana jahe

dapat menekan sintesis prostaglandin-1 dan siklooksigenase-2 (6). Sehingga ketika diberikan kompres jahe rasa pedas dari kompres jahe tersebut akan mengurangi peradangan, meredakan nyeri, kaku, dan spasme otot (3).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 10 Oktober 2016 di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan daerah Banjarbaru dan Martapura, didapatkan terdapat lansia yang terkena gout arthritis. Gejala pada umumnya yaitu nyeri pada bagian sendi, bengkak dan menjaalar sehingga mengganggu aktivitas lansia di PSTW. Nyeri yang dialami umumnya terjadi pada pagi dan malam hari. Untuk mengurangi rasa nyeri para lansia di PSTW mengkonsumsi obat yang di berikan dokter di poli klinik, dan apabila efek obat yang di minum habis maka nyeri yang dialami lansia mengalami kekambuhan.

Berdasarkan uraian diatas dan fenomena yang terjadi di lapangan, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian *Quasy Eksperimental* dengan 2 kelompok *Pretest-posttest* yaitu kelompok perlakuan pemberian kompres jahe dan kelompok kontrol pemberian kompres hangat. Populasi penelitian adalah seluruh lansia di PSTW Budi Sejahtera daerah Banjarbaru dan Martapura Bulan April tahun 2017. Teknik sampling menggunakan *Probability Sampling* Khususnya *random sampling*. Jumlah sampel sebanyak 32 orang lansia dengan pembagian dua kelompok yaitu 16 orang lansia untuk kelompok perlakuan dan 16 orang lansia untuk kelompok

kontrol. Instrumen yang digunakan adalah kompres jahe, kompres hangat, dan lembar observasi skala nyeri numerik. Analisis statistik menggunakan uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* dan analisis statistik *Mann Witney*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelompok Perlakuan Kompres Jahe

Tabel 1. Intensitas nyeri kelompok perlakuan sebelum diberikan terapi kompres jahe pada lansia dengan nyeri gout artritis di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan.

Intensitas nyeri	F	%
Tidak ada nyeri	-	-
Nyeri ringan	1	10
Nyeri sedang	6	0
Total	16	100

Berdasarkan hasil pada tabel 1 menunjukkan bahwa lansia yang mengalami nyeri gout artritis mengalami nyeri sedang sebanyak 16 (100%) responden sebelum diberikan

kompres jahe. Hal ini karena responden ketika diukur menggunakan skala nyeri numerik responden lebih banyak menyebutkan nyeri sedang ketika dilakukan observasi.

Tabel 2. Intensitas nyeri kelompok perlakuan sesudah diberikan terapi kompres jahe pada lansia dengan nyeri gout artritis di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan

Intensitas nyeri	F	%
Tidak ada nyeri	3	18.8
Nyeri ringan	13	81.2
Nyeri sedang	1	10
Total	6	0

mengalami nyeri gout artritis sesudah diberikan kompres jahe sebanyak 13 (81.2%) responden mengalami nyeri ringan dan 3 (18.8%) responden mengalami tidak ada nyeri.

Hal tersebut dikarenakan efek panas dari kompres jahe yang diberikan ke responden 2 kali selama 20 menit. Jahe merupakan tanaman rimpang yang memiliki tingkat kepedasan dipengaruhi oleh senyawa gingerol dan shogaol. Gingerol merupakan senyawa rasa pedas dari jahe segar, sedangkan shogaol merupakan senyawa rasa pedas dari jahe kering. Senyawa tersebut memberikan efek farmakologis dan fisiologis seperti antioksidan, anti-inflamasi yang dapat menghambat siklooksigenase-2 sehingga dapat mengurangi peradangan nyeri (1).

Kelompok Kontrol Kompres Hangat

Tabel 3. Intensitas nyeri kelompok kontrol sebelum diberikan terapi kompres hangat pada lansia dengan nyeri gout artritis di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan.

Intensitas nyeri	F	%
Tidak ada nyeri	-	-
Nyeri ringan	-	-
Nyeri sedang	8	50
Nyeri berat	8	50
Total	16	100

Berdasarkan hasil pada tabel 2 menunjukkan bahwa lansia yang

Berdasarkan hasil pada tabel 3 menunjukkan bahwa lansia yang mengalami nyeri gout arthritis mengalami nyeri berat dan nyeri sedang masing-masing sebanyak 8 (50%) responden.



Tabel 4. Intensitas nyeri kelompok kontrol sesudah diberikan terapi kompres hangat pada lansia dengan nyeri gout artritis di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan.

Intensitas nyeri	F	%
Tidak ada nyeri	1	6.3
Nyeri ringan	9	56.2
Nyeri sedang	6	37.5
Nyeri berat	-	-
Total	1	10
	6	0

Tabel 5. Gambaran Intensitas nyeri kelompok perlakuan dan kontrol

Berdasarkan hasil pada tabel 4 menunjukkan bahwa lansia yang mengalami nyeri gout artritis sesudah diberikan kompres hangat sebanyak 9 (56.2%) responden mengalami nyeri ringan, 6 (37.5%) responden mengalami nyeri sedang dan 1 (6.3%) responden mengalami tidak ada nyeri. Hal tersebut dikarenakan kompres hangat merupakan mekanisme penghambat reseptor nyeri pada serabut saraf besar, dimana akan mengakibatkan terjadinya perubahan mekanisme yaitu gerbang yang akhirnya dapat dimodifikasi dan merubah sensasi nyeri yang datang sebelum sampai ke korteks serebri menimbulkan persepsi nyeri dan reseptor otot sehingga nyeri dapat berkurang (9). Pada tahap fisiologis nyeri, kompres hangat dapat menurunkan nyeri melalui tahap transmisi, dimana pada tahapan ini sensasi hangat pada kompres air hangat menghambat pengeluaran mediator inflamasi seperti sitokini sehingga akan meningkn, proinflamasi, kemokin, yang dapat menurunkan sensitivitas nociseptor sehingga akan meningkatkan ambang rasa nyeri sehingga terjadilah penurunan nyeri (5).

Pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout artritis.

sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres jahe dan kompres hangat pada lansia dengan nyeri gout artritis di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan.

kontrol, sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak dimana kompres jahe lebih berpengaruh terhadap intensitas nyeri gout artritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan. Yang membedakan kompres jahe dengan kompres hangat kompres jahe

	Perlakuan			Kontrol		
	M	SD	P-value	M	SD	P-value
Intensitas nyeri						
Sebelum	5,0	0,92	0,00	3,5	0,51	0,00
m	6	9	0	0	6	1
Sesudah	1,8	1,10		2,3	0,60	
h	1	9		1	2	

Berdasarkan hasil pada tabel 5. menunjukkan analisa statistic dengan menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test*, dimana intensitas nyeri kelompok perlakuan di dapatkan nilai P-Value 0,000, sedangkan untuk intensitas nyeri pada kelompok kontrol didapatkan nilai P-Value 0,001.

Tabel 6. Pengaruh pemberian kompres jahe Intensitas nyeri gout artritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan.

Intensitas nyeri kelompok perlakuan			Intensitas nyeri kelompok kontrol			
N	M	SD	N	M	SD	P-value
16	3,25	0,77	16	1,19	0,65	0,000
		5			5	

Hasil tabel 6 yang dianalisis menggunakan analisis statistic *Mann Witney* didapatkan hasil pada kelompok perlakuan kelompok kontrol didapatkan nilai P-Value 0,000 dimana rata-rata perubahan intensitas nyeri kelompok perlakuan lebih besar dari kelompok

merupakan campuran dari air hangat dan jahe segar yang diparut sehingga efek panas dari air hangat ketika di campurkan dengan panas dan pedas dari jahe segar akan memberikan efek panas yang lebih kuat dibandingkan dengan kompres air hangat biasa.

Efek panas dari jahe tersebut yang dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamine dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri. Panas akan merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dapat dihambat (8).

Penelitian ini sejalan dengan dilakukan oleh Izza tahun 2014 tentang perbedaan efektifitas pemberian kompres air hangat dan pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di unit rehabilitasi sosial wening wardoyo ungaran dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pemberian terapi kompres air hangat dan kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi lansia di unit rehabilitasi sosial wening wardoyo ungaran, dimana pemberian terapi kompres jahe lebih efektif dibandingkan pemberian terapi kompres air hangat (5).

Penelitian lain yang dilakukan oleh widyastutik tahun 2012 tentang pengaruh terapi kompres hangat rebusan jahe terhadap penurunan nyeri osteoarthritis studi di unit pelayanan teknis panti sosial lanjut usia jombang. Dari hasil terjadi penurunan intensitas nyeri sehingga terdapat pengaruh terapi kompres hangat rebusan jahe terhadap nyeri osteoarthritis dengan *P-value* 0.000 (14).

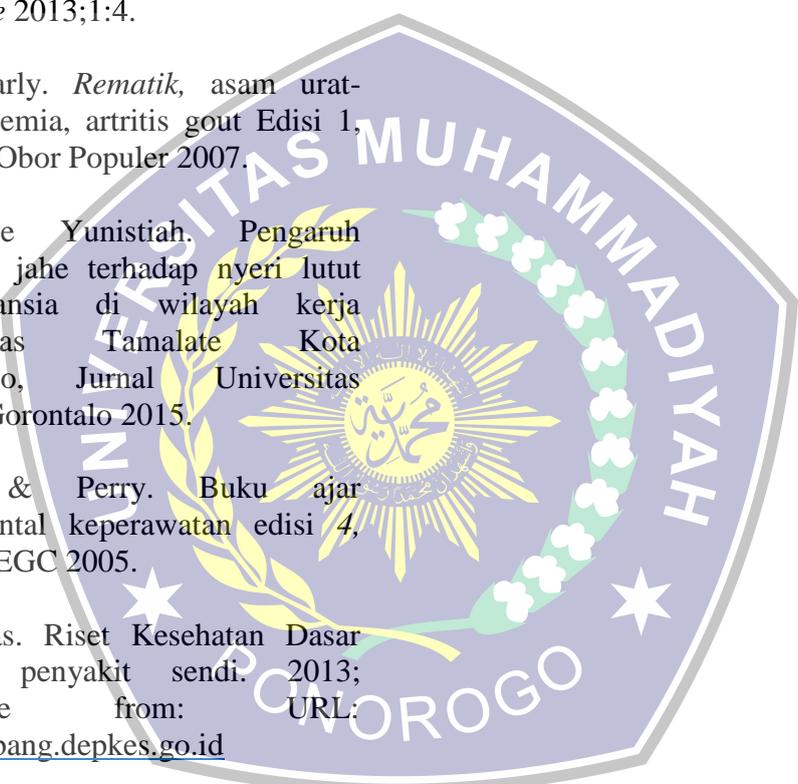
PENUTUP

Terdapat pengaruh pemberian kompres jahe pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres jahe, pada kelompok kontrol juga terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri gout arthritis. Adapun dari hasil kelompok perlakuan dan kelompok kontrol yang telah dianalisis terdapat perbedaan yang signifikan, dimana hasil intensitas nyeri kelompok perlakuan lebih besar dari kelompok kontrol dengan *P-value* 0,000. Sehingga terdapat pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera provinsi Kalimantan Selatan.

KEPUSTAKAAN

1. Aryaeian Nahed, and Hajar Tavakkoli, Ginger and its Effect on Inflammatory Disease, Department of Nutrition School of Public Health 2015;1:4.
2. Badan Pusat Statistik Jakarta Pusat. Statistik Indonesia tahun 2010 Jakarta Pusat: Badan Pusat Statistik; 2010.
3. Damaiyanti, S. Pengaruh Kompres Jahe Hangat terhadap penurunan Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis pada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Kanagarian Cubadak Batu Sangkar, jurnal Keperawatan 2012, Stikes Yasri Sumbar Bukittinggi.
4. Herniani, Winarti Christina. Kandungan bahan aktif jahe dan pemanfaatannya dalam bidang kesehatan, Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Pasca Panen Penelitian Bogor 2011.

5. Izza S. Perbedaan efektivitas pemberian kompres air hangat dan pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran, Jurnal Keperawatan STIKES Ngudi Waluyo Ungaran 2014.
6. Kumar Subodh *et all.* Anti-Inflammatory action of ginger : A critical review in anemia of inflammation and its future aspects, *International Journal of Herbal Medicine* 2013;1:4.
7. Minasdiarly. *Rematik*, asam urat-hiperurisemia, artritis gout Edisi 1, Jakarta :Obor Populer 2007.
8. Podungge Yunistiah. Pengaruh kompres jahe terhadap nyeri lutut pada lansia di wilayah kerja puskesmas Tamalate Kota Gorontalo, Jurnal Universitas Negeri Gorontalo 2015.
9. Potter & Perry. Buku ajar fundamental keperawatan edisi 4, Jakarta: EGC 2005.
10. Riskesdas. Riset Kesehatan Dasar tentang penyakit sendi. 2013; Available from: URL: www.litbang.depkes.go.id
13. Tjay, Tan H & Kirana Rahardja. Obat-obat penting edisi 5, Jakarta: Gramedia ; 2002.
14. Widyaastutik. Hariyono, Ucik I. Pengaruh terapi Kompres Hangat Rebusan Jhe terhadap penurunan Nyeri Osteoartritis di Unit Pelayanan Teknis Panti Sosial Lanjut Usia Jombang, Jurnal Keperawatan Stikes Insan Cendekia Medika Jombang 2012; 03:001.





Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada
<https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH> Volume
 9, Nomor 1, Juni 2020, pp;573-578
 p-ISSN: 2354-6093 dan e-ISSN: 2654-4563
 DOI: 10.35816/jiskh.v10i2.349

LITERATUR REVIEW

Kompres Jahe Hangat dapat Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Gout Arthritis

Warm Ginger Compress to Decrease Pain Intensity in Patients with Arthritis Gout

Radhika Radharani

Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Artikel info

Artikel history:

Received; Mei 2020

Revised: Juni

2020 Accepted;

Juni 2020

Abstrak

Latar Belakang: Gout arthritis adalah suatu proses peradangan karena terjadinya peradangan di sekitar sendi. Salah satu terapi non-farmakologi pada pasien gout arthritis adalah dengan memberikan kompres jahe hangat. Efek panas dari kompres jahe hangat akan menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah ke tubuh dengan rasa sakit yang mengakibatkan penurunan rasa sakit Tujuan : mengetahui lebih lanjut tentang kompres jahe hangat yang dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien gout arthritis. Metode : Menggunakan studi literatur dari jurnal baik nasional maupun internasional dengan cara meringkas topic pembahasan dan membandingkan hasil yang disajikan dalam artikel. Hasil : Kompres jahe hangat dapat mengurangi nyeri pada gout arthritis. Kompres jahe hangat adalah pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri gout arthritis. Jahe mengandung enzim siklo- oksigenasi yang dapat mengurangi peradangan pada pasien dengan gout arthritis , selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis berupa sensasi panas dan pedas, di mana panas ini dapat meredakan rasa sakit, kekakuan dan kejang otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah, manfaat maksimal akan dicapai dalam waktu 20 menit setelah aplikasi kompres jahe hangat di lokasi nyeri. Kesimpulan : Kompres jahe hangat dapat mengurangi nyeri radang pada pasien gout arthritis. Kompres jahe adalah pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri radang sendi gout. Kompres jahe hangat mengandung enzim siklooksigenase yang dapat mengurangi peradangan dan nyeri pada penderita gout arthritis

Abstract

Background: Arthritis gout is an inflammation process due to inflammation on cristal sour tendon in tissue around the

joint.. Non pharmacology action for the patients of Arthritis Gout is warm ginger compress. The effects of heat from a warm ginger compress will cause vasodilation of blood vessels and increases blood flow to the body with pain resulting in a decrease in pain Objective : To know that warm ginger compress can decrease pain intensity in patients with arthritis gout Methods : Using literature studies from national and international journals by summarizing the topic of discussion and comparing the results presented in the article.

Results : Warm ginger compresses can reduce



It is a traditional treatment or alternative therapy to reduce pain Gout Arthritis. It contains cyclo-oxygenation enzymes which can reduce inflammation in patients with Arthritis Gout, besides ginger also has a pharmacological effect of burning sensation and spicy, where this heat can relieve pain, stiffness and muscle spasm or the occurrence of vascular vasodilation, maximum benefits will be achieved within 20 minutes after heat application. Conclusion: Warm compresses of ginger can reduce arthritis gout pain. Ginger compress is a traditional treatment or alternative therapy to reduce gouty arthritis pain. Warm ginger compresses contain cyclo oxygenation enzymes which can reduce inflammation in gouty arthritis of sufferers.

Keywords:

*Kompres jahe;
Intensitas
nyeri; Gout
artritis;*

Corresponden author:

Email: radhikaradharani14@gmail.com



artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi BCC BY
NC ND-4.0

Pendahuluan

Asam urat (Gout Arthritis) disebabkan tumpukan asam urat pada sendi-sendi tubuh. Ketika terdapat kelebihan asam urat pada aliran darah dan jumlahnya lebih dari yang dapat dikeluarkan, asam urat tersebut merembes ke dalam jaringan sendi sehingga menyebabkan rasa sakit dan pembengkakan. Rasa nyeri merupakan gejala penyakit Gout yang paling sering (Smeltzer, 2014). Gout Arthritis biasanya paling banyak terdapat pada sendi jempol jari kaki, sendi pergelangan, sendi kaki, sendi lutut dan sendi siku yang dapat menyebabkan nyeri yang sedang meradang karena adanya penumpukan zat purin yang dapat membentuk kristal-kristal yang mengakibatkan nyeri, jika nyeri yang dialami tidak segera ditangani akan mengakibatkan gangguan terhadap aktivitas fisik sehari-hari seperti menurunnya aktivitas fisik (Nahariani, Lismawati, & Wibowo, 2015). Di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 55-64 tahun sebanyak 45%, usia 65-74 tahun sebanyak 51,9%, usia ≥ 75 tahun sebanyak 54,8%. Angka ini menunjukkan bahwa penyakit asam urat nyeri akibat asam urat sudah sangat mengganggu aktivitas masyarakat Indonesia (Riskesdas, 2013). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi peningkatan kadar asam urat menjadi tinggi salah satunya adalah perilaku hidup tidak sehat seperti mengkonsumsi makanan mengandung purin tinggi, mengkonsumsi alkohol dan obesitas (Zahara, 2013). Serangan gout dicirikan dengan rasa sakit yang menyiksa, dan seringkali berulang. Serangan gout yang berulang juga dapat menyebabkan kerusakan struktural yang berlanjut pada pembentukan tofi, sehingga dapat menimbulkan efek nyeri (Frecklington, dkk, 2011). Adanya kristal asam urat memungkinkan terjadinya interaksi membran fosfolipid dan faktor serum yang berkontribusi terhadap reaksi inflamasi dan rasa nyeri (Martillo, Nazzal, & Crittenden, 2014).

Terapi yang digunakan untuk menurunkan kadar asam urat dan mengurangi rasa nyeri dibagi menjadi 2 yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis (Zuriati, 2017). Penanganan asam urat secara farmakologi adalah dengan Obat Anti Inflamasi Non Steroid (OAINS) seperti ibuprofen, naproxen dan allopurinol. Upaya penunjang lain

untuk mengatasi nyeri asam urat adalah dengan pengobatan non farmakologis, yaitu dengan memanfaatkan bahan-bahan herbal yang dikenal turun temurun oleh masyarakat dapat berkhasiat menurunkan nyeri, salah satunya adalah: jahe (Wilda & Panorama, 2020). Pemberian kompres air hangat berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah,



menstimulasi sirkulasi darah, mengurangi kekakuan, dan menghilangkan sensasi rasa sakit. Untuk mendapatkan hasil yang terbaik, terapi kompres hangat dilakukan selama 20 menit dengan 1 kali pemberian dan pengukuran intensitas nyeri dilakukan dari menit ke 15-20 selama tindakan. Pemanfaatan jahe dengan teknik kompres menggunakan air hangat dapat dilakukan selama 15-20 menit dan hal tersebut cukup efektif dalam menghilangkan rasa nyeri (Samsudin, 2016). Kompres Jahe hangat terbukti lebih efektif dalam mengurangi intensitas nyeri dibandingkan kompres dengan hanya menggunakan air hangat saja (Madoni, 2017). Jahe mengandung Olerasin atau Zingerol yang dapat menghambat sintesis prostaglandin, sehingga nyeri reda atau radang berkurang. Prostaglandin itu sendiri adalah suatu senyawa dalam tubuh yang merupakan mediator nyeri dari radang atau inflamasi (Wilda & Panorama, 2020). Karena itu, diduga bahwa penggunaan kompres hangat jahe juga memiliki efek yang signifikan pula terhadap penurunan nyeri persendian pada kasus artritis gout. Berdasarkan masalah diatas, perlu dilakukan analisis tentang penggunaan jahe dalam menurunkan nyeri pada lansia yang mengalami gout artritis yang dilakukan melalui literature review.

Metode

Metode menggunakan studi literatur dari berbagai jurnal nasional maupun internasional. Metode ini digunakan dengan tujuan menambah pemahaman dan pengetahuan tentang topik yang dibahas dengan cara meringkas topik pembahasan. Metode ini memberikan informasi fakta atau analisis baru dari tinjauan literatur yang relevan kemudian membandingkan hasil tersebut dalam artikel. Penulis menggunakan Jurnal yang didapatkan melalui google scholar. Penulis membuka website google scholar kemudian peneliti menuliskan kata kunci sesuai MESH (Medical Subject Heading) yaitu Ginger dan Gout Arthritis, lalu muncul 74 temuan.

Hasil Dan Pembahasan

Penyakit degeneratif yang sering dialami oleh lansia salah satunya adalah artritis gout. Artritis gout berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang memicu peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia), yaitu jika kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,5 mg/dl. Timbulnya mendadak, pada sendi jari kaki dan sering terjadi pada malam hari (Junaidi, 2013). Prevalensi hiperurisemia asimtomatik pada populasi umum di AS adalah sekitar 2-13%. Berdasarkan hasil penelitian kesehatan dasar oleh Riskesdas (2013), penyakit sendi saat ini merupakan penyakit terbanyak ketiga (24,7%) yang tidak menular setelah stroke (57,9%) dan hipertensi (36,8%), yang meningkat seiring bertambahnya usia. Nyeri adalah suatu sensori subjektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan yang bersifat aktual atau potensial atau menggambarkan kondisi terjadinya kerusakan. Rasa nyeri merupakan gejala penyakit Gout yang paling sering (Smeltzer, 2014). Dampak nyeri artritis gout yang dapat ditimbulkan berupa menurunnya kualitas hidup penderita karena nyeri yang sangat mengganggu aktivitas sehari-hari (Frecklington, 2011). Nyeri yang berkelanjutan atau tidak ditangani secara tepat dan adekuat, memicu respon stres yang berkepanjangan akan memperburuk kualitas kesehatan seseorang (Therkleson, 2010).

Terapi yang digunakan untuk mengurangi rasa nyeri dan peradangan pada pasien gout artritis adalah terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yang dipakai untuk mengurangi peradangan adalah obat anti inflamasi non-steroid (Gliozzi, Malara, Muscoli, & Mollace, 2016). Terapi non-farmakologis yang dilakukan untuk

mengurangi rasa nyeri dan inflamasi pada pasien gout arthritis adalah dengan memberikan stimulasi kulit menggunakan kompres air hangat (Purnamasari, 2015). Tidak hanya terapi dengan menggunakan air hangat, kombinasi air hangat dengan larutan jahe terbukti efektif untuk mengurangi rasa nyeri. Penggunaan jahe dalam bentuk kompres lebih aman daripada penggunaan jahe secara oral. Penggunaan jahe secara oral dan berlebihan dapat menyebabkan gangguan pencernaan seperti diare (Therkleson, 2010). Di Indonesia terdapat 3 jenis jahe yaitu jahe gajah, jahe merah dan juga jahe emprit. Jahe dapat di tanam di kebun rumah atau hanya dengan menggunakan media tanam dalam polybag atau karung. Penggunaan jahe secara topikal dapat mempengaruhi penyerapan sistemik. Bahan aktif dalam jahe adalah gingerol dan shagaol yang memiliki kelarutan yang sedang dalam air dan minyak sehingga memungkinkan potensi yang baik dalam penyerapan ke dalam kulit (Rahayu H, Rahayu N, & Sunardi, 2017). Kompres jahe sangat bermanfaat untuk menurunkan nyeri pada pasien Arthritis Gout karena mengandung 6-gingerdion, 6-gingerol, zingerol yang berfungsi menekan prostaglandin melalui hambatan pada aktivitas COX-2 yang menghambat produksi PGE2 dan leukotrien dan TNF- pada sinoviosit dan sendi manusia (Nahed & Tavakkoli, 2015).

Kompres jahe merupakan campuran air hangat dan juga parutan jahe yang sudah diparut sehingga akan ada efek panas dan pedas. Efek panas dan pedas dari jahe tersebut dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti bradikinin, histamine dan prostaglandin yang menimbulkan nyeri. Panas akan merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dapat dihambat (Kumar, 2013). Kompres jahe dilakukan dengan cara menempelkan jahe yang telah di sangrai dan di tumbuk terlebih dahulu di area persendian yang mengalami nyeri lalu kemudian dibalut dengan menggunakan kasa gulung, kompres ini dilakukan selama 20 menit (Zuriati, 2017).

Pemberian kompres air hangat saja kurang efektif dalam mengurangi rasa nyeri. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Izza, 2014) tentang efektifitas pemberian kompres air hangat dan pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di unit rehabilitasi sosial wening wardoyo ungaran, dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pemberian terapi kompres air hangat dan kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi lansia di unit rehabilitasi sosial wening wardoyo ungaran, dimana pemberian terapi kompres jahe lebih efektif dibandingkan pemberian terapi kompres air hangat. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Putri tahun 2017 dikemukakan bahwa dengan pemberian kompres hangat menggunakan jahe dapat menurunkan skala nyeri pada pasien gout arthritis.

Simpulan Dan Saran

Kompres jahe dengan menggunakan air hangat bisa mengurangi intensitas nyeri pada pasien gout arthritis karena jahe mengandung 6-gingerdion, 6-gingerol, zingerol yang berfungsi menekan produk-produk inflamasi seperti histamin, bradikinin dan prostaglandin. Masih perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai jenis jahe yang lebih efektif untuk mengurangi rasa nyeri dan inflamasi.

Daftar Rujukan

- Frecklington, M. J. (2011). Foot Pain, Impairment and Disability in Patients with Acute Gout ; a Prospective Observational Study. Auckland :School of Podiatry Master of Philosophy AUT University.
- Gliozzi, M., Malara, N., Muscoli, S., & Mollace, V., (2016). The Treatment of Hyperuricemia, *International Journal of Cardiology*, 213, 23-27.
- Izza S. (2014). Perbedaan Efektivitas Pemberian Kompres Air Hangat dan Pemberian Kompres Jahe terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran, *Jurnal Keperawatan STIKES Ngudi Waluyo Ungaran*.
- Junaidi, I. (2013). *Rematik dan Asam Urat*. Jakarta: Bhuana Ilmu Popule.
- Kumar Subodh dkk. (2013). Anti Inflammatory Action of Ginger : A Critical Review in Anemia of Inflammation and Its Future Aspects, *International Journal of Herbal Medicine*, 1(4).
- Madoni, A. (2017). Pengaruh Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung. *Menara Ilmu Vol. Xii Jilid III No.79*.
- Martillo, M. A., Nazzal, L., & Crittenden, D. B., (2014). The Crystallization of monosodium urate, *Current Rheumatology Reports*, 16(2): 400.
- Nahariani, Lismawati & Wibowo (2015). Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Intensitas Nyeri Sendi pada lansia di Panti Werdha , 2(2).
- Nahed, A., & Tavakkoli. (2015). Ginger and its effect on inflammatory disease, *Departement of Nutrition School of Public Health*, 1(4).
- Putri, S.Q.D., Rahmayanti, D & Diani, N. (2017). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Pstw Budi Sejahtera Kalimantan Selatan. *Dunia Keperawatan*, 5(2), 90-95.
- Purnamasari, S.D.I & Listyarini, A.D. (2015). Kompres Air Rendaman Jahe Dapat Menurunkan Nyeri Pada Lansia Dengan Asam Urat Di Desa Cengkalsewu Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati. *Cendikia Utama Kudus*, 1(4), 19 – 27.
- Rahayu, H. T., Rahayu, N. S., & Sunardi S. (2017). The Effectiveness of Red Ginger Compress Therapy (*Zingiber officinale* rosc. var. rubrum) on Elders with Joint Pain. *Advances in Health Sciences Research*, 2.
- Riskesdas. (2013). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan RI*. <http://www.depkes.go.id>.
- Samsudin, A. R., Kundre, R., & Onibala, F (2016). Pengaruh Pemberian Kompres hangat Jahe memakai Parutan Jahe Merah (*Zingiber Officinale Roscoe Var Rubrum*) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Oada Penderita Gout Arthritis Di desa Tateli Dua Kecamatan Mendolang Kabupaten

- Minahasa. Jurnal Keperawatan,
4(1).
- Smeltzer, S.C., & Bare, B. (2014). Text
Book Medical Surgical Nursing
Brunner-Suddarth.
Philadelp
hia:
Lippincot
Williams
&
Walkins.
Sukanda
r, dkk.
(2009).
ISO
Farmako
terapi .
Jakarta :
PT ISFI.
- Therkleson, T. (2010), Ginger
Compress Therapy for Adults
with Osteoarthritis. Journal of
Advanced Nursing, 66: 2225-
2233. doi:10.1111/j.1365-
2648.2010.05355.x.
- Wilda & Panorama. (2020). Warm
Compress of Ginger on
Changes in Pain Elderly with
Gout Arthritis. Journal of Ners
Community, 11(1).
- World Health Statistic. (2013). World
Health Organization ,
[http://www.who.int/gho/publicat
io
ns/world_health_statistics/2013/
en/](http://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/2013/en/).



Menggenggam Statis. Medula,
1(3), 67-76.

Zuriati .(2017). Efektivitas Kompres Air Hangat dan Kompres Jahe terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Asam Urat di Puskesmas Lubuk Begalung. Jurnal

Zahara R (2013). Arthritis Gout Metakarpal dengan Perilaku Makan Tinggi Purin Diperberat oleh Aktivitas Mekanik Pada Kepala Keluarga dengan Posisi

11. Santoso, Hanna dan Ismail, A. Memahami krisis lanjut usia : uraian medis dan pedagogis-pastoral, Jakarta: Gunung Mulia; 2009.
12. Suratun, Heryati, Santa,M, Een, R. Seri asuhan keperawatan klien gangguan sistem muskuloskeletal. Jakarta: EGC; 2008.





KOMPRES JAHE UNTUK MENURUNKAN NYERI SENDI PADA LANSIA

Sulistyo Andarmoyo, Rika Maya Sari, Liestia Cahyani Astiningtias
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo
E-mail : liestiacahyani92@gmail.com

Diterima: September 2022 Disetujui: September 2022 Dipublikasikan: September 2022

Abstract

In the elderly there will be a process of loss of the ability of the tissue to repair itself or replace and maintain function, one of the needs that requires improvement is the fulfillment of the need for comfort. Pain in the lower extremities is the most common complaint in the elderly if not treated immediately or incorrectly resulting in disability. is the main cause of the decline in the quality of life of the elderly because it interferes with daily activities. The aim is to examine the effectiveness of ginger compresses to reduce joint pain in the elderly based on literature studies.

This research is a type of literature study research by searching for journals with the password Compress Ginger To Reduce Joint Pain in the Elderly by obtaining 6 journals from Google Scholar.

Based on 6 Literature Studies, giving ginger compresses is effective in reducing joint pain in the elderly because the anti-inflammatory properties of ginger are very useful for joint pain sufferers who experience joint swelling, motion and blood flow around the joints are not smooth. Ginger compresses cause pain reduction by getting rid of body products that cause pain, as well as stimulating nerve cells to close pain to the brain.

Giving a Ginger Compress is effective by using red ginger which warms the body more. The use of red ginger (± 100 grams) and thinly sliced, then put the ginger slices into 1 liter of water, boil the ginger slices until the water boils (1000 C), then pour the ginger stew into the basin, wait until the temperature of the ginger stew becomes warm without a mixture of cold water (400 C). then using a cloth input, squeeze and compress on the joint. The reaction time of using a ginger compress is 20 minutes.

Key: Compress, Ginger, Pain, Joints, Elderly.

Abstrak

Pada lanjut usia akan terjadi proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi, salah satu kebutuhan yang memerlukan perbaikan adalah pemenuhan kebutuhan rasa nyaman nyeri pada ekstremitas bawah merupakan keluhan yang paling sering muncul pada lansia jika tidak segera atau salah dalam penanganan mengakibatkan kecacatan menjadi penyebab utama menurunnya kualitas hidup lansia karena sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Tujuannya menelaah efektifitas Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia Berdasarkan Studi Literatur.

Penelitian ini termasuk jenis penelitian studi literature dengan mencari jurnal dengan kata sandi Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia dengan didapatkan 6 jurnal dari Google Scholar.

Berdasarkan 6 Studi Literatur Pemberian Kompres Jahe efektif Dalam Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia karena Khasiat jahe untuk anti radang sangat berguna bagi penderita nyeri sendi yang mengalami pembengkakan sendi, gerak dan aliran darah pada sekitar sendi tidak lancar. Kompres jahe menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk tubuh yang menimbulkan nyeri, serta merangsang sel saraf untuk menutup rasa nyeri ke otak.

Pemberian Kompres Jahe efektif dengan menggunakan jahe merah yang lebih menghangatkan tubuh. Penggunaan jahe merah (± 100 gram) dan iris tipis-tipis, kemudian dimasukkan irisan jahe ke dalam 1 liter air, rebus irisan jahe sampai air mendidih (100° C), kemudian menuangkan rebusan jahe ke dalam baskom, tunggu hingga suhu rebusan jahe menjadi hangat tanpa campuran air dingin (40° C). lalu menggunakan kain masukan, peras dan kompres pada sendi. Waktu reaksi penggunaan kompres jahe 20 menit.

Kunci:Kompres, Jahe, Nyeri, Sendi, Lansia.

©2019 Universitas Muhammadiyah Ponorogo. All rights reserved

Alternatif Email:

ISSN2598-1188 (Print)

ISSN2598-1196(Online)

PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah kelompok manusia yang berusia 60 tahun ke atas. Pada lanjut usia akan terjadi proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi menurut Constantinides dalam Suryono (2013).

Pemenuhan kebutuhan rasa nyaman nyeri adalah bagian dari kebutuhan fisiologis menurut Hierzuki Maslow. Kebutuhan rasa nyaman “nyeri” diperlukan untuk proses kehidupan manusia khususnya lansia Nyeri adalah suatu mekanisme nyeri proteksi bagi penderita yang timbul bilamana jaringan sedang dirusak dan menyebabkan individu

tersebut bereaksi untuk menghilangkan rasa nyeri tersebut yang sedang dialami oleh individu tersebut.

WHO (2016) mendata penderita gangguan sendi di Indonesia mencapai 81% dari populasi, hanya 24% yang pergi ke dokter, sedangkan 71% nya cenderung langsung mengkonsumsi obat-obatan pereda nyeri yang terjual bebas. Angka ini menempatkan Indonesia sebagai Negara yang paling tinggi menderita gangguan sendi jika dibandingkan Negara-negara di Asia lainnya

Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 untuk penyakit sendi secara nasional prevalensinya berdasarkan diagnosis dokter umur 65-74 tahun (18.6%), umur >75 tahun (18.9%),

berdasarkan jenis kelamin laki-laki (6.1%) perempuan(8.9%). Di Jawa Timur berdasarkan data statistik Indonesia (2016), jumlah lansia pada tahun 2015 adalah 173.606 orang, dengan status kesehatan baik 64.818 orang, cukup baik 72.705 orang dan status kesehatan kurang baik 36.083 orang.

Nyeri pada pergerakan sendi (arthritis) dapat disebabkan oleh berbagai macam penyebab, salah satu yang dapat menimbulkan nyeri dan yang paling banyak dijumpai serta prevalensinya semakin meningkat karena berhubungan dengan bertambahnya usia (Pratintya, dkk 2014). Nyeri sendi pada ekstremitas bawah merupakan keluhan yang paling sering muncul pada lansia (Taslim 2009 dalam Pamungkas 2010). Nyeri sendi yang akan mengakibatkan ketidaknyamanan bahkan hingga mengakibatkan kecacatan menjadi penyebab utama menurunnya kualitas 3 hidup lansia karena sangat mengganggu aktivitas sehari-hari (Effendi 2009 dalam Sinaga dan Rupyanto 2015).

Pemanfaatan jahe dengan teknik kompres menggunakan air hangat dapat dilakukan selama 15-20 menit dan hal tersebut cukup efektif dalam menghilangkan rasa nyeri (Samsudin, 2016). Kompres Jahe hangat terbukti lebih efektif dalam mengurangi intensitas nyeri dibandingkan kompres dengan hanya menggunakan air hangat saja (Madoni, 2017). Jahe mengandung Olerasin atau Zingerol yang

dapat menghambat sintesis prostaglandin, sehingga nyeri reda atau radang berkurang. Prostaglandin itu sendiri adalah suatu senyawa dalam tubuh yang merupakan mediator nyeri dari radang atau inflamasi (Wilda & Panorama, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk jenis penelitian studi *Literature review* memuat hasil teori-teori, temuan sebelumnya dan bahan sebagai penelitian yang diperoleh dari bahan acuan sebagai dasar pembatasan penelitian. Penabaran tentang *literatur review* ini dengan masalah tentang Perawatan Demam Pada Anak database melalui *Google scholar* terhadap 6 jurnal

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap ini penulis membahas Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia.

1. Silvia Nora Anggreini dkk 2018 yang berjudul Efektifitas Kompres Ekstrak Jahe Terhadap Nyeri Sendi Lansia Dengan *Arthritis Gout*. Hasil uji *Marginal Homogenelty* didapatkan adanya efektifitas kompres ekstrak jahe terhadap penurunan nyeri sendi lanjut usia

Pada lansia sistem muskuloskeletal akan mengalami beberapa perubahan seperti perubahan pada jaringan penghubung (*kolagen dan elastin*), berkurangnya

kemampuan kartilago untuk bergerak, kepadatan tulang berkurang, perubahan struktur otot, dan terjadi penurunan elastisitas sendi (Black Joyce M, 2014).

Penulis berpendapat penurunan skala nyeri pada Kompres Ekstrak Jahe membuktikan adanya pengaruh ekstrak jahe untuk menurunkan nyeri sendi merupakan salah satu metode alternatif dalam salah satu pengobatan non farmakologis dengan memanfaatkan tanaman sekitar yang tanda efek samping. Jahe memiliki sifat panas sehingga menghantarkan panas pada kulit dan memperlancar aliran darah pada sendi yang mengakibatkan penurunan bengkak sendi yang menjadi penyebab nyeri

2. Jurnal Ratnawati dkk. 2020. Berjudul Kompres Hangat Dan Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Rematik. Berdasarkan uji t dependen didapatkan nilai t hitung sebesar 24,218 dengan p-value 0,000 ($\alpha=0,05$). Terihat bahwa nilai probabilitas $0,000 < 0,05$ berarti Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Rematik Nyeri sendi cenderung lebih banyak diderita oleh perempuan dengan perbandingan tiga kali lebih sering dibanding laki-laki. Penelitian dari Wulan (2015), juga mengatakan bahwa

nyeri sendi terjadi pada usia lanjut dan sering muncul ketika perempuan telah memasuki masa menopause. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri antara lain usia, kelemahan, fungsi neurologis, perhatian, pengalaman sebelumnya, faktor spiritual, kecemasan, teknik coping dan arti dari nyeri (Potter & Perry, 2009).

Opini penulis penurunan skala nyeri 4 sesudah dilakukan kompres jahe menjadi skala 3. Pada tindakan kompres jahe yang dilakukan sesuai dengan aturan dapat menurunkan tingkat nyeri pada lansia yang mengalami nyeri rematik. Kompres jahe meningkatkan suhu jaringan dan sirkulasi sehingga dapat mengurangi nyeri, serta perasaan panas dan hangat yang dihasilkan jahe dapat meningkatkan kenyamanan dan mengurangi kecemasan, kenyamanan membuat seseorang menjadi tenang, mengurangi ketegangan dan menurunkan nyeri.

3. Jurnal Rusmini ddk. 2021 yang berjudul Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Yang Mengalami Osteoarthritis Hasil analisis statistik menunjukkan ada pengaruh kompres jahe terhadap nyeri sendi pada lansia yang mengalami Osteoarthritis. ($p=0,000$).

Penatalaksanaan rasa nyeri yang direkomendasikan oleh World Health Organization (WHO) yaitu pengobatan nyeri pada lansia dilakukan secara konservatif dan bertahap untuk mengurangi terjadinya efek samping. Manajemen nyeri pada lansia yang mengalami Osteoarthritis dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi (Syapitri, 2018).

Pada penggunaan Jahe merah yang mempunyai efek pedas dan panas dapat langsung dirasakan membuat otot yang tegang akan menjadi lebih relaksasi dan rasa nyeri pada sendi yang dirasakan oleh lansia yang mengalami Osteoarthritis akan berkurang. Intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri untuk menurunkan nilai nyeri sendi pada lansia yang mengalami Osteoarthritis adalah kompres jahe dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga meningkatkan peredaran darah dan meningkatkan pembuangan zat pada tubuh yang dapat menimbulkan nyeri.

4. Jurnal Tri Siwi KN, 2016 yang berjudul Pemberian Kompres Jahe Dalam Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia hasil uji statistic didapat nilai p valuer = 0.000 dimana $p < \alpha 0.05$. hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara intensitas nyeri sendi

pada lansia sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe.

Khasiat jahe untuk anti radang sangat berguna bagi penderita nyeri sendi yang mengalami pembengkakan sendi, gerak dan aliran darah pada sekitar sendi tidak lancar. Pemberian kompres jahe sangat perlu disosialisasikan kepada semua kalangan khususnya kepada lansia karena selain harganya terjangkau juga sangat efektif dijadikan sebagai kompres pada area sendi yang mengalami sakit karena berbagai penyakit baik penyakit rematik, asam urat maupun keluhan sendi dengan penyakit lainnya.

5. Jurnal Senna Qobita Dwi Putri, Devi Rahmayanti, Noor Diani, 2017 yang berjudul Pemberian Kompres Jahe Dalam Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia Hasil Penelitian Menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kompres jahe ($P\text{-value} = 0,00$), Sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak, dimana terdapat pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan Selatan

Efek panas dari jahe tersebut yang dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk pada tubuh yang

menyebabkan radang dan menimbulkan nyeri. Panas akan merangsang sel saraf menutup sehingga transmisi impuls nyeri ke otak

6. Jurnal Ifah Handayani, 2020 yang berjudul pengaruh kompres parutan jahe merah terhadap nyeri sendi pada lansia penderita Rheumatoid Arthritis. uji Paired T-test dengan derajat kemaknaan 95% didapatkan nilai P-Value = 0,000
- Kompres jahe merupakan campuran air hangat dan juga parutan jahe yang sudah diparut sehingga akan ada efek panas dan pedas. Efek panas dan pedas dari jahe tersebut dapat menyebabkan terjadinya vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan sirkulasi darah dan menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk tubuh yang menimbulkan nyeri. Panas akan

merangsang sel saraf menutup sehingga rasa nyeri ke otak dapat dihambat

KESIMPULAN

Berdasarkan Studi Literatur disimpulkan Pemberian Kompres Jahe Efektif Dalam Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia karena Khasiat jahe untuk anti radang sangat berguna bagi penderita nyeri sendi yang mengalami pembengkakan sendi, gerak dan aliran darah pada sekitar sendi tidak lancar.. Kompres jahe menyebabkan penurunan nyeri dengan menyingkirkan produk tubuh yang menimbulkan nyeri. Panas akan merangsang sel saraf menutup sehingga rasa nyeri ke otak dapat dihambat

DAFTAR PUSTAKA

- Efendi, Ferry & Makhfud. 2009. *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Ifah Handayani 2020. *pengaruh kompres parutan jahe merah terhadap nyeri sendi pada lansia penderita Rheumatoid Arthritis*. Jurnal
- Madoni, A. 2017. *Pengaruh Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung*. Menara Ilmu Vol. Xii Jilid III No.79.
- Pamungkas. 2010. *Pengaruh Latihan Gerak Kaki (Stretching) Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Ekstremitas Bawah pada Lansia di Posyandu Lnsia Sejahtera GBI Setia Bakti Kediri*, (3)1, 8. Jurnal Stikes RS. Baptis.
- Pratintya, Ani Dwi, dkk. 2014. *Kompres Hangat Menurunkan Nyeri Persendian. Osteoarthritis Pada Lanjut*

- Usia. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
- Ratnawati dkk. 2020. *Kompres Hangat Dan Kompres Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Rematik*. Jurnal
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*.
http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf –
- Rusmini¹, Mira Utami Ningsih², Desty Emilyani³, Mas'adah⁴, Hadi Kusuma Atmaja⁵, GA Sri Puja Warnis Wijayanti. 2021. *Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Yang Mengalami Osteoarthritis Di BSLU Mandalika NTB*. Jurnal
- Samsudin, A. R., Kundre, R., & Onibala, F. 2016. *Pengaruh Pemberian Kompres hangat Jahe memakai Parutan Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscoe Var Rubrum) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di desa Tateli Dua Kecamatan Mendolang Kabupaten Minahasa*. Jurnal Keperawatan, 4(1).
- Senna Qobita Dwi Putri, Devi Rahmayanti, Noor Diani. 2017. *pengaruh pemberian kompres jahe terhadap intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan*. Jurnal
- Silvia Nora Anggreini¹, Novry Fitri Yanti. 2018. *Efektifitas Kompres Ekstrak Jahe Terhadap Nyeri Sendi Lansia Dengan Arthritis Gout Di Panti Sosial Tresna Werda Khusnul Khotimah Pekanbaru Riau*. Jurnal
- Sinaga & Ropyanto. 2015. *Proceeding Seminar Ilmiah Nasional Keperawatan 2015. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia (60-74 tahun)*, 159
- Suryono. 2013. *Studi Status Depresi Pada Lansia*. Vol. 4 No 2
- Tri Siwi KN. 2016. *Pemberian Kompres Jahe Dalam Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia Di Upt Pstw Khusnul Khotimah Pekanbaru*. Jurnal
- Wilda & Panorama. 2020. *Warm Compress of Ginger on Changes in Pain Elderly with Gout Arthritis*. Journal of Ners Community, 11(1).
- WHO. 2016. *Headache Disorders*. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets>
- 

BUKU KEGIATAN BIMBINGAN
ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN NYERI

Di Desa Sukomoro Magetan



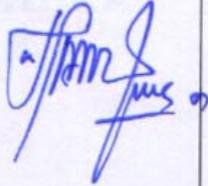
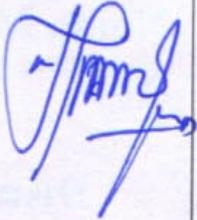
Pembimbing I:

Pembimbing II: Rika Maya Sari, S.Kep.,M.Kes

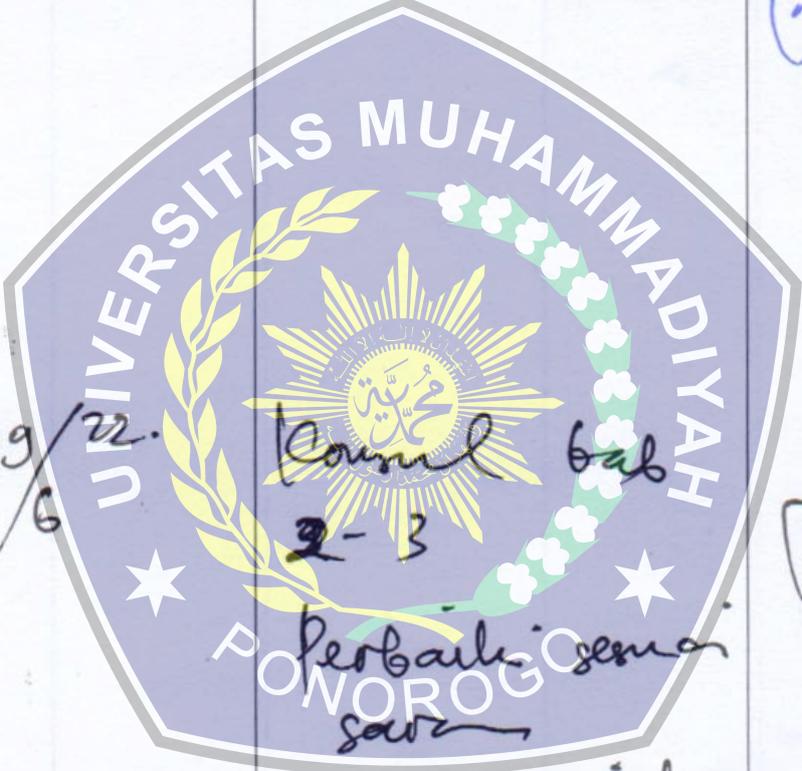
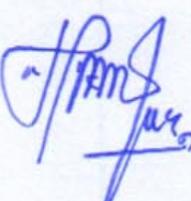
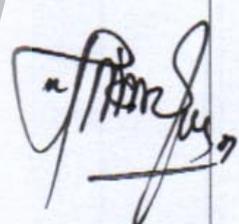
Nama Mahasiswa : Liestia Cahyani Astiningtias
NIM : 18613226

Disusun sebagai acuan mahasiswa dalam rangka
menyelesaikan bimbingan

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2021

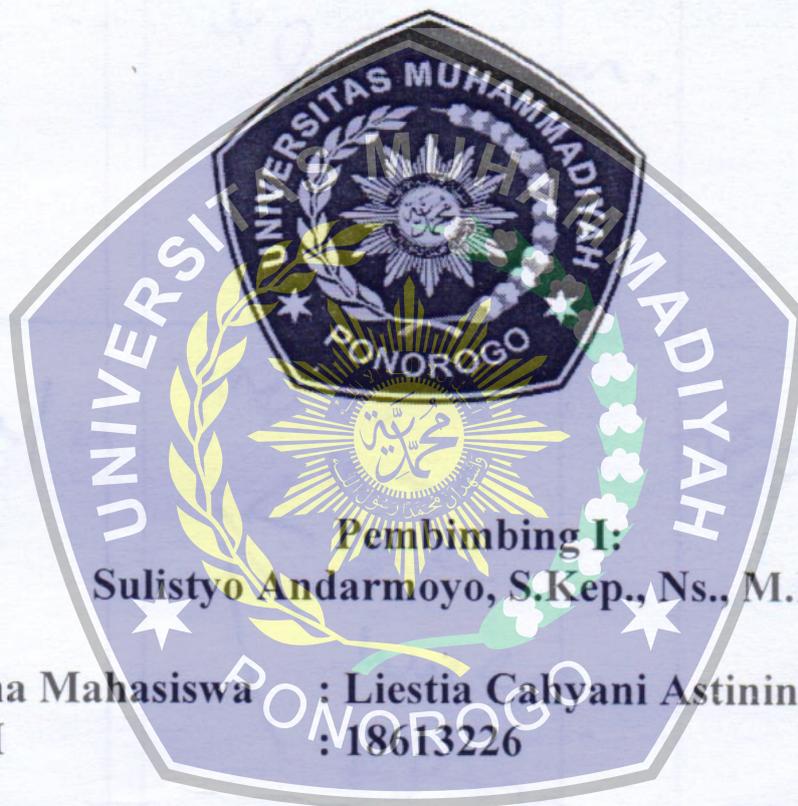
No	Hari/Tanggal	Rekomendasi	Tanda Tangan
			
			
			



No	Hari/Tanggal	Rekomendasi	Tanda Tangan
		 <p>29/12/2022. 6</p> <p>Konsep bab 2-3</p> <p>Perbaikan semua saran</p> <p>Kompres jahe</p>	  

BUKU KEGIATAN BIMBINGAN
ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN NYERI

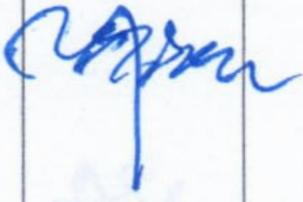
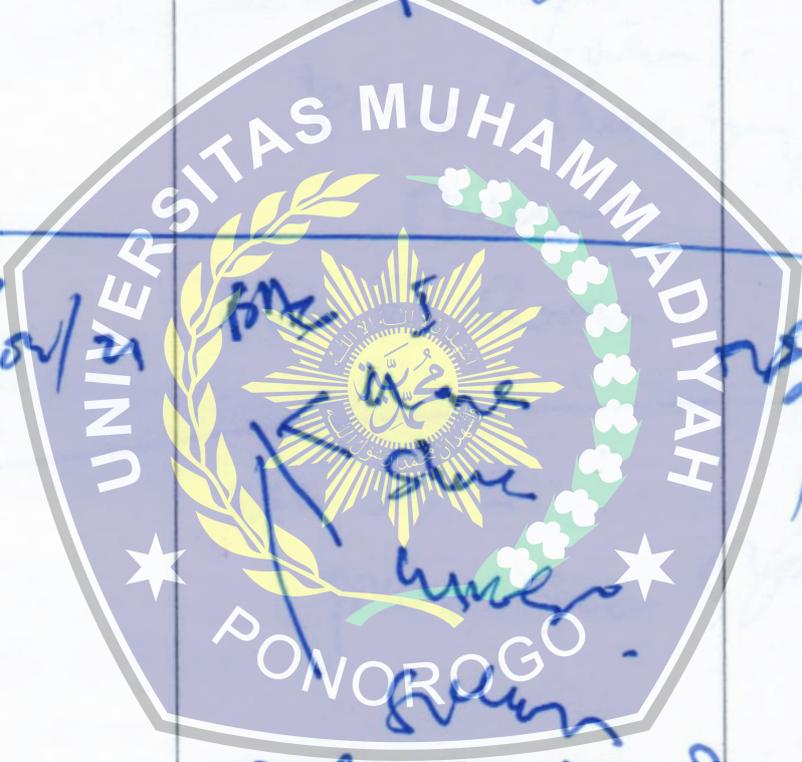
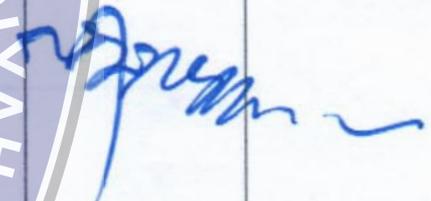
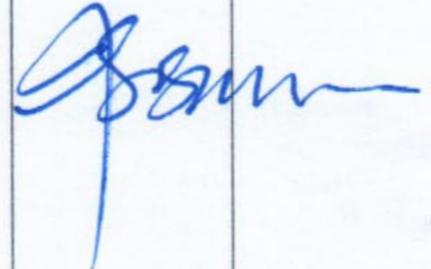
Di Desa Sukomoro Magetan

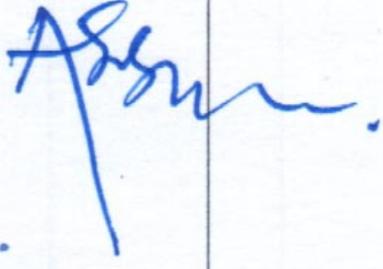
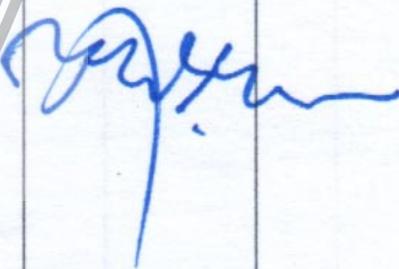


Nama Mahasiswa : Liestia Cahyani Astiningtias
NIM : 18613226

Disusun sebagai acuan mahasiswa dalam rangka
menyelesaikan bimbingan

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2021

No	Hari/Tanggal	Rekomendasi	Tanda Tangan
①		gila pino per + last loan.	
②	24/02/21	 → bus 2 + 3 ?	
③	24/03/21	kode F peng sel.	

No	Hari/Tanggal	Rekomendasi	Tanda Tangan
4		<p>PR II → peng. bang. man. - uss.</p>	
5		<p>PR II → Rensi ↓ Korisi Arso</p>	



No	Hari/Tanggal	Rekomendasi	Tanda Tangan
⑥	22/09/21	<p>prima dan sub I, II, III</p> <p>↓</p> <p>siapa - /</p>	