

Jurnal Ilmiah Stikes YARSI Mataram (JISYM)
 Vol 10 No 2, Month Juli 2020
 P-ISSN : 1978-8940
 Website: <http://Journal.stikesyarsimataram.ac.id>

PENGARUH KOMPRES HANGAT JAHE MERAH TERHADAP SKALA NYERI LANSIA OSTEOARTHRITIS DI BALAI SOSIAL LANJUT USIA MANDALIKA MATARAM

Istianah¹, Windi Kurnia Lestari², Hapipah³, Supriyadi^{4, Bq}, Nurul Hidayati⁵, Harlina Putri Rusiana⁶

^{1,3,4,5,6} Program Studi Ilmu Keperawatan/Stikes Yarsi Mataram, Indonesia

² Perawat Pelaksana/UPT BLUD Puskesmas Tanjung, Indonesia

Email : istianah85mataram@gmail.com

ABSTRACT

Osteoarthritis is a disorder disease of the joint that cause the decrease of joint motion. Pain is a major problem in osteoarthritis patients, so the management of this disease focuses on efforts to resolve or recover from the pain. Giving a red ginger compress is an alternative to reduce joint pain in elderly who suspect of osteoarthritis. This research was conducted at Balai Sosial Lanjut Usia (BSLU) Mandalika Mataram. The research design used in this research was experimental observational with one group pretest-posttest. The sampling technique used purposive sampling with a sample quantity of 14 respondents and the data collection tool in this study was the observation sheet. Data were analyzed by univariate and bivariate. The Wilcoxon test results obtained a value of 0.001 (p value < 0.05). It can be concluded that the warm red ginger compress has an effect on reducing the pain scale in the elderly with osteoarthritis. It is hoped that the results of this study can be disseminated by providing counseling to the community where warm red ginger compresses can be used as a non-pharmacological technique to reduce pain in elderly people with osteoarthritis so that it can improve health services

Keywords: Warm Compresses Of Red Ginger, Pain, Elderly, Osteoarthritis

ABSTRAK

Osteoarthritis merupakan penyakit kelainan pada sendi yang menyebabkan terjadinya penurunan gerak sendi. Nyeri merupakan masalah utama pada pasien dengan osteoarthritis, sehingga penatalaksanaan penyakit ini berfokus pada upaya mengatasi rasa nyeri. Pemberian kompres hangat jahe merah adalah salah satu alternatif untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia dengan Osteoarthritis. Penelitian ini dilakukan di BLSU Mandalika Mataram. Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimental observasional dengan rancangan one group pretest-posttest. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel 14 responden dan alat pengumpul data pada penelitian ini adalah lembar observasi. Data dianalisis secara univariat dan bivariate. Hasil uji wilcoxon didapatkan nilai 0,001 (p value < 0,05) dapat disimpulkan bahwa kompres hangat jahe merah berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada lansia dengan osteoarthritis. Diharapkan hasil penelitian ini dapat disosialisasikan dengan cara memberikan penyuluhan kepada masyarakat dimana kompres hangat jahe merah dapat dijadikan sebagai teknik nonfarmakologi untuk

Corresponding author: Istianah

Email coresponing autor; istianah85mataram@gmail.com

Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram, Vol 10 NO 2, Juli 2020

P-ISSN : 1978-8940

menurunkan nyeri pada lansia dengan osteoarthritis sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan.

Kata kunci: Kompres hangat jahe merah, nyeri, lansia, Osteoarthritis

PENDAHULUAN

Fungsi fisiologis lansia mengalami penurunan sehingga penyakit tidak menular banyak terjadi pada lansia salah satunya adalah osteoarthritis (Direktorat Statistik Kesejahteraan Rakyat, 2015). Osteoarthritis adalah kelainan sendi non inflamasi yang mengenai sendi yang dapat digerakkan, terutama sendi penumpu badan, dengan gambaran patologis yang karakteristik berupa buruknya tulang rawan sendi serta terbentuknya tulang-tulang baru pada sub kondrial dan tepi-tepi tulang yang membentuk sendi (Digulio, 2014).

Badan Pusat Statistik 2010 menyatakan bahwa pada tahun 2025 jumlah lansia akan berkisar 43,22 juta jiwa hal ini akan mempengaruhi tingginya jumlah penderita Osteoarthritis di Indonesia. Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia berjumlah 18,57 juta jiwa meningkat sekitar 7,93% dari tahun 2000 yang sebanyak 14,44 juta jiwa. Diperkirakan jumlah lansia di Indonesia akan terus bertambah sekitar 450.000 jiwa pertahun. Dengan demikian, pada tahun 2025 jumlah penduduk lansia di Indonesia akan sekitar 43,22 juta jiwa (Badan Statistik, 2010)

Osteoarthritis adalah salah satu dari 12 penyakit tidak menular dengan angka kejadian sebesar 24,7% Sedangkan di NTB sendiri jumlah lansia yang mengalami osteoarthritis berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan 9,8%, dan jumlah lansia yang mengalami osteoarthritis berdasarkan diagnosis atau gejala 23,7% (Riskesdas, 2013).

Data yang didapatkan, di BSLU Mandalika Mataram adalah jumlah seluruh lansia yang berada di BSLU Mandalika Mataram 71 orang lansia, diantaranya 51 lansia wanita dan 20 lansia laki-laki. Banyak masalah kesehatan yang dialami lansia yang berada di BSLU, diantaranya masalah sistem musculoskeletal, hipertensi, system pernapasan dan lain-lain.

Data yang diperoleh dari BSLU pada bulan Juni tahun 2018, dari 71 jumlah lansia terdapat 46 orang lansia dengan osteoarthritis diantaranya 33 orang wanita dan 13 lansia laki-laki.

Nyeri sendi banyak dikeluhkan oleh lansia dibagian lutut, kaki dan panggul sehingga mereka merasakan terganggu dalam melakukan aktifitas akibat rasa nyeri yang dirasakan (Damaiyanti & Siska dalam Hasim & Relawati, 2017). Nyeri merupakan masalah utama pada pasien dengan Osteoarthritis, maka penatalaksanaan penyakit ini berfokus pada upaya mengurangi rasa nyeri. Terapi nonfarmakologi menjadi upaya pertama dalam manajemen osteoarthritis, dan jika diperlukan terapi obat bisa diberikan.

Terapi obat-obatan seperti Asetaminofen dan Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs (NSAIDs) sering digunakan untuk menghilangkan nyeri ringan hingga sedang. Asetaminofen dianggap sebagai terapi lini pertama dan obat pilihan paling aman untuk penggunaan jangka panjang. Bila tidak berhasil atau ada kontraindikasi, maka terapi dapat diganti dengan obat-obat dari golongan NSAIDs seperti ibuprofen (Seed, Dunican, lynch, 2009). Namun, obat ini sering menyebabkan efek samping yang merugikan jika digunakan dalam jangka panjang. Efek yang paling ringan berupa mual, nyeri lambung, dispepsia sampai yang paling serius seperti timbul lesi, perdarahan, bahkan perforasi pada saluran pencernaan (Altman, 2001).

Dalam membantu mengurangi efek yang merugikan tersebut dapat dilakukan terapi modalitas untuk mengurangi nyeri dengan cara terapi farmakologik dan nonfarmakologik. Terapi nonfarmakologik untuk mengurangi nyeri salah satunya adalah pemanfaatan ekstrak jahe (*Zingiber officinale*) sebagai terapi herbal (Bachtiar, 2010).

Tanaman jahe merah bisa dijadikan kompres. Kompres jahe merah adalah salah satu kombinasi antara terapi hangat dan terapi

Corresponding author: Istianah

Email coresponding autor; istianah85mataram@gmail.com

Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram, Vol 10 NO 2, Juli 2020

P-ISSN : 1978-8940

relaksasi yang bermanfaat bagi penderita nyerisendi. Rimpang jahe merah mengandung senyawa zingiberin, kamfena, lemonin, zingiberen, zingiberol, gingerol dan zhogool. Jahe merah juga mengandung minyak damar, pati, asam organik, asam malat, asam aksolat, gingerin, dan oleoresin. Jahe merah berkhasiat sebagai obat pencahar, rematik, nyeri sendi, penambah stamina dan peluruh masuk angin, penambah nafsu makan, dan pelancar ASI (Putri, 2013).

Didalam jahe merah mengandung kadar minyak atsiri dan oleoresin yang sangat tinggi sehingga cocok untuk bahan farmasi. Minyak atsiri yang berwarna kuning kehijauan dan kental ini termasuk jenis yang dapat menguap, sedang oleoresin adalah jenis minyak yang tidak menguap. Jahe merah berbau harum dan berasa sangat pedas. Bau khas dan rasa pedas itu disebabkan adanya kandungan minyak atsiri dan oleoresin jahe.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 Juni 2018, dari 7 orang lansia yang di wawancarai mengatakan, jika nyeri datang yang dilakukan untuk mengatasi nyeri biasanya mengkonsumsi obat anti nyeri. Sedangkan 2 lansia lainnya mengatakan selain mengkonsumsi obat anti nyeri juga dilakukan kompres air hangat dan belum pernah mencoba melakukan kompres hangat jahe merah. Hasil wawancara dengan petugas kesehatan yang ada di BSLU Mandalika Mataram, mengatakan para lansia yang mengalami nyeri akibat osteoarthritis hanya diberikan obat anti nyeri saja dan diajarkan teknik untuk mengatasi nyeri secara nonfarmakologik yaitu dengan cara kompres hangat pada bagian sendi yang sakit.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *pra experimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Penelitian ini menggunakan teknik sampling *purposive sampling* dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sample berjumlah 14 orang responden. Variabel independen pada penelitian ini adalah terapi kompres hangat jahe merah sedangkan variabel dependen adalah nyeri pada lansia dengan osteoarthritis..

Corresponding author: Istianah

Email coresponding autor; istianah85mataram@gmail.com

Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram, Vol 10 NO 2, Juli 2020

P-ISSN : 1978-8940

Alat atau bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah timbangan, kompor, jahe merah, parutan, piring plastik, baskom stainless, kassa gulung, thermometer air. Instrumen pada penelitian ini menggunakan lembar observasi terkait skala nyeri yang dirasakan responden dengan menggunakan skala pengukur nyeri yaitu *Numeric Rating Scale*.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan mengukur skala nyeri sebelum dilakukan kompres, kemudian kompres dengan parutan jahe hangat diletakkan pada kain/handuk dan dikompreskan pada sendi yang mengalami nyeri selama 20 menit dengan suhu air 40-50°C. Kompres diberikan 2 kali sehari selama 14 hari dan setelah itu mengukur kembali skala nyeri post intervensi. Karena data tidak berdistribusi normal maka analisa yang digunakan untuk menguji pengaruh antara variabel independen dengan variabel dependen adalah *Wilcoxon Rank Test*. Uji hipotesis dikatakan ada pengaruh yang signifikan apabila nilai $sg < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil penelitian tersajikan dalam tabel berikut:

1. Hasil Analisis Karakteristik Subyek Penelitian

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Lama Menderita Osteoarthritis di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika Mataram Tahun 2018

Variabel	n	Persentase
Usia		
1. 60-74 tahun	12	85,7
2. 75-76 tahun	2	14,3
Jenis Kelamin		
1. Laki-laki	5	35,7
2. Perempuan	9	64,3
Lama menderita Osteo		
1. ≤ 5 tahun	6	37,5
2. > 5 tahun	10	62,5

Berdasarkan tabel 1 di atas didapatkan gambaran distribusi responden berdasarkan usia lebih banyak berada pada kelompok usia 60-74 tahun sebanyak 12 orang (85,7%) dan

jenis kelamin perempuan lebih banyak yaitu 9 orang (64,3%), dan lama menderita Osteoarthritis >5 tahun sebanyak 10 orang (62,5%).

Usia dapat dijadikan factor resiko terjadinya osteo arthritis karena dengan bertambahnya usia, fungsi fisiologis mengalami penurunan, seperti penurunan massa otot dan kekuatan fungsi otot yang diakibatkan oleh kerusakan tulang rawan yang menyebabkan kerusakan pada sendi sehingga bisa mengganggu fungsi pergerakan. Selain usia faktor jenis kelamin mempengaruhi kejadian osteoarthritis.

Hasil penelitian ini didukung oleh teori Smeletzer et al (2010) yang mengatakan bahwa pada wanita lansia yang telah berusia diatas 60 tahun dan telah mengalami menopause akan mengalami penurunan hormone esterogen sehingga terjadi percepatan resorpsi tulang. Beberapa gangguan musculoskeletal yang sering dijumpai pada wanita lansia seperti osteoarthritis, rematoid arthritis, gout dan burstitis.

Osteoarthritis lebih sering terjadi pada wanita lansia karena defisiensi hormon esterogen, dimana fungsi hormone esterogen adalah untuk menjaga keseimbangan aktivitas osteoblas dan osteoklas yang mengakibatkan penurunan massa tulang trabekula, dan kortikal sehingga menyebabkan tulang menjadi menipis, berongga, kekauan sendi sehingga akan muncul nyeri pada pesendian.

2. Hasil analisis variabel yang diukur

Tabel 2: Rata-rata skala nyeri sebelum dan setelah diberikan intervensi kompres hangat jahe merah

Variabel	Min	Max	Mean
Skala Nyeri			
a. Pre Intervensi	4	6	5
b. Post Intervensi	2	4	3

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri seblum diberikan intervensi yaitu skala nyeri 5 (nyeri sedang) dan rata-rata skala nyeri setelah diberikan intervensi yaitu skala nyeri 3 (nyeri ringan).

Pada osteoarthritis permukaan lapisan kartilago terkikis. Hal ini menyebabkan tulang-tulang dibawah kartilago bergesek satu sama lain, menyebabkan nyeri, bengkak, dan keterbatasan gerak sendi (Dewi, 2009). Pemberian kompres hangat jahe selama 20 menit mampu menurunkan rasa nyeri karena jahe mengandung enzim siklooksigenasi yang dapat mengurangi peradangan pada penderita rheumatoid arthritis selain itu jahe juga memiliki efek farmakologi yaitu rasa panas dan pedas, dimana rasa panas ini dapat meredakan rasa nyeri, kaku, spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah (Susanti, 2014).

3. Pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada lansia dengan osteoarthritis

Tabel 3 Pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada lansia dengan osteoarthritis

	N	Mean Ranks	Sum of Ranks	p value
Pretest- Negatif Ranks	15	8	120	0.001
Pretest- Positif Ranks	0	0	0	
Posttest Ties	1			
Total	16			

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa nilai negatif rank adalah 15 yang artinya ada 15 orang responden yang setelah diberikan intervensi kompres hangat jahe merah mengalami penurunan skala nyeri dan 1 orang responden yang tidak mengalami penurunan skala nyeri baik sebelum maupun setelah intervensi (ties:1 orang). Nilai p-value diatas menunjukkan ada pengaruh yang signifikan pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri osteoarthritis (p-value:0,001)

Corresponding author: Istianah

Email coresponing autor; istianah85mataram@gmail.com

Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram, Vol 10 NO 2, Juli 2020

P-ISSN : 1978-8940

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prihandhani (2015) yang menyimpulkan kompres hangat rebusan parutan jahe berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri lansia dengan osteoarthritis. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Nyoman, 2011) yang menyatakan bahwa kompres jahe adalah tindakan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu menggunakan cairan rebusan jahe yang mengandung *zingiberol* dan *kurkuminoid* yang mengurangi peradangan nyeri sendi. Manfaat kompres jahe yaitu mengurangi nyeri karena jahe yang sifatnya hangat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang.

Manfaat jahe dikemukakan oleh (Rahmani, 2014) melalui hasil penelitiannya yang menyatakan bahwa kompres jahe merah adalah perpaduan antara terapi hangat dan terapi relaksasi yang mana dapat memberikan manfaat bagi penderita nyeri sendi. Jahe merah sendiri memiliki efek farmakologis seperti memberikan efek rasa panas, anti inflamasi, analgesic, antioksidan, anti tumor, anti mikroba, antidiabetik, antiobesitas, antiemetik.

Menurut Difa (2011) efek farmakologi yang terdapat dalam jahe sangat bermanfaat. Jahe menghambat sintesis prostaglandin dan leukotrien, merupakan dua zat mediator atau substansi radang yang sangat dikenal disamping histamine, bradikinin, kalidin, dan serotonin. Peningkatan zat tersebut akan mengakibatkan terjadinya proses peradangan yang salah satu tandanya adalah timbulnya rasa nyeri (dolor). Hal ini juga diperkuat bahwa kandungan lain jahe ialah adanya senyawa gingerol dan shogol yang berkhasiat untuk mengurangi proses peradangan. Rangsangan panas yang dihasilkan oleh kompres hangat jahe akan meningkatkan suhu lokal pada kulit yang akan mengakibatkan kulit menjadi pucat karena timbul vasokonstriksi akan segera diikuti vasodilatasi sehingga timbul kemerah-merahan. Apabila terjadi dilatasi pembuluh darah kulit maka hal ini akan diteruskan oleh pembuluh darah di

jaringan lebih dalam sehingga sirkulasi darah membaik. Panas tinggi yang terjadi pada kulit dapat merangsang hipotalamus untuk menghasilkan endorfin dalam menurunkan nyeri.

Hasil observasi yang ditemukan oleh peneliti, bahwa kompres hangat jahe merah dapat menurunkan skala nyeri pada lansia dengan osteoarthritis, hal ini disebabkan karena kompres hangat jahe merah dilakukan secara rutin yaitu 2 kali/hari selama 2 minggu, diberikan sesuai dosis yang dianjurkan, karena dilihat dari jenis kelamin responden yang terbanyak adalah perempuan, dimana kita tahu bahwa perempuan sifatnya lebih penurut dalam mengikuti instruksi peneliti selama proses penelitian dan karena saat melakukan intervensi responden dalam posisi yang nyaman sehingga menghindari potensi kelelahan dan ketegangan otot sehingga nyeri tidak semakin parah. Pada penelitian ini juga ditemukan 1 responden yang tidak mengalami penurunan skala nyeri, hal ini terjadi karena ketika responden telah melakukan aktivitas saat dilakukan kompres, karena durasi nyeri, responden mengatakan nyeri muncul kira-kira 4-5 menit, hal ini terjadi juga karena respon psikologi terhadap nyeri, responden mengartikan nyeri sebagai suatu yang negative, responden mengatakan sering mengeluh dan frustrasi karena nyeri pada lututnya yang mengakibatkan keterbatasan melakukan aktivitas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut terdapat pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada lansia dengan osteoarthritis. Dengan hasil penelitian ini diharapkan dapat disosialisasikan dengan cara memberikan penyuluhan kepada masyarakat dimana kompres hangat jahe merah dapat dijadikan sebagai teknik nonfarmakologi untuk menurunkan nyeri pada lansia dengan osteoarthritis sehingga disamping dapat meningkatkan pelayanan kesehatan juga dapat mengurangi pemberian obat farmakologi dan efek samping yang ditimbulkan.

DAFTAR PUSTKA

Corresponding author: Istianah

Email coresponding autor; istianah85mataram@gmail.com

Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram, Vol 10 NO 2, Juli 2020

P-ISSN : 1978-8940

- Altman, R (2001). *Clinical Features Of Osteoarthritis*. Vol 1.
- Badan statistic (2010). *Meningkatnya jumlah lansia*. Jakarta. BPS-statistics Indonesia
- Difa, F (2011). *Kandungan Gingerol Dan Shaogol, Intensitas Kepedasan Dan Penerimaan Panelis Terhadap Oleoresin Jahe Gajah, Jah Emprit, Dan Jahe Merah*. Vol. 1.
- Direktorat Statistic Kesejahteraan Rakyat (2015). *Statistic kesejahteraan rakyat*. Jakarta. Direktoratstatistik.
- Hasim & Relawati (2017). *Perbedaan Efektivitas Antara Kompres Jahe Merah Dan Kompres Air Hangat Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Lansia*. Vol. 1. No. 1
- Hidayat (2008). *Kebutuhan Dasar Manusia* . EGC: Jakarta
- Hidayat (2012). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia*. Health Books Publishing: Surabaya.
- Kawiyana (2009). *Osteoporosis Pathogenesis Diagnosis Dan Penanganan Terkini*. Jurnal Penyakit Dalam, 10 : 157-170.
- Kurnia, Dewi (2009). *Osteoarthritis Diagnosis, Penanganandanperawatan Di Rumah*. Fitramaya, Jogjakarta.
- Nyoman, Nastiti & Dewa (2011). *Pengaruh Kombinasi Ekstrak Temulawak, Jahe, Kedelai, Dan Kulit Udang Terhadap Fungsi Hati Dan Ginjal Dibandingkan Dengan Natrium Diclofenac Pada Penderita Osteoarthritis*. Vol. 1.
- Nugroho, W (2010). *Keperawatan Gerontik Dan Geriatrik*. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Prihandhani, sherlyna (2015). *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Parutan Jahe Terhadap Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis*. Vol 1
- Putri (2013). *Khasiat Dan Manfaat Jahe Merah*. PT Sindur Press : Yogyakarta.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2013.

Corresponding author: Istianah

Email coresponing autor; istianah85mataram@gmail.com

Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram, Vol 10 NO 2, Juli 2020

P-ISSN : 1978-8940