

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 1 No. 1	Edition: Oktober 2020 – Desember 2020
http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPh		
Received: 26 Oktober 2020	Revised: -----	Accepted: 30 Oktober 2020

PENATALAKSANAAN KOMPRES HANGAT JAHE PADA PENDERITA ARTRITIS REUMATOID DI PUSKESMAS TALUN KENAS

Management of Ginger Warm Compress on Rheumatoid Arthritis at Talun Kenas Puskesmas

Rentawati Purba¹, Siti Marlina², Adi Arianto³

¹Institut Kesehatan DELI HUSADA

²Institut Kesehatan DELI HUSADA

³Institut Kesehatan DELI HUSADA

email : rentawatipurba2@gmail.com

Abstract

Rheumatism (Rheumatoid Arthritis) is a chronic of systemic inflammatory the disease, systemic inflammation that can be affect tissues and organs, especially attacking flexible (synovial) joints (WHO, 2016). Based on the American of college Rheumatology (2013) states that 52.5 million or approximately 23 % of the population of United States suffer from rheumatoid arthritis. It is estimated that at least 355 million of the world population suffer from rheumatism, which means that 1 in 6 of the world's population of the experiences rheumatic disease. The results of the survey on the European continent in 2004 showed that rheumatic disease was the most common chronic disease. Approximately 50% of Europeans aged over 50 years experience musculoskeletal pain complaints (North Sumatra Province Health Service, 2010). All the types of rheumatism cause disruptive pain so that one's of the ability to move can be disrupted by rheumatic disease (Riskesdes, 2007 in Maj. Medicine Indonesia, 2009). One of the non-pharmacological interventions that nurses can do independently in reducing the scale of rheumatoid arthritis pain is by compressing warm ginger (Sentoso, 2013). The design of the reseach used Pre-Experiment using One Grop design. The design of the Test is Pre-Post. The sample of the Reseach was 13 people. the results of the test is t test statistical test the effect of ginger compresses on the decrease in pain scale is known that the value of $p = 0.001$ is $p < 0.05$ thus H_0 is rejected which means there is the effect of ginger warm compresses on the reduction in rheumatoid arthritis pain scale.

Keywords: Rheumatoid Arthritis, Ginger Warm Compress

Abstrak

Rematik (Arthritis Rheumatoid) adalah penyakit inflamasi sistemik kronis, inflamasi sistemik yang dapat mempengaruhi jaringan dan organ, terutama menyerang fleksibel (sinovial) sendi (WHO, 2016). Berdasarkan American College Of Rheumatology (2013) menyatakan bahwa 52,5 juta atau sekitar 23% penduduk Amerika Serikat menderita artritis reumatoid. Saat ini diperkirakan paling tidak 355 juta penduduk dunia menderita reumatik, yang artinya 1 dari 6 penduduk dunia mengalami penyakit reumatik. Sementara itu, hasil survey di benua Eropa pada tahun 2004 menunjukkan bahwa penyakit reumatik merupakan penyakit kronik yang paling sering dijumpai. Kurang lebih 50% penduduk eropa yang berusia diatas 50 tahun mengalami keluhan nyeri muskuloskeletal (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2010). Semua jenis rematik menimbulkan rasa nyeri yang mengganggu sehingga kemampuan gerak seseorang dapat terganggu oleh adanya penyakit rematik (Riskesdes, 2007 dalam Maj kedokteran Indonesia, 2009). Salah satu intervensi non-farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri dalam menurunkan skala nyeri artritis reumatoid yaitu dengan kompres jahe hangat (Sentoso, 2013). Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pre-Eksperiment dengan menggunakan rancangan One Grop Pre-Post Tes Design. Sampel penelitian adalah sebanyak 13 orang. Berdasarkan hasil uji statistic uji t pengaruh kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri

diketahui bahwa nilai $p = 0.001$ yaitu $p < 0.05$ dengan demikian H_0 ditolak yang memiliki arti ada pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri artritis reumatoid.

Kata kunci : Artritis Reumatoid, Kompres Hangat Jahe

1. PENDAHULUAN

Menurut para ahli Lanjut usia adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih. Proporsi dari populasi penduduk berusia lebih dari 60 tahun adalah 11,7% dari total populasi dunia dan diperkirakan jumlah tersebut akan terus meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup data pada tahun 2013. Data WHO menunjukkan pada tahun 2000, usia harapan hidup di dunia adalah 66 tahun, pada tahun 2012, naik menjadi 70 tahun, dan pada tahun 2013, menjadi 71 tahun. Tahun 2009 lansia berjumlah 7,49% dari total populasi tahun 2011, menjadi 7,69% dan pada tahun 2013, didapatkan proporsi lansia sebesar 8,1% dari total populasi (WHO, 2015). Rematik (Arthritis Rheumatoid) adalah penyakit inflamasi sistemik kronis, inflamasi sistemik yang dapat mempengaruhi jaringan dan organ, terutama menyerang fleksibel (sinovial) sendi (WHO, 2016).

Prevalensi reumatoid artritis di Sumatera Utara sebanyak 22,2% dari total penduduk wilayah daerah (Nainggolan, 2011). Nyeri adalah sensasi ketidaknyamanan yang ditimbulkan dari rematik, dimana menyerang anggota tubuh yang bergerak, yaitu bagian tubuh yang berhubungan antara yang satu dengan yang lain dengan perantaraan persendian, sehingga menimbulkan rasa nyeri. Semua jenis rematik menimbulkan rasa nyeri yang mengganggu sehingga kemampuan gerak seseorang dapat terganggu oleh adanya penyakit rematik (Risksedes, 2007 dalam Maj kedokteran Indonesia, 2009).

Salah satu intervensi non-farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri dalam menurunkan skala nyeri artritis reumatoid yaitu dengan kompres jahe hangat (Sentoso, 2013). Jahe (*Zingiber officinale* (L) Rose) mempunyai manfaat yang beragam, antara lain sebagai rempah, minyak atsiri, pemberi aroma, ataupun sebagai obat. Kegunaan jahe antara lain mengobati reumatik, asma, stroke, sakit gigi, diabetes, sakit otot, sakit tenggorokan, kram, hipertensi, mual, demam (Ali et al, 2008 dalam Hernani dan Winarti, 2010). Kandungan jahe secara kimia, seperti gingerol, shogaol, dan zingerone memberi efek farmakologi dan fisiologi seperti antioksidan, antiinflamasi, analgesic, antikarsinogenik (Stoilofa et al. 2007 dalam Hernani dan Winarti, 2010). Senyawa gingerol telah terbukti mempunyai aktivitas sebagai anti piretik, antitusif, hipotensif antiinflamasi dan analgesic (Shruch et al. 1999 dalam Hernani dan Winarti 2010).

Manajemen nyeri pada artritis reumatoid bertujuan untuk mengurangi atau menghilangkan rasa sakit dan tidak nyaman. Secara umum manajemen artritis reumatoid ada dua yaitu manajemen farmakologi (obat-obatan) dan manajemen non-farmakologi. Tindakan yang sangat sederhana dan efektif untuk menangani nyeri pada artritis reumatoid dapat dilakukan dengan menggunakan kompres jahe hangat pada bagian yang nyeri. Tindakan yang dilakukan ini tidak menimbulkan resiko bagi pasien dan tidak membutuhkan biaya yang banyak. Pengobatan secara komplementer ini yang menggunakan kompres jahe hangat untuk mengurangi nyeri pada artritis reumatoid dapat dilakukan oleh perawat secara mandiri tanpa adanya kolaborasi dengan tim medis lainnya. (Sunarti, 2014).

Sesuai dengan penelitian dari Universitas Geogia, ilmuwan menyatakan untuk meredakan rasa sakit, jahe merupakan salah satu yang dapat digunakan. Penelitian yang dilakukan O'conner pada tahun 2010 dalam riset yang berjudul jahe redakan nyeri otot dimana melakukan dua riset untuk meneliti khasiat jahe mentah dan jahe yang dipanaskan. Responden dalam penelitian ini dibagi dalam dua kelompok yaitu, kelompok pertama diberi kapsul jahe yang berisi jahe mentah atau yang di panaskan. Dan kelompok yang kedua di beri atau yang mendapat kapsul yang tidak memiliki kandungan obat yang sesungguhnya atau plasebo), setiap hari mereka harus meminum suplemen tersebut. Setiap hari responden diminta untuk

berolahraga ringan bagi yang menderita nyeri otot di lengan. Dari kelompok yang mengonsumsi jahe menjelaskan bahwa terjadinya penurunan rasa nyeri sesudah mengonsumsi kapsul yang berisi jahe. 16 sampel dari kelompok responden yang mengonsumsi kapsul jahe sebanyak 9 (56.2%) responden mengalami nyeri ringan, 6 (37.5%) responden mengalami nyeri sedang dan 1 (6.3%) responden mengalami tidak ada nyeri. Sedangkan kelompok responden yang mengonsumsi kapsul plasebo tidak menjelaskan adanya penurunan rasa nyeri. (The Journal of Pain, 2010)

2. METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian pre eksperimen dengan satu kelompok pre – post. Penelitian ini dilakukan untuk membuktikan pengaruh terhadap tindakan suatu kelompok yang akan diteliti sebelum dilakukan kompres hangat jahe (pre – post) kemudian diukur skala nyeri lansia selama 15 menit. Kompres hangat jahe dilakukan oleh peneliti kemudian skala nyeri lansia diukur kembali. Jahe yang digunakan 20 gram, kemudian kulitnya dibuang dan ditumbuk hingga lumat. Kemudian jahe tersebut direbus sampai mendidih dan pada saat mengompres bungkus menggunakan handuk kecil. Lakukan kompres hangat setiap kali lansia mengalami nyeri sendi.

3. HASIL

Penelitian ini melibatkan 13 orang responden yaitu dengan kelompok yang dilakukan kompres hangat jahe. Hasil penelitian ini memaparkan karakteristik demografi pasien kelompok *one group* yaitu skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat jahe dan skala nyeri sesudah dilakukan kompres hangat jahe. Pada bagian ini akan dijelaskan karakteristik penderita artritis reumatoid, berdasarkan usia, jenis kelamin, dan pekerjaan

Tabel 1 Karakteristik Penderita Artritis Reumatoid

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
1	Umur		
	45-59 tahun	5	38.50%
	60-74 tahun	6	46.20%
	75-90 tahun	2	15.40%
	Total	13	100%
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	6	46.20%
	Perempuan	7	53.80%
	Total	13	100%
3	Agama		
	Kristen	4	30.80%
	Katolik	4	30.80%
	Islam	5	38.50%
	Total	13	100%
4	Suku		
	Batak	9	69.20%
	Jawa	4	30.80%
	Total	13	100%
5	Pekerjaan		
	Bertani	9	59.50%
	Wiraswasta	3	23.10%
	PNS	1	7.70%
	Total	13	100 %

Dari Tabel diatas Menunjukkan bahwa distribusi frekuensi umur responden penderita artritis reumatoid frekuensi mayoritas umur responden penderita artritis reumatoid umur 60-75 tahun adalah 6 orang atau sama dengan 46.2%, dan frekuensi minoritas umur responden penderita artritis reumatoid umur 75-90 tahun sebanyak 2 orang atau setara dengan 15.4%.

Distribusi frekuensi mayoritas jenis kelamin perempuan responden penderita artritis reumatoid adalah 7 orang atau sama dengan 53.8%, frekuensi minoritas jenis kelamin laki-laki reponden penderita hipertensi adalah sebanyak 6 orang atau sama dengan 46.2%. Distribusi frekuensi agama mayoritas islam sebanyak 5 orang atau sama dengan 38.5%, frekuensi minoritas agama Kristen dan katolik sebanyak 4 orang atau sama dengan 30,8.

Distribusi frekuensi suku responden penderita artritis reumatoid mayoritas batak sebanyak 9 orang atau sama dengan 69.2%, frekuensi minoritas responden suku jawa penderita artritis reumatoid sebanyak 4 orang atau sama dengan 30.8%. Distribusi frekuensi pekerjaan responden penderita artritis reumatoid mayoritas bertani yaitu 9 orang atau sama dengan 59.5%, frekuensi minoritas pekerjaan PNS penderita artitis reumatoid sebanyak 1 orang atau sama dengan 1.1%.

Tabel 2. Skala Nyeri Pre Test Pada Penderita Artritis Reumatoid

No	Skala nyeri	Frekuensi	Persentase
1	Tidak Nyeri	0	0
2	Nyeri Ringan	7	53.9
3	Nyeri Sedang	6	46.1
4	Nyeri Berat	0	0
5	Nyeri berat tak terkontrol	0	0
Total		13	100%

Dari table diatas ditemukan bahwa skala nyeri responden 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 7 orang dengan persentase 53.9%, dan skala nyeri responden 4 - 6 (nyeri sedang) sebanyak 6 orang dengan persentase 46.1%.

Tabel 3. Skala Nyeri Post Test Penderita Artritis Reumatoid

No	Skala	Frekuensi	Persentase
1	Tidak Nyeri	10	76.10
2	Nyeri Ringan	3	23.0
3	Nyeri Sedang	0	0
4	Nyeri Berat	0	0
5	Nyeri Berat tak terkontrol	0	0
Total		13	100

Dari tabel diatas ditemukan bahwa skala nyeri responden 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 3 orang dengan Persentase 23.0%, skala responden tidak nyeri sebanyak 10 orang dengan persentase 76.10 %

Tabel 4. Pengukuran Sebelum Dan Sesudah Pengaruh Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Atritis Reumatoid

No	Pelaksanaan	Sebelum	Sesudah	P.Value	α
1	Tidak Nyeri	0	10		

2	Nyeri Ringan	7	3		
3	Nyeri Sedang	6	0		
4	Nyeri Berat	0	0	0.001	0.05
5	Nyeri Berat tak terkontrol	0	0		
Total		13	13		

Berdasarkan distribusi frekuensi pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat jahe, dapat diketahui bahwa pasien yang mengalami nyeri sebelum kompres hangat jahe didapatkan nyeri ringan sebanyak 7 orang atau sama dengan (53.8%). Nyeri sedang sebanyak 6 orang atau sama dengan (46.1%). Dan setelah dilakukan kompres hangat jahe semua responden mengalami penurunan skala nyeri dimana nyeri ringan menjadi 3 orang atau sama dengan (23.0%) dan tidak merasakan nyeri sebanyak 10 orang atau sama dengan (76.10%). Berdasarkan hasil uji statistik *uji t* pengaruh kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri diketahui bahwa nilai $p=0.001$ yaitu $p<0.05$ dengan demikian H_0 ditolak yang memiliki arti ada pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri artritis rheumatoid.

4. PEMBAHASAN

Prevelensi nyeri sendi lebih banyak terjadi pada pada wanita daripada laki-laki hal ini dikarenakan pengaruh hormone. Hormone yang dimaksud adalah hormone esterogen dimana hormone pada wanita berperan untuk mengatur siklus menstruasi dan mempertahankan massa tulang. Menurut Petti Lubis (2009). Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan lansia yang mengalami nyeri sendi diberikan kompres hangat jahe dan setelah dilakukan observasi efek dari rasa panas pada jahe menimbulkan penurunan rasa nyeri. Menurut Nugroho, (2000). Kompres jahe bermanfaat untuk mengurangi nyeri sendi dikarenakan pada jahe mengandung zingerol yang berfungsi menekan prostaglandin melalui hambatan pada aktivitas COX-2 yang menghambat produksi PGE2 dan leukotrin. Menurut Katte Ferry-Swainson&Eddy Soetrisno, (2004). Kompres hangat jahe juga bertujuan untuk memperlancar siklus darah, memberikan rasa rileks pada tubuh. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan terdapat adanya pengaruh kompres hangat jahe pada penurunan skala nyeri menurut (Ersi Herliana,2013).

Dari hasil penelitian yang dilakukan, diperoleh hasil penelitian yang sesuai untuk menjawab pertanyaan penelitian tentang pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri artritis reumatoid pada lansia di Dusun II Desa Lau Rakit Kecamatan STM Hilir Kabupaten Deli Serdang . Berdasarkan penelitian ini dilakukan 13 orang pada kelompok one group. Berdasarkan hasil penelitian yang didapat disimpulkan bahwa hipotesa penelitian diterima. Dalam hal ini berlaku ketentuan bahwa p -value lebih kecil dari $\alpha = 0.05$ dengan demikian H_a diterima dan H_0 ditolak, yaitu ada pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri.

5. KESIMPULAN

Penelitian initerdapat adanya pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri artritis reumatoid pada lansia di Desa Lau Rakit Kecamatan STM Hilir Kabupaten Deli Serdang. Skala nyeri pada penderita artritis reumatoid yang diberikan terapi kompres hangat jahe dengan ketentua p -value $< \alpha = 0,005$ dengan demikian berlakuku ketentuan H_a diterima ada pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri artritis reumatoid .

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, 2011 *Efektivitas Pemberian Ekstrak Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscole Var Rubrum) Dalam Mengurangi Nyeri Otot Pada Atlet Sepak Takraw . Universitas Deponegoro. Semarang(Curcuma Doestica Val). Dalam Sediaan Topical Pada Menat Jantan*
- Darmojo, 2011 *Geriatric Ilmu Kesehatan Usia Lanjut. Edisi 3. Jakarta : Balai Penerbit Selemba Medika*
- Elizabeth J. Corwin. (2009). *Buku Saku Patofisiologi Corwin*. Jakarta Aditya Media
- Ghozali ,2011 *Aplikasi Analisa Multivariat Dengan Program Sps Semarang. Badan Penerbit Universitas Deponegoro*
- Hamid A.M. (2011). *Keefektifan Kompres Tepid Sponge Yang Dilakukan Ibu Dalam Menurunkan Demam Pada Anak Di Puskesmas Mubulsari Kabupaten Jember. Tesis Program Studi Magister Kedokteran . Uns*
- Hernani 2010 *Identification Of Chemical Components On Red Ginger (Zingiber Officinale Var Rubrum) By Gcms. Proc. International Seminar On Natural Product Chemistry And Utilization Of Natural Resources. UI-Unisco, Jakarta : 501-505*
- Notoatmodjo, S.2010 . *Meteorologi Penelitian Ilmu Kesehatan Jakarta : Rineka Cipta*
- Nursalam, 2011 *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan . Jakarta Salemba Medika*
- Ratna , 2009 *Uji Efektif Antiinflamasi Dari Kombinasi Ekstrak Rimpang Jahe Merah Zingiber Officinale Roscoe Dan Ekstrak Rimpang Kunyit (Curcuma Doestica Val). Dalam Sediaan Topical Pada Menat Jantan. Sentoso 2013. Kesehatan Dan Gizi. Jakarta : Rineka Cipta*
- Suarjan, 2010 *Arthritis Reumatoid Dalam Buku Ilmu Ajar Penyakit Dalam Edisi V. Sudoyo, A.W., Setiyohadi, B., Alwi, Idris, Et Al Tentang Pubhusing . Jakarta*
- Suparto , 2000 *Sehat Menjelang Usia Senja. Bandung : Pt Remaja Ros Dakarya Tamsuri, 2014 Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri. Jakarta Egc.*
- World Health Organization. (2015). *The World Health Organization Quality Of Life (Whoqol) – Bref.* Diakses Pada Tanggal 12 Februari 2016 Darl http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/en/indonesian_whoqol.pdf Edition. Usa : John Wiley & Son. endeley.