

PENGARUH KOMPRES JAHE TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN OSTEOARTRITIS DI POSYANDU LANSIA

Sylvie Puspita¹⁾, Indah Praptini²⁾

Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, Email : sylviepuspita@gmail.com

Alamat Korespondensi : Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, Jl. Veteran Mancar, Kecamatan Peterongan, Kabupaten Jombang, Indonesia

ARTICLE INFO

Article History :

Received: Juny, 14th, 2018

Revised form: Juny-August, 2018

Accepted: August, 3rd, 2018

Published: August, 10th, 2018

Kata Kunci :

Kompres Jahe, Nyeri, Osteoarthritis, Lansia

ABSTRAK

Pemberian kompres hangat rebusan jahe dapat dijadikan salah satu terapi komplementer Pereda nyeri karena dalam jahe terkandung zat alami bernama oleoresin yang terdiri dari zingeron, gingerol, dan shogool. Zat alami jahe ini memberi sifat pedas, hangat dan aromatic yang bila dikombinasikan dengan air hangat akan membuat pelebaran pembuluh darah sehingga meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek anti nyeri, relaksasi otot dan menambah kelenturan sendi sehingga proses peradangan berkurang yang kemudian dapat memberikan efek penurunan sensasi nyeri. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri pada pasien osteoarthritis di Posyandu usila desa Desa Kedungbethik, Kesamben. Desain penelitian yang digunakan adalah One Group pra-post test design dengan subjek penelitian 36 pasien melalui Purposive Sampling. Penelitian dilaksanakan di Desa KedungBethik Kec.Kesamben Kab.Jombang. Pada tanggal 1 s.d 28 Mei 2018. Hasil penelitian sebelum dilakukan kompres jahe pada pasien osteoarthritis menunjukkan skala nyeri rata-rata 4,70. Sedangkan sesudah dilakukan kompres jahe pada pasien osteoarthritis adalah skala nyeri rata-rata 2,82. Hasil Analisa Uji Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pada penurunan skala nyeri pada pasien osteoarthritis yang diberikan terapi kompres jahe, yang dibuktikan dengan nilai p value 0,000. Kajian selanjutnya diharapkan pasien osteoarthritis dapat mengembangkan terapi kompres jahe sebagai salah satu alternative terapi komplementer untuk mengurangi nyeri

PENDAHULUAN

Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Lansia identik dengan berbagai penurunan status kesehatan terutama status kesehatan fisik. Berbagai teori tentang proses menua menunjukkan hal yang sama. Status kesehatan lansia yang menurun seiring dengan bertambahnya usia akan memengaruhi kualitas hidup lansia. Bertambahnya usia akan diiringi dengan timbulnya berbagai penyakit, penurunan fungsi tubuh, keseimbangan tubuh dan risiko jatuh (Brett dan Deary 2012).

Ketika manusia mengalami penuaan jumlah massa otot tubuh mengalami penurunan. Kekuatan otot mulai merosot sekitar usia 40 tahun dengan suatu kemunduran yang dipercepat setelah usia 60 tahun. Secara umum terdapat kemunduran kartilago sendi, sebagian besar terjadi pada sendi-sendi yang menahan berat dan pembentukan tulang dipermukaan sendi. Komponen-komponen kapsul sendi pecah dan kolagen yang terdapat pada jaringan penyambung meningkat secara progresif yang jika tidak dipakai lagi mungkin menyebabkan inflamasi, nyeri, penurunan mobilitas sendi dan deformitas.

Osteoarthritis merupakan penyakit degeneratif sendi yang disebabkan oleh banyak faktor, antara lain : reaksi alergi, infeksi, genetik, dan karena proses penuaan seseorang. Osteoarthritis merupakan penyakit sendi yang paling banyak dijumpai dan prevalensinya meningkat dengan bertambahnya usia (Sudoyo 2010). Prevalensi osteoarthritis di Eropa dan Amerika lebih besar dari pada prevalensi di negara lainnya. The National Arthritis Data Workgroup (NADW) memperkirakan penderita osteoarthritis di Amerika sebanyak 27 juta yang terjadi pada usia 18 tahun keatas (Murphy dan Helmick, 2013).

Dampak dari osteoarthritis tersering adalah nyeri dan kemudian keluhan deformitas atau kelainan bentuk. Nyeri sendi pada lutut biasanya terjadi akibat kondrosit atau sel pembentuk dari proteoglikan dan kolagen yang ada pada rawan sendi mengalami kegagalan untuk bisa memelihara keseimbangan pada sintesis matrik ekstraseluler dan juga kehilangan kompresibilitasnya. Pada awalnya nyeri terjadi bersama gerakan kemudian nyeri dapat juga terjadi pada saat istirahat. Peningkatan rasa nyeri diiringi oleh kehilangan fungsi secara progresif. Keseluruhan koordinasi dan postur tubuh mungkin terpengaruh sebagai hasil dari nyeri dan hilangnya mobilitas

Penanganan penderita osteoarthritis difokuskan pada rasa mengontrol rasa sakit, mengurangi kerusakan sendi, meningkatkan dan mempertahankan fungsi dan kualitas hidup.

Menurut American Collage Rheumatology penanganan untuk rematik dapat meliputi terapi farmakologi (obat-obatan), non farmakologi dan Tindakan operasi.

Teknik non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri pada penderita osteoarthritis diantaranya yaitu dengan stimulasi kulit (message kutaneus tau pijat, kompres panas atau dingin, akupuntur, stimulasi kontralateral), stimulasi elektrik saraf kulit transkutan, Teknik distraksi dan istirahat (Smeltzer dan Bare, 2002).

Jahe memiliki kandungan farmakologis yaitu rasa panas dan pedas, dimana rasa panas ini dapat meredakan nyeri, kaku dan spasme otot atau yang terjadi vasodilatasi pembuluh darah, manfaat yang maksimal akan di capai dalam waktu 20 menit sesudah aplikasi panas (Susanti, 2014). Maka pemanfaatan jahe sebagai alternatif obat rematik non farmakologik yang tidak meninggalkan efek samping ini sepatasnya mendapat perhatian.

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kompres jahe terhadap skala nyeri pada pasien osteoarthritis di posyandu lansia Desa Kedungbethik Kecamatan Kesamben

METODE PENELITIAN

Desain penelitian merupakan strategi penelitian dalam mengidentifikasi permasalahan sebelum perencanaan akhir pengumpulan data dan mengidentifikasi struktur penelitian yang akan dilaksanakan. Jenis penelitian ini adalah pre-eksperimen dengan One Group Pretest Posttest design. One Group Pretest Posttest adalah Ciri dari penelitian ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Nursalam, 2016).

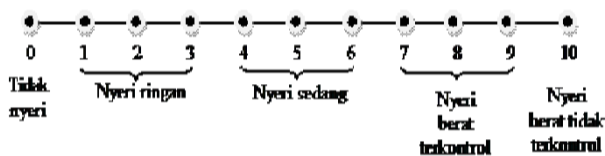
Penelitian ini terdiri dari satu kelompok yaitu kelompok intervensi. Pada kelompok intervensi (K) diberikan kompres jahe(I). Pada kelompok diawali dengan pre-test (O) untuk mengetahui skala nyeri sebelum diberikan intervensi. Kemudian kelompok diberikan intervensi setelah itu dilakukan kembali post-test imtil mengetahui skala nyeri (OI).

Populasi dalam penelitian ini adalah sejumlah pasien Osteoarthritis yang mendatangi posyandu lansia desa Desa Kedungbethik yang tercatat sebanyak 40 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian pasien yang menderita osteoarthritis yang mendatangi posyandu lansia desa Desa Kedungbethik . Pada penelitian sampel diambil berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel minimal dalam penelitian

ini dihitung dengan rumus besar sampel menggunakan rumus Slowvin, adapun rumus Slowvin setelah dihitung didapatkan 36 Sampel Penelitian. Metode yang digunakan untuk pengambilan sampel dilakukan dengan Probability sampling dengan tehknik Purposive Sampling atau pengambilan sampel secara acak sederhana. Penelitian dilaksanakan di Desa KedungBethik Kec.Kesamben Kab.Jombang. Pada tanggal 1 s.d 28 Mei 2018.

Terdapat dua instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Penerapan SOP (Standart Operasional) digunakan oleh peneliti yang berisi panduan-panduan dalam melakukan kompres jahe pada lansia dengan osteoarthritis. Pengukuran Skala Nyeri mengaplikasikan Instrumen untuk mengukur skala nyeri menggunakan pengukur skala nyeri numerik (NRS) sebagai berikut :

Gambar 1 Skala nyeri numeric (NRS)



HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 36 responden berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 1 :

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Posyandu Lansia Desa Kedungbethik

No.	Usia (tahun)	F	%
1.	45-59 tahun	20	55,55
2.	60-74 tahun	16	44,44
Total		36	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 45-59 tahun, yaitu sebanyak 20 responden (55,55%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 36 responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 2 :

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Posyandu Lansia Desa Kedungbethik

No.	Jenis kelamin	F	%
1.	Laki-Laki	10	27,78
2.	Perempuan	26	72,22
Total		36	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 36 responden sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 26 responden (72,22 %).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 36 responden berdasarkan pendidikan dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan tingkat Pendidikan di Posyandu Lansia Desa Kedungbethik

No	Pendidikan	F	%
1.	Tidak sekolah	13	36,11
2.	SD	18	50
3.	SMP	5	13,89
Total		36	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 36 responden sebagian besar responden berpendidikan SD yaitu sebanyak 18 responden (50%) dan sebagian kecil berpendidikan SMP yaitu sebesar 5 responden (13,89 %).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian berdasarkan pekerjaan dapat dilihat pada tabel 4

Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Posyandu Lansia Desa Kedungbethik

No.	Pekerjaan	F	%
1.	Petani	22	61,11
2.	Karyawan Swasta	1	2,78
3.	Wiraswasta	10	27,78
4.	Lain-lain	3	8,33
Total		36	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berprofesi sebagai petani yaitu sebanyak 22 responden (61,11%) dan sebagian kecil responden berprofesi sebagai Karyawan Swasta sebanyak 1 responden (2,78%).

5. Skala Nyeri Pasien Osteoarthritis di posyandu desa Kedungbethik

Tabel 5 Data Khusus Skala Nyeri Pasien Osteoarthritis di posyandu desa Kedungbethik

Skala Nyeri	Sebelum		Sesudah	
	F	(%)	F	(%)
Tidak Nyeri	0	0	5	13,89
Nyeri ringan (1-3)	5	13,89	24	66,67
Nyeri Sedang (4-6)	27	75	6	16,67
Nyeri Berat (7-9)	4	11,11	1	2,78
Jumlah	36	100	36	100

Berdasarkan tabel 5 didapatkan data bahwa terjadi penurunan skala nyeri yang sebelumnya semua pasien mengalami nyeri setelah dilakukan tindakan kompres jahe hangat

- 22 pasien pada kategori skala tidak nyeri.
6. Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Osteoarthritis di Posyandu Lansia Desa Kedungbethik Hasil analisa pengaruh kompres Jahe Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Osteoarthritis di Posyandu Lansia Desa Kedungbethik.

Analisa data menunjukkan bahwa hasil mean atau rata rata sebelum pemberian terapi kompres jahe adalah 2,97 dan sesudah pemberian terapi kompres jahe adalah 2,22 hasil nilai tengah sebelum pemberian terapi kompres jahe adalah 3,00 dan sesudah dilakukan terapi kompres jahe adalah 2,00, hasil Std.deviation sebelum dilakukan terapi kompres jahe adalah 0,506 dan hasil sesudah dilakukan terapi kompres jahe adalah 0,484, hasil nilai minimal sebelum dilakukan terapi kompres jahe adalah 2 dan hasil sesudah dilakukan terapi kompres jahe adalah 1, hasil nilai maksimal sebelum dilakukan terapi kompres jahe adalah 4 dan nilai maksimal sesudah dilakukan terapi kompres jahe adalah 3, dan banyaknya responden adalah 36.

Uji Wilcoxon Signed Rank menggunakan program SPSS didapatkan hasil Asymp. sig. (2-tailed) $0,00 < \alpha = 0,05$ sehingga H1 diterima yang berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan kompres jahe pada lansia dengan osteoarthritis, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri pada penderita osteoarthritis di Posyandu Lansia Desa Kedungbethik Kecamatan Kesamben

PEMBAHASAN

Uji Wilcoxon Signed Rank menggunakan program SPSS didapatkan hasil Asymp. sig. (2-tailed) $0,00 < \alpha = 0,05$ sehingga H1 diterima yang berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan kompres jahe pada lansia dengan osteoarthritis, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri pada penderita osteoarthritis di Posyandu Lansia Desa Kedungbethik Kecamatan Kesamben

Penelitian sejenis yang dilakukan oleh Intan Okta pada tahun 2017 yang berjudul Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Di Puskesmas Dagangan Kecamatan Dagangan Kabupaten Madiun juga menunjukkan hasil terdapat perbedaan nyeri sebelum dan sesudah kompres jahe dengan nilai $p = 0,000$ sehingga terdapat pengaruh kompres jahe terhadap nyeri lutut pada lansia.

Efek yang dirasakan responden setelah pemberian terapi kompres jahe terbukti

berpengaruh menurunkan skala nyeri pada pasien osteoarthritis. Responden mengatakan nyeri menurun ditunjukkan dari hasil penelitian bahwa ada perbedaan nyeri sendi sebelum dan setelah dilakukan terapi kompres jahe. Sebelum diberikan perlakuan nilai rata-rata nyeri didapatkan 4,7, sedangkan setelah diberikan perlakuan nilai rata-rata nyeri adalah 2,82 dengan perbedaan bermakna dan didapatkan nilai $p = 0,000$. Adanya perbedaan sebelum dan setelah perlakuan menunjukkan adanya pengaruh kompres jahe terhadap skala nyeri pada pasien osteoarthritis di posyandu lansia Desa Kedungbethik

Efektifitas kompres hangat dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah sehingga meningkatkan aliran darah. Dengan meningkatnya aliran darah maka suplai O₂ ke jaringan juga meningkat sehingga sel-sel mendapatkan nutrisi yang cukup. Tercukupinya kebutuhan nutrisi sel akan merangsang ujung saraf perifer mengirim stimulus ke otak untuk mengeluarkan hormon endorphin yang dapat menimbulkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang. (Lemone&Burke,2001)

Hasil analisa data dan teori yang telah dibahas di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi kompres jahe dapat menurunkan nyeri sendi pada pasien osteoarthritis karena kompres hangat jahe dapat melancarkan aliran darah dan suplai oksigen sehingga dapat menimbulkan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang.

KESIMPULAN

Uji Wilcoxon Signed Rank menggunakan program SPSS didapatkan hasil Asymp. sig. (2-tailed) $0,00 < \alpha = 0,05$ sehingga H1 diterima yang berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan kompres jahe pada lansia dengan osteoarthritis, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri pada penderita osteoarthritis di Posyandu Lansia Desa Kedungbethik Kecamatan Kesamben

DAFTAR PUSTAKA

- A Potter, & Perry, A. G. (2006). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik, edisi 7. Jakarta: EGC.
- Arif,M. (2010). Pengantar metodologi penelitian untuk ilmu kesehatan. Surakarta: LPP UNS dan UNS press
- Arikunto, Suharsimi, (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek, Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Bachtiar, A. (2010). Pengaruh ekstrak jahe terhadap tanda dan gejala osteoarthritis pada pasien rawat jalan di puskesmas

- Pandan wangi kota Malang, program magister ilmu keperawatan kekhususan KMB: Fakultas ilmu keperawatan. Depok
- Barbara, Kozier. (2008). *Fundamental of Nursing, Seventh Edition, Vol.2*. Jakarta: EGC.
- Berman, Audrey., Shirlee Synder., Koizier, Barbara, Erb, Glenora. (2009). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis Edisi 5*. Jakarta: EGC.
- Boedhi,darmojo.(2011). *Buku ajar geriatric: ilmu kesehatan lanjut usia edisi keempat*. Jakarta: Balai penerbit FKUI
- Davies, kim. (2007). *Nyeri tulang dan otot*. Jakarta: airlangga.
- Dwiyanto,dkk. (2009). *Ramuan tradisional*. Yogyakarta : Mitra sejati
- Ganiswarna, sulistia G. (2004). *Farmakologi dan terapi*. Jakarta: gaya baru
- Junaidi. (2006). *Rematik dan asam ural*. Jakarta : PT. bhuana ilmu populer kelompok gramesia
- Lemone & Burke. (2001). *Medical surgical nursing; critical thinking in client care*. California : Addison Wesley nursing
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan Jakarta : PT Rineka Cipta*.
- Nugroho, Wahjudi. (2008). *Keperawatan gerontik & geriatric edisi 3*. Jakarta EGC
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3.* Jakarta: Salemba Medika.
- Phan, P.V, Sohrabi. (2005). *Ginger extract component suppress induction of chemokine expression in human synoviocytes*. *J. Altern. Complement Med.* 11.
- Potter & Perry. 2006. *Buku ajar fundamental keperawatan konsep proses dan praktik volume 2 edisi 4*. Jakarta ; EGC
- Purwoastuti,endang (2009). *Waspadai gangguan rematik*. Yogyakarta: Kanisius
- Riduwan. (2005). *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Robbins. (2007). *Buku ajar patologi edisi 7, vol 2*. Jakarta: EGC
- Setiadi. (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta : Graha.
- Smeltzer, Bare. 2002. *Buku ajar keperawatan medikal bedah volume 1 edisi 8*. Jakarta : EGC
- Stanley, Mickey. (2006). *Buku ajar keperawatan gerontik edisi 2*. Jakarta : EGC
- Suddart& Brunner. (2001) *keperawatan medikal bedah edisi 8*. Jakarta: EGC
- Sugiyono. (2012). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Penerbit CV. Alfabeta: Bandung