
PENGARUH KOMPRES REBUSAN JAHE TERHADAP NYERI LUTUT PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL KHUSNUL KHOTIMAH PEKANBARU.

Rika Andriyani ⁽¹⁾, Een Husanah ⁽²⁾

⁽¹⁾Program Studi D3 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru

⁽²⁾Program Studi D3 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru

email: eenhusanah@htp.ac.id

ABSTRAK

Lutut merupakan sendi utama penyangga beban tubuh. Kestabilan kerja sendi ini tergantung dari otot-otot dan ligamen-legamen disekitarnya. Kekuatan muscular mulai merosot sekitar usia 40 tahun dengan suatu kemunduran yang dipercepat setelah usai 60 tahun. Tanda utama pada gangguan sistem muskuloskeletal adalah nyeri dan rasa tidak nyaman, yang dapat bervariasi dari tingkat yang paling ringan sampai yang sangat berat. Hasil wawancara dengan 10 orang lansia yang mengalami nyeri lutut, ditemukan 7 orang lansia menggunakan obat farmakologi, 3 orang tidak mengkonsumsi obat-obatan tertentu. Dari 7 lansia yang menggunakan obat-obatan mengatakan sering merasakan efek samping dari obat yang dikonsumsi seperti mual dan diare dan merasakan efek ketergantungan. Jenis Penelitian penelitian pra-eksperimen dengan rancangan pra-test dan pasca-test menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan design Quasi dalam satu kelompok (one group pre-posttest design) untuk mengetahui kekuatan pengaruh kompres jahe terhadap intensitas nyeri lutut. Metode penelitian melakukan observasi langsung kepada responden dengan mengisi lembar observasi intensitas nyeri pretest dan Posttest dengan skala intensitas nyeri numerik (0-10). Data penelitian dianalisa dengan menggunakan wilcoxon signed rank test. Hasil penelitian didapatkan rata-rata (mean) intensitas nyeri sebelum diberikan kompres jahe sebesar 4,56 dengan standar deviasi 1,381. Rata-rata (mean) intensitas nyeri setelah diberikan kompres jahe sebesar 2,89 dengan standar deviasi 1,451. Dari hasil uji statistik didapatkan nilai p Value (α) sebesar 0,000, bahwa terdapat pengaruh kompres jahe dengan nyeri lutut pada lansia.

Kata kunci : Kompres Jahe, Lansia

ABSTRACT

The knee is the main joint to support the body's weight. The stability of the work of this joint depends on the muscles and ligaments around it. Muscular strength begins to decline around the age of 40 with an accelerated setback after 60 years. The main signs of a musculoskeletal system disorder are pain and discomfort, which can vary from the mildest to the most severe. The results of interviews with 10 elderly people who had knee pain, found 7 elderly people using pharmaceutical drugs, 3 people did not consume certain drugs. Of the 7 elderly who use drugs, they often feel the side effects of medications taken such as nausea and diarrhea and feel the effects of dependence. This type of research is pre-experimental research with pre-test and post-test design using a quantitative research approach with design Quasi in one group (one group pre-posttest design) to determine the strength of the influence of ginger compresses on the intensity of knee pain. The research method made direct observations to respondents by filling in the observation sheets of pain intensity pretest and posttest with numerical pain intensity scale

(0-10). Research data were analyzed using Wilcoxon signed rank test. The results showed that the average (mean) pain intensity before being given a ginger compress was 4.56 with a standard deviation of 1.381. The mean (intensity) pain intensity after being given a ginger compress is 2.89 with a standard deviation of 1.451. From the results of the statistical test p value (α) of 0,000, that there is an effect of ginger compresses with knee pain in the elderly.

Keywords : Ginger Compress, Elderly

PENDAHULUAN

Lutut merupakan sendi utama penyangga beban tubuh. Kestabilan kerja sendi ini tergantung dari otot-otot dan ligamen-legamen disekitarnya. Kekuatan muscular mulai merosot sekitar usia 40 tahun dengan suatu kemunduran yang dipercepat setelah usai 60 tahun (Panti, St, Dharma, & Kasih, n.d.).

Tanda utama pada gangguan sistem muskuloskeletal adalah nyeri dan rasa tidak nyaman, yang dapat bervariasi dari tingkat yang paling ringan sampai yang sangat berat. Nyeri dapat digambarkan sebagai suatu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan yang sudah atau berpotensi terjadi (Price and Wilson, 2005;1063).

Nyeri yang dialami oleh lansia yang mengalami nyeri lutut didapatkan skala rata-rata enam atau nyeri sedang, oleh karena itu konsep keperawatan diarahkan untuk menghilangkan rasa nyeri dan mengembalikan pada kondisi yang nyaman. Metode penanganan nyeri mencakup terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologis yaitu meliputi obat-obatan sedangkan terapi non farmakologis meliputi terapi dan modalitas fisik serta strategi kognitif dan perilaku.

Terapi fisik untuk meredakan nyeri mencakup beragam bentuk stimulus kulit (pijat, stimulus saraf dengan listrik transkutis, akupuntur, aplikasi dingin atau panas atau kompres, dan olah raga). Aplikasi panas adalah

tindakan sederhana yang telah lama diketahui sebagai metode yang efektif untuk mengurangi nyeri atau kejang otot. Panas dapat disalurkan melalui konduksi (botol air panas, kompres basah, panas), Nyeri akibat memar, spasme otot dan artritis berespon baik terhadap panas (Price and Wilson, 2005;1087-1088). jahe yang memiliki efek farmakologis yang berkhasiat sebagai obat (Tim Lentera, 2002;1).

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 orang lansia yang mengalami nyeri lutut, ditemukan 7 orang lansia menggunakan obat farmakologi, 3 orang tidak mengkonsumsi obat-obatan tertentu. Dari 7 lansia yang menggunakan obat-obatan mengatakan sering merasakan efek samping dari obat yang dikonsumsi seperti mual dan diare dan merasakan efek ketergantungan.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini adalah penelitian pra-eksperimen dengan rancangan pra-test dan pasca-test menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan design Quasi dalam satu kelompok (*one group pre-posttest design*). Penelitian dilakukan di Panti Sosial Khusnul Khotimah. Waktu Penelitian pada bulan September 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di panti jompo khusnul khotimah. Sampel penelitian adalah lansia yang mengalami nyeri lutut dengan skala nyeri sedang sampai berat di panti sosial khusnul khotimah

Metode penelitian melakukan observasi langsung kepada responden

dengan mengisi lembar observasi intensitas nyeri *pretest* dan *Posttest* dengan skala intensitas nyeri numerik (0-10). Kompres air hangat akan diberikan kepada kelompok kontrol selama 20 menit. hari. Sedangkan pada kelompok intervensi, akan diberikan kompres jahe selama 20 menit. Jahe yang digunakan adalah jahe merah sebanyak 20 gram yang ditumbuk kemudian direbus oleh peneliti yang kemudian akan dikompreskan kebagian lutut lansia yang sakit selama 20 menit. Hasil Obesrvasi dianalisis menggunakan Analisis univariat dan bivariat dan dilakukan dengan meggunakan uji Wilcoxon

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. HASIL

Telah dilakukan penelitian terhadap 36 orang sampel penelitian yang bersedia mengikuti penelitian tentang Pengaruh Kompres Jahe terhadap Nyeri Lutut pada Lansia di Panti Sosial Khusnul Khotimah

1) Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Perempuan	12	66,6
Laki-laki	6	33,3
Total	18	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 12 orang (66,6 %)

2) Intensitas Nyeri Sebelum dan Setelah kompres jahe

a) Intensitas nyeri sebelum dikompres jahe

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan intensitas nyeri sebelum di kompres jahe

Intensitas Nyeri	Frekuensi (N)	Persentase (%)
3	7	38.9
4	1	5.6
5	3	16.7
6	7	38.9
Total	18	100.0

Berdasarkan tabel 3 diatas mayoritas responden setelah dikompres air hangat, mengalami intensitas nyeri 6 yakni berjumlah 7 orang (38,9 %).

b) Intensitas nyeri setelah dikompres jahe

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan intensitas nyeri setelah di kompres jahe

Intensitas Nyeri	Frekuensi(N)	Persentase (%)
1	4	22.2
2	4	22.2
3	3	16.7
4	4	22.2
5	3	16.7
Total	18	100.0

Berdasarkan tabel diatas mayoritas responden setelah dikompres jahe, mengalami intensitas nyeri 1 dan 2 yakni berjumlah 4 orang (22,2 %)

3) Hasil analisis bivariat

Hipotesis pada penelitian ini adalah kompres jahe mempunyai pengaruh yang dapat mengurangi nyeri lutut. Pembuktian hipotesis dilakukan dengan menggunakan statistik non parametrik yaitu uji *Wilcoxon Sign Rank Test* .

Tabel 4. Descriptive Statistics

	N	Std.			
		Mean	Deviation	Min	Max
pre test jahe	18	4.56	1.381	3	6
post test jahe	18	2.89	1.451	1	5

Berdasarkan tabel 4 deskriptive statistics, didapatkan hasil bahwa rata-rata intensitas nyeri lutut pada pengukuran pertama adalah 5 (nyeri sedang), sedangkan rata-rata intensitas nyeri pada pengukuran kedua adalah 3 (nyeri ringan).

Tabel 5. Ranks

		Mean	Sum of
		N	Ranks
post test jahe - pre test jahe	Negative Ranks	18 ^a	9.50
	Positive Ranks	0 ^b	.00
	Ties	0 ^c	.00
Total		18	

a. post test jahe < pre test jahe
b. post test jahe > pre test jahe
c. post test jahe = pre test jahe

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan bahwa sebanyak 18 responden mempunyai tingkat nyeri sedang dibandingkan dengan nyeri ringan. Tidak ada responden yang mengalami nyeri ringan.

Tabel 6. Test Statistics^b

	post test jahe - pre test jahe
Z	-3.825 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on positive ranks.
b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Pada test statistik, diperoleh nilai p= 0,000 sehingga Ho ditolak maka

disimpulkan ada pengaruh kompres jahe terhadap nyeri lutut pada lansia (p <0,000)

2. PEMBAHASAN

Analisa Perbedaan Intensitas Nyeri Sebelum (Pre-Test) Dan Sesudah (PostTest) Kompres Jahe. Intensitas nyeri pada data pre-test kompres jahe tertinggi adalah intensitas nyeri 6 sebanyak 7 responden, intensitas nyeri terendah yaitu 3 sebanyak 7 responden dan pada data post-test kompres jahe intensitas nyeri tertinggi adalah 5 sebanyak 3 responden, intensitas nyeri terendah yaitu 1 dengan 4 responden. Dari hasil analisa data dengan menggunakan *wilcoxon signed rank test* untuk mengetahui kekuatan pengaruh kompres jahe terhadap intensitas nyeri lutut menghasilkan rata-rata (mean) intensitas nyeri sebelum diberikan kompres jahe sebesar 4,56 dengan standar deviasi 1,381. Rata-rata (mean) intensitas nyeri setelah diberikan kompres jahe sebesar 2,89 dengan standar deviasi 1,451. Dari hasil uji statistik didapatkan nilai p Value (α) sebesar 0,000.

Dengan demikian nilai p Value lebih kecil dari 0,5 sehingga Ho ditolak, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata skala nyeri lutut yang bermakna antara sebelum kompres jahe dan setelah kompres jahe dan dapat disimpulkan bahwa hipotesisnya ada pengaruh kompres jahe terhadap perubahan intensitas nyeri lutut pada lansia di Panti Sosial Khusnul Khotimah.

Arthritis Reumatoid atau Rheumatoid arthritis (RA) adalah penyakit autoimun sistemik (Symmons, 2006). RA merupakan salah satu kelainan multisistem yang etiologinya belum diketahui secara pasti dan dikarakteristikan dengan destruksi sinovitis (Helmick, 2008). Penyakit ini merupakan peradangan sistemik yang

paling umum ditandai dengan keterlibatan sendi yang simetris (Dipiro, 2008). Umumnya pada lanjut usia akan mengalami berbagai macam penyakit salah satunya adalah Arthritis Reumatoid. Usia pertengahan cenderung akan mengalami penurunan aktifitas dan berlanjut sampai tua karena terjadinya penurunan fungsi tubuh akibat proses penuaan. Organ tubuh yang tadinya baik tanpa ada gangguan, sekarang mengalami kemunduran karena dalam proses penuaan (SMeltzer, 2001). Kompres hangat merupakan tindakan nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk menghilangkan atau mengurangi nyeri Arthritis Reumatoid dan metode ini mempunyai resiko lebih rendah resiko. Efektifitas Komres hangat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan arelaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahayu (2009), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pemberian olesan jahe merah dengan penurunan keluhan nyeri sendi pada lansia (p 0,014)

SIMPULAN

Dari hasil analisa data dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata skala nyeri lutut yang bermakna antara sebelum kompres jahe dan setelah kompres jahe dan dapat disimpulkan bahwa hipotesisnya ada pengaruh kompres jahe terhadap perubahan intensitas nyeri lutut pada lansia di Panti Sosial Khusnul Khotimah.

SARAN

Pada penelitian berikutnya diharapkan menggunakan faktor lain yang lebih banyak sehingga dapat melihat faktor yang lebih signifikan dan juga dapat menggunakan uji analisa data yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- KhaidirYusni. (2010). *Pengobatan Alternatif Dengan Tanaman Obat*. Yogyakarta: UBA Press.
- Haryono, R &Setianingsih, S. (2013). *Musuh-Musuh Setelah Umur 40 Tahun*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Ningrum, K &Meymurtie.(2012). *Aneka ResepObatTradisional*. Jakarta timur: DuniaSehat.
- Bayu, A &Novairi, A. (2013).*Pencegahan Dan Pengobatan Herbal*.Jogjakarta: Nusa Creative.
- Junaidi, I. (2008). *Rematik dan Asam Urat*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Popular.
- Sutanto, T. (2013). *Asam Urat Deteksi, Pencegahan, Pengobatan*. Yogyakarta: BukuPintar.
- Prasetyono, D, S. (2013). *Daftar Tanda & Gejala Ragam Penyakit*. Jogjakarta: Flash Books.
- Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu & Seni*. Jakarta: RinakaCipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Kesehatan Masyarakat Ilmu & Seni*. Jakarta: RinekaCipta.
- Syukur, C. (2006). *Agar Jahe Berproduksi Tinggi, Cegah Layu Bakteri & Pelihara Secara Intensif*. Jakarta: PT Penebar Swadaya.
- Misnadiarly. (2007). *Rematik, Asam Urat-Hiperurisemia, Arthritis Gout*. Jakarta: PustakaObor Populer.