

PENGARUH KOMPRES AIR HANGAT DAN KOMPRES HANGAT JAHE TERHADAP NYERI ARTRITIS REUMATOID

Rian Yuliyana^{*}, Deasy Dondaria, Nurul Hanni Suhada

Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan HangTuah Tanjungpinang

Email: rianyuliana@gmail.com

ABSTRAK

Proses penuaan pada lanjut usia menyebabkan banyak keluhan salah satunya adalah nyeri Artritis Reumatoid. Pada nyeri Artritis Reumatoid ini biasanya akan muncul rasa tidak nyaman untuk disentuh, muncul pembengkakan, peradangan, kekakuan, dan pembatasan gerakan. Diperlukan suatu tindakan farmakologi dan nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri pada lanjut usia, salah satunya adalah terapi nonfarmakologi kompres air hangat dan kompres hangat jahe. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Kompres Air Hangat dan Kompres Hangat Jahe Terhadap Nyeri Artritis Reumatoid Pada Lansia di Posyandu Batu 10 Tanjungpinang tahun 2016. Merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *Quasi Eksperimen* dengan *Pretest and Posttest Nonequivalent Control Group*, pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Cluster Sampling* pada 22 responden dari 220 populasi lansia yang ada di Posyandu Batu 10 Tanjungpinang dan di analisis dengan uji *Paired T test*. Uji statistik *Paired T test* diperoleh hasil nilai *p value* 0,000 $p < \alpha 0,05$ maka H_a diterima dan dapat di artikan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kompres air hangat dan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri Artritis Reumatoid. Hasil rata-rata perubahan nyeri Artritis Reumatoid lebih tinggi pada pemberian kompres hangat jahe yaitu 5,364 dibandingkan pada pemberian kompres air hangat yaitu 2,909. Hal ini artinya kompres hangat jahe lebih efektif dalam menurunkan nyeri Artritis Reumatoid pada lansia.

Kata Kunci : *Nyeri, Artritis Reumatoid, Kompres Air Hangat Dan Kompres Hangat Jahe*

ABSTRACT

*Process aging cause many complaint wrong only is pain Arthritis Rheumatoid. On pain, The Rheumatoid Arthritis usually will appear no sense comfortable for touched, appears swelling, inflammation, stiffness, and restrictions movement. Required something action pharmacology and pharmacology for reducing pain on continuing age, wrong only is therapy nonpharmacologic warm water compresses and compress warm ginger. Aim from research this for know warm Water Competition and Compress Warm Ginger To Pain Arthritis Rheumatoid In Elderly in Posyandu Batu 10 the Tanjungpinang year 2016. It is research quantitative with use design Quasi-Experiments with Pretest and Posttest Nonequivalent Control Group, retrieval sample on research this use Cluster Sampling on 22 respondents of 220 existing elderly population in Posyandu Batu 10 Tanjungpinang and in analysis with test Paired T-test. Test Paired T-test statistic obtained result value *p value* 0,000 $p < \alpha 0,05$ then H_a is accepted and could in interpret that there is a significant influence between warm water compresses and compress warm ginger to decline pain Arthritis Rheumatoid. Average result changes pain Arthritis Rheumatoid higher on giving compress warm ginger ie 5,364 compared to give warm water compresses ie 2,909. This means that warm ginger compresses are more effective in reducing the pain of rheumatoid arthritis in the elderly.*

Keywords: *Pain, Arthritis Rheumatoid, Compress Air Warm And Compress Warm Ginger*

PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua (Nugroho, 2012).

Di dunia, pada tahun 2015 diperkirakan jumlah penduduk usia lanjut ada 500 juta dengan rata-rata usia 60 tahun (Nugroho, 2012). Pada tahun 2020 diprediksi jumlah lansia sebesar 11,34% dengan usia harapan hidup 71,1 tahun (Sudoyo, dkk, 2009). Sedangkan pada tahun 2025 diperkirakan akan mencapai 1,2 milyar (Nugroho, 2012).

Di Indonesia, pada tahun 2015 jumlah lansia diperkirakan mencapai 24,5 juta orang (Pujiastuti, 2003, dalam Izza, 2014). Indonesia termasuk negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia (*aging structured population*) karena mempunyai jumlah penduduk dengan usia 60 tahun ke atas sekitar 7,18% (Efendi, 2013). Peningkatan jumlah penduduk lansia ini antara lain disebabkan karena tingkat sosial ekonomi masyarakat yang meningkat, kemajuan di bidang pelayanan kesehatan, dan tingkat pengetahuan masyarakat yang meningkat (Efendi, 2013).

Jumlah penderita Arthritis Reumatoid di dunia saat ini telah mencapai angka 355 juta jiwa, artinya 1 dari 6 penduduk bumi menderita penyakit Arthritis Reumatoid (WHO 2010). Di Indonesia prevalensi kasus Arthritis Reumatoid pada tahun 2014 berkisar 0,1% sampai 0,3% sementara di Amerika mencapai 3% (Nainggolan, 2009, dalam Susanti, 2014). Perbandingan pasien wanita tiga kali lebih banyak dari pria. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25% akan mengalami kelumpuhan (Zen, 2010, dalam Susanti, 2014).

Data yang diperoleh di Dinkes Provinsi kepulauan Riau Tahun 2014, angka kejadian penyakit Arthritis Reumatoid di Kepri sebanyak 4.941 jiwa. Berdasarkan data yang diperoleh di Dinkes Kota Tanjungpinang, lansia yang mengalami Arthritis Reumatoid

sebanyak 305 jiwa. Berdasarkan hasil data yang diperoleh, angka kejadian tertinggi di Tanjungpinang adalah di Puskesmas Batu 10 sebanyak 220 lansia yang mengalami penyakit Arthritis Reumatoid pada tahun 2015.

Penyakit Arthritis Reumatoid membutuhkan penanganan yang tepat dalam mengatasi nyerinya. Adapun cara-cara untuk menurunkan nyeri yaitu dengan cara terapi farmakologi, non-farmakologi dan pembedahan (Sukandar dkk, 2009, dalam Izza, 2014). Terapi farmakologi yaitu tindakan pemberian obat sebagai penurun nyeri. Biasanya dengan pemberian obat-obat analgesik seperti Pemberian obat anti inflamasi nonsteroid (OAINS), contoh: aspirin dan ibuprofen. Penggunaan obat-obatan analgesik memiliki dampak buruk seperti rasa yang tidak nyaman pada saluran cerna, mual, diare, perdarahan tukak, dapat juga mengakibatkan kerusakan pada ginjal, dan gangguan kardiovaskuler (Sukandar dkk, 2009, dalam Izza, 2014). Adapun terapi nonfarmakologi yaitu dengan bimbingan antisipasi, distraksi, stimulus kutaneus, terapi es dan panas, hipnosis, relaksasi, dan kompres (Potter dan Perry, 2006, dalam Izza, 2014).

Pemberian kompres air hangat adalah intervensi keperawatan yang sudah lama di aplikasikan oleh perawat. Kompres air hangat dianjurkan untuk menurunkan nyeri karena dapat meredakan nyeri, meningkatkan relaksasi otot, meningkatkan sirkulasi, meningkatkan relaksasi psikologis, dan memberi rasa nyaman, bekerja sebagai *counterirritan* (Koizier & Erb, 2009, dalam Izza, 2014), dan kompres jahe merupakan tindakan yang sering kali digunakan sebagai obat nyeri persendian karena kandungan *gingerol* dan rasa hangat yang ditimbulkannya membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah, sehingga suplai makanan dan oksigen lebih baik dan nyeri sendi berkurang (Utami & Puspaningtyas, 2013, dalam Izza 2014).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*). peneliti memilih rancangan dengan desain *pre and post test nonequivalent control group*. Pada desain *pre test and post test* peneliti tidak melakukan randomisasi (Dharma, 2011).

Populasi penelitian ini adalah semua lansia yang mengalami nyeri Arthritis reumatoid di posyandu batu 10 Tanjungpinang yang berjumlah 220 orang. Penelitian ini menggunakan teknik *Cluster sampling*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah lansia berusia ≥ 60 tahun dan memiliki masalah nyeri Arthritis Reumatoid. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 22 orang.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi kompres air hangat dan kompres hangat jahe sedangkan variabel dependen adalah penurunan skala nyeri arthritis reumatoid pada lansia di Posyandu Batu 10 Tanjungpinang.

Alat yang digunakan adalah jahe, *handsocon*, handuk kecil, kom, tumbukan, air hangat, lembar observasi *numerik rating scale*. Kemudian diberikan kompres selama 15-30 menit. Pengaruh kompres air hangat dan kompres hangat jahe ini dianalisis dengan menggunakan uji *Paired t test* berpasangan.

HASIL PENELITIAN

1. Distribusi Frekuensi Usia Responden Kelompok Kompres Air Hangat dan Kelompok Kompres Hangat Jahe Di Posyandu Batu 10 Tanjungpinang Tahun 2016

Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 6 Maret 2016 sampai 20 Maret 2016 di Posyandu Batu 10 Tanjungpinang.

Responden dalam penelitian ini adalah lansia yang berusia 60 tahun ke atas yang mengalami nyeri akibat Arthritis Reumatoid yang berada di Posyandu Batu 10

Tanjungpinang dengan jumlah sampel sebanyak 22 orang yang terdiri dari 11 kelompok kompres air hangat dan 11 kelompok kompres hangat jahe yang diambil keseluruhan dari populasi dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Karakteristik usia	Eks I		Eks II	
	n	%	n	%
60-74 (lanjut usia)	9	81,8	8	72,7
75-90 (lanjut usia tua)	2	18,2	3	27,3
Total	11	100	11	100

Tabel 4.1

Tabel 4.1 menggambarkan mayoritas kelompok umur responden adalah kelompok lanjut usia (60-74 tahun) dengan kelompok eksperimen I sebanyak 9 (81,8%) responden dan kelompok eksperimen II sebanyak 8 (72,7%) responden.

2. Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Kompres Air Hangat Pada Lansia Di Posyandu Batu 10 Tanjungpinang

Sebelum diberikan kompres air hangat, dilakukan pengukuran tingkat nyeri terhadap masing-masing responden dengan menggunakan pedoman lembar observasi. Responden yang diambil hanya yang mengalami nyeri arthritis reumatoid yaitu sebanyak 11 responden. Berikut dibawah ini diuraikan untuk masing-masing kelompok

Tabel 4.2

Skala nyeri	Pre		Post	
	n	%	n	%
Tidak nyeri	0	0	0	0
Ringan	1	9,1	9	81,8

Sedang	9	81,8	2	18,2
Nyeri terkontrol	1	9,1	0	0
Nyeri tdk terkontrol	0	0	0	0
Total	11	100	11	100

Tabel 4.2, menggambarkan mayoritas responden sebelum diberikan perlakuan kompres air hangat mengalami tingkat nyeri sedang sebanyak 9 (81,8%) responden. Sesudah diberikan perlakuan dengan kompres air hangat, responden yang mengalami nyeri sedang menjadi 2 (18,2%) responden.

3. Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Jahe Pada Lansia Di Posyandu Batu 10 Tanjungpinang

Sebelum diberikan kompres hangat jahe, dilakukan pengukuran tingkat nyeri terhadap masing-masing responden dengan menggunakan pedoman lembar observasi. Responden yang diambil hanya yang mengalami nyeri arthritis reumatoid yaitu sebanyak 11 responden. Berikut dibawah ini diuraikan untuk masing-masing kelompok.

Tabel 4.3

Skala nyeri	Pre		Post	
	n	%	n	%
Tidak nyeri	0	0	3	0
Ringan	0	0	8	27,3
Sedang	6	54,5	0	72,7
Nyeri terkontrol	5	45,5	0	0
Nyeri tdk terkontrol	0	0	0	0
Total	11	100	11	100

Tabel 4.3, menggambarkan mayoritas responden sebelum diberikan perlakuan kompres hangat jahe mengalami

tingkat nyeri sedang sebanyak 6 (54,5%) responden. Sesudah diberikan perlakuan dengan kompres hangat jahe, responden yang mengalami nyeri sedang menjadi 0%.

		Eksperimental mean 95% ± S.D			
		Control mean 95% ± S.D			
Sebelum kompres air hangat	11	5,1 ± 1,44	2,909	3,88	m
Sesudah kompres air hangat	11	2,2 ± 1,1	68	1,93	0,000
Sebelum kompres air hangat jahe	11	6,5 ± 1,1	5,364	6,32	0,000
Sesudah kompres air hangat jahe	11	1,1 ± 0,982	1,433	4,40	1

KESIMPULAN

Usia mayoritas pada kelompok lanjut usia (60-74 tahun) yang mengalami nyeri Arthritis Reumatoid di Posyandu Batu 10 Tanjungpinang tahun 2016. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara kompres air hangat dan pemberian kompres hangat jahe terhadap nyeri Arthritis Reumatoid pada lansia di Posyandu Batu 10 Tanjungpinang. Hal ini dibuktikan oleh hasil p value 0,000 ($p < \text{nilai } \alpha$) baik pada kelompok kompres air hangat maupun pada kelompok kompres hangat jahe, maka keputusannya Ha Diterima yang artinya terdapat pengaruh yang

signifikan antara pemberian kompres air hangat dan kompres hangat jahe. Dimana terdapat perbedaan diantara kedua kelompok pada kelompok kompres air hangat memiliki nilai rata-rata 2,909 sedangkan pada kelompok kompres hangat jahe memiliki nilai rata-rata dengan hasil 5,364. Hal ini menunjukkan bahwa kompres hangat jahe lebih efektif dalam menurunkan skala nyeri Arthritis Reumatoid.

SARAN

Diharapkan dapat memberikan informasi dan untuk perkembangan ilmu keperawatan khususnya pada ilmu keperawatan gerontik tentang pengaruh kompres air hangat dan kompres hangat jahe terhadap nyeri Arthritis Reumatoid pada lansia. Agar dapat digunakan sebagai salah satu acuan dan dapat diaplikasikan cara-cara dalam menurunkan nyeri, dengan cara memberikan kompres air hangat dan kompres hangat jahe untuk menurunkan skala nyeri salah satunya nyeri arthritis reumatoid.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Azizah, Lilik Ma'rifatul. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Bernedeta S, Gallerina. (2015). *Studi Komparatif Nafas Dalam Dengan Kompres Dingin Dibandingkan Kompres Hangat Terhadap nyeri Arthritis Rematoid Pada Lansia di Puskesmas Bt.10 Tahun 2015*. Tanjungpinang : STIKES HANG TUAH
- Dahlan, Sopiudin.(2009). *Statistik Untuk Kedokteran Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Dharma, Kelana Kusuma. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta : CV. Trans Info Media
- Efendi, Ferry. (2013). *Keperawatan Kesehatan Komunitas*. Jakarta : Salemba Media
- Fatimah. (2010). *Merawat Manusia Lanjut Usia*. Jakarta : CV Trans Info Media
- Hariana, Arief. (2013). *Tumbuhan Obat & Khasiatnya*. Jakarta : Penebar Swadaya
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data Cetakan Kedua*. Jakarta : Salemba Medika
- Indriana, Yeniar. (2012). *Gerontologi & Progeria*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Izza, Syarifatul. (2014). *Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangat Dan Pemberian Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran* : STIKES Ngundi Waluyo Ungaran
- Kneale, Julia D. (2011). *Keperawatan Ortopedik & Trauma*. Jakarta : EGC
- Meilani, Reni. (2015). *Perbandingan Efektifitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap apenurunan Skala Nyeri Disminore Pada Remaja Putri Di SMA 3 TPI*. Tanjungpinang : STIKES HANG TUAH
- Mubin, A.Halim. (2013). *Panduan Praktisi Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta : EGC
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nugroho, Wahyudi. (2012). *Keperawatan Gerontik Dan Geriatrik Edisi. 3*. Jakarta : EGC
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salema Medika
- Potter, Patricia A & Perry, Anne Griffin. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Price, Sylvia A, & Wilson, Lorraine M. (2005). *Patofisiologi : konsep klinis proses-proses penyakit, volume 2*.

- Jakarta : EGC.
- Sibuea, dkk. (2009). *Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta : Rineka Cipta
- Stockslanger, Jaime L & Schaeffer, Liz. (2007). *Buku Saku Asuhan Keperawatan Geriatrik*. Jakarta : EGC
- Sudoyo, dkk. (2009). *Ilmu Penyakit Dalam Jilid 1 Edisi V*. Jakarta : Internal Publishing
- Susanti, Devi. (2014). *Pengaruh Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Penurunan Skala Nyeri Pada Wanita Lanjut Usia Di Panti Tresna Werda Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya*. Pontianak : Universitas Tanjungpura
- Nyeri Arthritis Rematoid pada Lansia Di Panti Tresna Werda Kasih Sayang Ibu Batu Sangkar*. Sumatera Barat : Universitas Muhammadiyah
- Tamsuri, Anas. (2007). *Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta : EGC
- Wulan, Rifda Angelina.(2015). *Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Terhadap*