

PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES JAHE HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI *ARTHRITIS GOUT* PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANJUNGPINANG

Ernawati*, Clara, Hammadi

Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan HangTuaH Tanjungpinang

Email: indimavis2017@gmail.com

ABSTRAK

Lanjut usia adalah bagian dari proses pertumbuhan. Semakin bertambahnya umur manusia maka akan terjadi penurunan kondisi fisik, salah satunya pada sistem muskuloskeletal seperti pada penyakit *Arthritis Gout*. Hal ini menyebabkan banyaknya keluhan diantaranya seperti nyeri pada persendian. Untuk meringankan keluhan nyeri ini dapat dilakukan dengan cara non farmakologi yaitu dengan kompres jahe hangat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri *Arthritis Gout* pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungpinang Tahun 2016. Desain penelitian yang digunakan adalah *Pra Eksperiment* dengan menggunakan rancangan *One Grup Pretest Posttest*. Pengambilan sampel diambil dengan teknik *Purposive Sampling* yang berjumlah 17 orang. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* dengan nilai *p value* 0,000 ($<0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri *Arthritis Gout* pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungpinang Tahun 2016. Hasil penelitian ini diharapkan dapat diterapkan oleh lansia yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungpinang dalam melakukan terapi kompres jahe hangat secara mandiri untuk menurunkan nyeri *Arthritis Gout*.

Kata Kunci : Lansia, *Arthritis Gout*, Nyeri, Kompres Jahe

ABSTRACT

Aging is part of process growth. Increasing human's age then will happen decline condition physical, wrong only on system musculoskeletal as on disease Arthritis Gout. It causes the number complaint among others as pain on joints. For lightening up complaint pain this could do with the nonpharmacological way that is with compress ginger warm. Aim research this for knowing influence giving compress ginger warm to decline pain Arthritis Gout in elderly in Work Area Puskesmas Tanjung Pinang Year 2016. The research design is Pre Experiment with use design One Group Pretest-Posttest. Sample taken with technique Purposive Sampling which amounted to 17 people. Data were analyzed use test Wilcoxon with value p-value 0,000 ($<0,05$). Then could be concluded that there is influence giving compress ginger warm to decline pain Arthritis Gout in elderly in Work Area Puskesmas Tanjung Pinang Year 2016. Results research this expected could be applied by elderly are located in Work Area Puskesmas Tanjung Pinang in do therapy compress ginger warm on independent for lowered pain Arthritis Gout.

Keywords: Elderly, *Arthritis Gout*, Pain, Compress Ginger

PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa, dan akhirnya menjadi tua. Dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap perkembangan tertentu (Izza, 2014).

World Health Organization (WHO) dan Undang-Undang No 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada pasal 1 ayat 2 menyebutkan bahwa umur 60 tahun adalah usia permulaan tua. Menua bukanlah suatu penyakit, akan tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan yang kumulatif merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari luar maupun dari dalam tubuh yang berakhir dengan kematian (Susanti, 2014). Jumlah lansia diperkirakan lebih dari 629 juta jiwa dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar lansia di dunia (Izza, 2014).

Di Indonesia terdapat 7% penduduknya adalah lansia.

Berdasarkan usia kronologis/biologisnya, lanjut usia dibagi menjadi 4 kelompok, yaitu usia pertengahan (*middle age*) antara usia 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) berusia antara 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) usia 75-90 tahun, dan usia sangat tua (*very old*) di atas 90 tahun (Izza, 2014).

Di Indonesia pada tahun 2000-2011 jumlah lansia baik secara absolute maupun persentase mengalami peningkatan. Persentase penduduk lansia meningkat dari 9,27% pada tahun 2000 menjadi 10,57% pada tahun 2011. Hal ini antara lain disebabkan oleh meningkatnya usia harapan hidup sebagai hasil dari pembangunan di bidang kesehatan. Jumlah penduduk di Jawa Tengah pada tahun 2011 berdasarkan proyeksi penduduk tahun 2010 menjadi 3,49 juta. Provinsi Jawa Tengah termasuk satu dari provinsi di Indonesia yang berpenduduk dengan struktur tua

(lansia) (Izza, 2014).

Lansia di Tanjungpinang sendiri berdasarkan data yang penulis peroleh dari Dinas Kependudukan Kota Tanjungpinang pada tahun 2015 menurut kelompok umur yaitu pada umur 60-64 tahun berjumlah 6.999 orang, pada umur 65-69 tahun berjumlah 4.582 orang, pada umur 70-74 tahun berjumlah 3.308 orang, dan pada umur diatas 75 tahun berjumlah 3.970 orang.

Semakin bertambahnya umur manusia, maka akan terjadi proses penuaan secara degeneratif yang akan berdampak pada perubahan-perubahan, tidak hanya perubahan fisik, tetapi juga kognitif, perasaan, sosial, dan seksual. Namun yang paling sering terjadi dan yang paling menonjol pada diri lansia adalah pada perubahan fisiknya, lansia akan mengalami perubahan pada sistem tubuh, seperti sistem penginderaan, sistem saraf, sistem perkemihan, sistem reproduksi, sistem pencernaan, sistem respirasi, sistem kardiovaskuler, dan yang paling sering adalah perubahan pada sistem muskuloskeletal (Izza, 2014).

Pada lansia sistem muskuloskeletal akan mengalami beberapa perubahan seperti perubahan pada jaringan penghubung (kolagen dan elastin), berkurangnya kemampuan kartilago untuk beregenerasi, kepadatan tulang berkurang, perubahan struktur otot, dan terjadi penurunan elastisitas sendi. Hal ini yang menyebabkan sebagian besar dari lansia mengalami gangguan sistem muskuloskeletal, yang menyebabkan nyeri sendi. Penyakit-penyakit gangguan sistem muskuloskeletal yang menyebabkan nyeri sendi antara lain: *Osteoarthritis*, *Arthritis Gout*, *Arthritis Rheumatoid*, *Arthritis Infeksi* (Izza, 2014).

Arthritis Gout adalah suatu peradangan sendi sebagai tanda dan gejala dari akumulasi endapan kristal monosodium urat yang terkumpul di dalam sendi sebagai akibat dari tingginya kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia).

Tidak semua orang dengan hiperurisemia adalah penderita *Arthritis Gout* atau sedang menderita *Arthritis gout*. Akan tetapi, resiko terjadi *Arthritis Gout* lebih besar dengan meningkatnya konsentrasi asam urat di dalam darah (Helmi, 2012).

Kejadian *Arthritis Gout* bervariasi di setiap negara, seperti di Selandiabarua terdapat 1 sampai 18 ribu penduduk yang mengalami *Arthritis Gout*, Indonesia sendiri penyakit *Arthritis Gout* banyak di derita oleh penduduk minahasa, toraja dan batak, prevalensi tertinggi terdapat pada penduduk pantai, ini disebabkan karena kebiasaan mereka mengkonsumsi alkohol dalam jumlah yang besar, angka kejadian penderita *Arthritis gout* di minahasa pada tahun 2013 mencapai 29,2% (Rusnoto dkk, 2015).

Salah satu Provinsi dengan penduduk pantai adalah Provinsi Kepulauan Riau. Data dari Dinas Kesehatan tahun 2014 penyakit *Arthritis Gout* di sebanyak 4.260 jumlah kasus. Paling banyak terjadi di Kota Tanjungpinang yaitu terdapat 1.106 jumlah kasus yang mengalami *Arthritis Gout* (Dinkes Provinsi Kepri, 2014).

Puskesmas adalah tempat tujuan pertama bagi masyarakat untuk memeriksa kesehatannya. Data dari Dinas Kesehatan Kota Tanjungpinang pada tahun 2014 paling banyak pasien *Arthritis Gout* di kawasan Puskesmas Tanjungpinang yaitu terdapat 464 jumlah kasus, di Puskesmas Tanjungpinang terdiri dari 242 laki – laki, dan 222 perempuan, pengunjung yang tergolong pada lanjut usia yaitu pada umur 60-69 tahun berjumlah 50 orang laki-laki, dan 45 orang perempuan, pada usia diatas 70 tahun, terdapat 46 orang laki-laki, dan 36 orang perempuan.

Nyeri merupakan indikator utama *arthritis gout*, biasanya persendian terasa nyeri saat pagi hari (baru bangun tidur) atau malam hari, rasa nyeri pada sendi terjadi berulang-ulang, yang diserang biasanya sendi jari kaki, jari tangan, dengkul, tumit, pergelangan tangan dan siku. Pada kasus yang parah, persendian terasa sangat sakit saat bergerak.

Cara-cara untuk menurunkan nyeri sendi yaitu dengan cara terapi farmakologi, non-farmakologi dan pembedahan. Terapi non-farmakologi adalah tindakan dalam batas keperawatan yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia, adapun terapi non-farmakologi yang dapat digunakan dalam menurunkan nyeri sendi adalah pengompresan air hangat (Potter & Perry, 2006).

Terapi pengobatan Non- farmakologi 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 (Izza, 2014).

Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Hadi (2013), secara keseluruhan ada hubungan yang bermakna antara tingkat skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat rebusan jahe dengan $p\text{-value} 0,000$.

Dari banyaknya jumlah lansia di Tanjungpinang yang mengalami berbagai masalah kesehatan salah satunya yaitu nyeri sendi pada penyakit *Arthritis Gout*, dankompres hangat jahe salah satu alternatif pengobatan non farmakologi yang bisa menurunkan nyeri sendi serta belum pernah dilakukan penelitian yang serupa di Tanjungpinang maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri *Arthritis Gout* pada lansia.

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini menggunakan desain *Pra Eksperiment* dengan menggunakan rancangan *One Grup Pretest Posttest*. Pengambilan sampel diambil dengan teknik *Purposive Sampling* yang berjumlah 17 orang. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* dengan nilai $p\text{-value} 0,000 (<0,05)$.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa mayoritas usia berumur (60-74) tahun yaitu responden lanjut usia (*elderly*). Dengan bertambahnya usia pada manusia berarti semakin banyak makanan yang masuk kedalam tubuh, makanan yang masuk dalam tubuh terkadang tidak sesuai dengan takaran gizi yang pas, pola makan yang tidak sehat juga mempengaruhi terjadinya penumpukkan asam urat dalam sendi yang mengakibatkan inflamasi sehingga terjadi nyeri.

Hasil ini sejalan dengan teori Nyoman, dalam Rusnoto dkk (2015) yang mengatakan bahwa semakin bertambahnya umur maka akan terjadi perubahan pada hormon manusia sehingga resiko tinggi terjadi peningkatan asam urat dalam tubuh yang akan menyebabkan nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa lebih dari setengah jenis kelamin responden 10 (58,8%) responden laki-laki. Sejalan dengan teori dari Kapita Selekta, dalam Rusnoto (2015), bahwa penyakit asam urat dapat diderita pria maupun wanita, pada pria dan wanita terdapat hormon estrogen, hormon estrogen berfungsi membantu pembuangan asam urat melalui urin.

Sejalan dengan teori Muttaqin, dalam Rusnoto, dkk (2015) mengatakan bahwa nyeri asam urat lebih sering pada laki-laki dari pada wanita karena pada lakilaki tidak mempunyai hormon estrogen yang dapat membantu pembuangan asam urat.

2. Distribusi Karakteristik Nyeri *Arthritis Gout* Sebelum dan Setelah Diberikan Perlakuan Kompres Jahe Hangat

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Nyeri *Arthritis Gout* Sebelum dan Setelah

Diberikan Perlakuan Kompres Jahe Hangat N Median $\pm$ sd

		(min - max)	
Pre	1	7	$\pm$
test	7	8)	0,920 Pos
Variabel1		3	(2 - (n) $\pm$
		(%)	
test Lanjut Usia		7 — 5)	
16 0.86294 ,1			
(elderly)			
60-74			
Tahun			
Lanjut Usia Tua		1	5,9
(old)			
75-90			
Tahun			
		17	100
Jumlah			
		(n)	(%)
1.Laki-laki		10	58,8
2.Perempuan		7	41,2
Jumlah		17	100

Berdasarkan hasil penelitian diatas distribusi nyeri *Arthritis Gout* responden menunjukkan bahwa, nilai tengah sebelum diberikan perlakuan kepada responden yaitu 7 (nyeri berat). Nyeri berat adalah secara objektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tetapi masih merespon terhadap tindakan, dapat menunjukan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi, nafas panjang dan distraksi (Tamsuri, 2006).

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa nilai tengah setelah diberikan perlakuan kepada responden yaitu 3 (nyeri ringan). Nyeri ringan adalah secara objektif klien dapat berkomunikasi dengan baik (Tamsuri, 2006). Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan tidak menyenangkan bersifat sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda-beda setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat

menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya (Hidayat dkk, 2009).

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Wijayakusuma, dalam Izza (2014) bahwa beberapa hal yang mempengaruhi timbulnya gejala nyeri sendi adalah infeksi, pekerjaan, makanan, gangguan imunitas, kelenjar atau hormon, faktor usia, faktor genetik, psikologis, dan lingkungan. Salah satu intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri dalam menurunkan skala nyeri stimulasi kutaneus, yaitu dengan melakukan kompres jahe hangat pada pasien untuk menurunkan skala nyeri

Arthritis Gout.

Menurut asumsi peneliti bahwa responden yang menderita *Arthritis Gout* yang telah diberikan kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri *Arthritis Gout* mengalami penurunan. Hal ini menunjukkan adanya perubahan skala nyeri pada pasien yang menderita *Arthritis Gout*. Terjadinya penurunan nyeri karena adanya pengaruh dari kompres jahe hangat. Dalam penelitian ini keseluruhan responden mengalami penurunan nyeri setelah dilakukan kompres jahe hangat.

3. Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Hangat Terhadap Penurunan Nyeri *Arthritis Gout*

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Hangat Terhadap Penurunan Nyeri *Arthritis Gout*

Hasil statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon, diperoleh $p\text{ value}=0,000 (< 0,05)$, dengan demikian H_0 ditolak. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri *Arthritis Gout* pada lansia.

Pengaruh pada penurunan nyeri arthritis gout di atas disebabkan oleh adanya kompres jahe hangat dimana jahe juga dapat menghangatkan perut dan mulut, selama ribuan tahun jahe sudah dianggap sebagai bagian dari obat-obatan tradisional, Jahe memiliki rasa pedas dan bersifat hangat, jahe memiliki kandungan enzim siklo oksigenasi yang dapat mengurangi peradangan pada penderita

Arthritis Gout, selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas, dimana rasa panas ini dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah, Beberapa bahan dalam jahe diantaranya adalah gingerol, limonene, α -linolenic acid, aspartic, caprylic acid, capsaicin, chlorogenic acid, dan farnesol.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Masyhurrosyidi, dalam Susanti (2014) menunjukkan secara keseluruhan ada hubungan yang bermakna antara tingkat skala nyeri sebelum dan setelah pemberian kompres hangat rebusan jahe dengan $p\text{ value}$ 0,000. Pada data pre dan post treatment di dapatkan penurunan skala nyeri dari berat ke sedang dari skala sedang ke rendah dan tidak mengalami dari rendah ke sedang atau tinggi.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Susanti, (2014), kompres jahe hangat menggunakan jahe merupakan pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri *Arthritis Gout*.

Adapun teori lain yang sejalan dengan penelitian ini menurut Potter & Perry, (2005) kompres hangat pada area tubuh akan memberikan sinyal ke hipotalamus melalui sumsum tulang belakang karena pemberian air hangat pada area tubuh akan memberikan sinyal ke

	N	Median (min - max)	$\pm$ sd	P value
Pre test	1	7 (5 - 8)	$\pm$ 0,92	0,00
Post test	1	3 (2 - 5)	$\pm$ 0,86	2

hipotalamus melalui sumsum tulang belakang. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus di rangsang, sistem efektor mengeluarkan sinyal yang untuk memulai berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah di atur oleh pusat vasomotor pada medula oblongata dari tangkai otak, dibawah pengaruh hipotalmik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Vasodilatasi ini menyebabkan pembuangan atau kehilangan energi atau panas melalui kulit meningkat.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Arthritis Gout pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungpinang, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Hasil statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon, diperoleh hasil bahwa ada pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap penurunan nyeri Arthritis Gout pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungpinang Tahun 2016.

SARAN

Diharapkan hasil penelitian ini dapat disosialisasikan lebih lanjut kepada masyarakat dalam pemberian terapi kompres jahe hangat pada penderita nyeri sendi sehingga lansia yang mengalami nyeri persendian tinggi dapat menurun. Dapat dijadikan pencegahan apabila nyeri timbul pada penyakit Arthritis Gout dan dapat dilakukan penanganan awal yaitu dengan terapi sederhana menggunakan kompres jahe hangat.

DAFTAR PUSTAKA

Hadi, Masyhurrosyidi. (2013). *Pengaruh Kompres Hangat Rebusan Jahe Terhadap Tingkat Nyeri Sub Akut dan Kronis pada*

Lansia dengan Osteo Arthritis Lutut di Puskesmas Arjuna Kecamatan Klaten Malang Jawa Timur. Skripsi. Universitas Bradiwijaya.

Helmi, Zairin Noor. (2012). *Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal*. Jakarta : Salemba Medika.

Hidayat, et al. (2009). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.

Izza, Syarufatul. (2014). *Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangat dan Pemberian Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Skripsi. Stikes Ngudi Waluyo Ungaran.

Nugroho (2009). *Komunikasi Dalam Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.

Potter, Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta.

Rusnoto, et al. (2015). *Pemberian Kompres Hangat Memakai Jahe untuk Meringankan Skala Nyeri pada Pasien Asam Urat di Desa Kedungwungu Kecamatan Tegawanu Kabupaten Gerobogan*. Skripsi. Stikes Muhammadiyah Kudus Jawa Tengah.

Susanti, Devi. (2014). *Pengaruh Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Rematoid pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Kasih Sayang Ibu Batu Sangkar*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Sumatra Barat Bukit Tinggi.

Tamsuri (2006). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC