

Literatur Review Pengaruh Kompres Hangat Jahe terhadap Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis Lutut Pada Lansia

Risqiya Nadawati, Wahyu Ersila, Nur Izzah

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Jln.Raya Ambokembang No. 8 Kedungwuni Pekalongan Indonesia

Email: risqiyanada98@gmail.com

Abstrak: *Rheumatoid arthritis* merupakan suatu penyakit autoimun dimana persendian secara simetris mengalami peradangan yang sering menyebabkan pembengkakan dan nyeri. Sehingga memerlukan intervensi salah satu intervensi yang digunakan untuk mengurangi nyeri *rheumatoid arthritis* meliputi *infra red*, TENS (*transcutaneous electrical nerve stimulation*), kompres hangat dan laser. terapi yang dapat digunakan untuk *rheumatoid arthritis* meliputi latihan isotonik, latihan hidroterapi, latihan isometric, latihan *Range Of Motion* (ROM) dan latihan berjalan. Penelitian *literatur review* ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat jahe terhadap intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* lutut pada lansia. Desain penelitian ini menggunakan analisis *literatur review* dengan metode PICO, Alat ukur menggunakan *Numerik Rating Scale* (NRS) untuk mengukur intensitas nyeri. Berdasarkan hasil gambaran intensitas nyeri sebelum dan sesudah didapat nilai mean sebelum 5,03 dan sesudah adalah 2,78. Hasil uji intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* lutut pada lansia sebelum dan sesudah di berikan intervensi di dapatkan $p\text{ value} < 0,001$, menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan intervensi kompres hangat jahe terhadap intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* lutut pada lansia. Saran diharapkan bagi profesi fisioterapi kompres hangat jahe dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri.

Kata kunci : kompres hangat jahe, intensitas nyeri, *rheumatoid arthritis*

PENDAHULUAN

Rheumatoid arthritis adalah suatu penyakit autoimun dimana persendian secara simetris mengalami peradangan, sehingga terjadi pembengkakan dan nyeri disebabkan karena kerusakan dalam sendi. Penyakit ini menyerang semua orang dan ras, kejadian pada wanita yang berumur 60 tahun enam kali lipat lebih besar dibandingkan wanita usia muda, dan ditemukan di seluruh dunia. Perbandingan antara wanita dan pria sebesar 3:1 (Siregar, 2016). Penyebab dari *rheumatoid arthritis* sampai saat ini belum diketahui secara pasti, namun faktor

predisposisinya adalah mekanisme imunitas (antigen-antibodi), faktor metabolik, dan inveksi virus (Saputri, 2017).

Faktor resiko yang berhubungan dengan peningkatan *rheumatoid arthritis* dibedakan menjadi dua yaitu faktor resiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor resiko yang dapat dimodifikasi. Dari semua faktor resiko untuk timbulnya *rheumatoid arthritis* faktor usia

Gejala utama yang sering dijumpai pada pasien *rheumatoid arthritis* adalah nyeri persendian, bengkak (*Rheumatoid nodule*), kekakuan pada sendi terutama setelah bangun tidur pada pagi hari, terbatasnya pergerakan, sendi-sendi terasa panas, tampak warna kemerahan di sekitar sendi, perubahan ukuran pada sendi dari ukuran normal, keterbatasan lingkup gerak sendi. Hal ini karena terjadinya

adalah yang terkuat (Damanik, 2019). Menurut literatur Handayani, Eunike & Lindawati (2019), menyatakan bahwa Prevelensi penyakit sendi sering terjadi pada umur ≤ 75 tahun (33%), diiringi umur 65-74 tahun (30,6%) dan 55-64 tahun (25,2%). Di Indonesia prevelensi nyeri *reumatoid arthritis* 23,3%-31,6% dari jumlah penduduk Indonesia (Ali, Gumiarti & Yuwanto, 2018).

kerusakan menyeluruh dari tulang rawan, ligamen, tendon, dan tulang, sehingga menghasilkan penurunan rongga sendi dan penggesekan ujung tulang satu sama lain di dalam sendi yang dapat mengakibatkan rasa nyeri (Sari, 2017, hal. 89). Penderita *rheumatoid arthritis* mengeluhkan rasa nyeri muncul saat diam yaitu sebesar (63,6%) (Hidayati, 2018).

Penanganan fisioterapi yang dilakukan penelitian ini adalah

dengan memberikan kompres hangat jahe. Kompres hangat jahe merupakan terapi alternatif yang dapat dilakukan secara mandiri untuk mengurangi rasa nyeri, karena jahe mempunyai manfaat yang beragam, antara lain sebagai rempah, pemberi aroma, ataupun sebagai obat. Kegunaan jahe antara lain mengobati reumatik, asma, stroke, sakit gigi, diabetes, sakit otot, sakit tenggorokan, nyeri. Kandungan jahe secara kimia, seperti gingoel, shogaol, dan zingerone memberi efek farmakologi dan fisiologi seperti antioksidan, antiinflamasi, analgesic (Ali, Gumiarto, Yuwanto, 2020).

Pemberian kompres hangat jahe yang dilakukan untuk mengurangi nyeri dapat terjadi karena pemindahan panas dari kompres hangat kedalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah, dan akan terjadi penurunan

ketegangan sehingga nyeri sendi yang dirasakan pada penderita *rheumatoid arthritis* dapat berkurang bahkan menghilang. Dan kompres hangat jahe berfungsi untuk mengatasi nyeri, dimana panas dapat meredakan iskemia dengan menurunkan kontraksi otot dan melancarkan pembuluh darah sehingga dapat meredakan nyeri dengan mengurangi ketegangan dan meningkatkan perasaan nyaman, meningkatkan aliran darah pada persendian. Manfaat nonfarmakologi mudah dilakukan, tindakan tersebut mungkin dapat mempersingkat episode nyeri, dan biaya tidak terlalu besar. (Sarah, 2019)

METODE PENELITIAN

Pemilihan Artikel

Desain penelitian ini menggunakan analisis *literatur review* dengan metode PICO yang terdiri dari

patient/problem/population, intervention, comparator/control dan outcome.

Identifikasi Data/Ekstraksi Data

Penelitian ini menggunakan penelusuran literatur melalui *database online* yaitu *Google Scholar* & *Crossref* dengan kata kunci: kompres hangat jahe, intensitas nyeri, *rheumatoid arthritis*. Identifikasi data diperoleh 5 artikel/jurnal yang telah memenuhi kriteria inklusi dan layak digunakan untuk dianalisis lebih lanjut.

Analisis Data

Analisa data yang digunakan adalah, sebagai berikut:

1. Analisis *Univariat*

Dilakukan untuk mengetahui rerata atau means intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* lutut pada lansia sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

2. Analisa *Bivariat*

Digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh terhadap intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres hangat jahe. Pada penelitian ini dilakukan terlebih dahulu uji normalitas data menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dimana jumlah responden yang akan digunakan ≥ 50 . Adapun hasil uji normalitas didapatkan data berdistribusi tidak normal yaitu dengan p value 0,001, sehingga uji statistik yang digunakan adalah uji *Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Hasil Analisis Data/Literatur Review

Hasil analisis dari 2 artikel penelitian yaitu terdapat 35 responden yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Karakteristik responden berdasarkan umur rata-rata

kisaran 45 – 90 tahun. Penilaian intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan tindakan menunjukkan bahwa ada perubahan skalaintensitas nyeri menggunakan NRS, maka dapat disimpulkan bahwa ada penurunan intensitas nyeri pada kondisi *rheumatoid arthritis*

2. Gambaran intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres hangat jahe pada Lansia dengan *rheumatoid arthritis* lutut

Gambaran intensitas nyeri sebelum dan sesudah tindakan intervensi dari 77 responden didapat mean sebelum tindakan 5.03 dan sesudah tindakan mean 2.78.

3. Pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* lutut pada lansia

Analisa statistika menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan hasil p value sebesar $<0,001$, maka *Hoditolak* yang artinya ada pengaruh yang signifikan kompres hangat jahe terhadap intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* lutut pada lansia.

Pembahasan

1. Gambaran intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres hangat jahe pada Lansia dengan *rheumatoid arthritis* lutut

Berdasarkan hasil 5 literatur gambaran intensitas nyeri sebelum dan sesudah tindakan intervensi dari 77 responden didapat mean sebelum tindakan 5.03 dan sesudah tindakan mean 2.78.

Hasil dari 2 artikel penelitian dari 35 responden terdapat 21 responden berjenis kelamin perempuan dan 14 responden

berjenis kelamin laki-laki. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak terkena *rheumatoid arthritis* dari pada responden dengan jenis kelamin laki-laki.

Hal ini berbanding lurus dengan penelitian yang dilakukan oleh Purba, Marlina & Arianto (2018) yang menyatakan bahwa prevelensi nyeri sendi lebih banyak terjadi pada wanita dari pada laki-laki hal ini dikarenakan pengaruh hormone. Hormone yang dimaksud adalah hormone estrogen dimana hormone pada wanita berperan untuk mengatur siklus menstruasi dan massa tulang. Sehingga terjadi ketidakseimbangan osteoblas dan osteoklas yang mengakibatkan penurunan masa tulang sehingga menyebabkan tulang menipis,

berongga, kekauan sendi, pengelupasan tulang rawan sendi sehingga terjadi nyeri sendi (Maria, 2019).

Sejalan dengan bertambahnya usia pada lanjut usia berbagai penyakit sering terjadi salah satunya yaitu penyakit *rheumatoid arthritis*. Diperkirakan penderita rematik di dunia telah mencapai 335 juta jiwa. Angka ini akan terus meningkat pada tahun 2025 diperkirakan lebih dari 25% akan mengalami kondisi kelumpuhan akibat kerusakan tulang dan penyakit sendi. Pada suatu survey radiografi pada wanita dibawa 40 tahun hanya 2% menderita osteoarthritis, akan tetapi pada usia 45-60 tahun angka kejadiannya 30% sementara orang-orang diatas 61 tahun angka kejadian lebih dari 65% (Andriani,2016).

2. Pengaruh kompres hangat jahe terhadap intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* lutut pada lansia.

Berdasarkan hasil 5 literatur Dari hasil analisa statistik menggunakan uji *Wilcoxon* pada masing-masing penilaian intensitas nyeri sebelum dan sesudah didapatkan hasil *p value* sebesar $<0,001$, maka H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh yang signifikan kompres hangat jahe terhadap intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* lutut pada lansia. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Ali, Gumarti & Yuwanto (2018), dimana hasil penelitian menyebutkan ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri sendi lutut *rheumatoid arthritis* dikarenakan kompres jahe

memiliki kandungan gingerol yang mengandung siklooksigenase yang bisa membantu menghambat terbentuknya prostaglandin sebagai mediator nyeri sendi.

Sesuai dengan penjelasan dari jurnal Arman et al (2019) Jahe juga mempunyai khasiat seperti antihelmantik, antirematik, dan peluruh masuk angin. Jahe mempunyai efek untuk menurunkan sensasi nyeri juga meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang mengalami kerusakan, penggunaan panas pada jahe selain memberi reaksi fisiologis, antara lain meningkatkan respon anti inflamasi. Kompres hangat jahe akan mengakibatkan *vasodilatasi* pembuluh darah yang nantinya akan membuat sirkulasi darah meningkat yang berdampak

pada rileksasi otot-otot sekitar lutut sehingga dapat menurunkan nyeri. (Khatri, 2018 h.97).

KESIMPULAN DAN SARAN

Intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* sebelum dan sesudah tindakan intervensi didapat nilai mean sebelum tindakan adalah 5.03 dan sesudah tindakan nilai mean adalah 2.78 sehingga disimpulkan, ada pengaruh yang signifikan pemberian kompres hangat jahe terhadap intensitas nyeri *rheumatoid arthritis* lutut pada lansia dengan nilai $p\text{ value} \leq 0,001$.

Saran diharapkan bagi profesi fisioterapi kompres hangat jahe dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri.

DAFTAR PUSTAKA

Ali, M., & Yuwanto, M. A. (2018). Effect of Warm Compression of Gold Emprit to the Reduction of Remathoid Arthritis Joint Pain in Elderly in Wesdha Tresna Social

Social (Pstw) Bondowoso. *Jurnal Kesehatan dr. Soebandi*, 6(1).

Andriani, M. (2016). Pengaruh kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lanjut usia. *Jurnal ipteks terapan*. 10(1). 34-46.

Arman, E., Yanti, E., Mimitri, M., & Nofia, V. R. (2019). Pengaruh kompres hangat jahe merah (*Zingiber Officinale Rosc*) terhadap rasa nyeri pada pasien Rheumathoid Arthritis. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 10(1), 8-17.

Damaiyanti, S., & Siska, T. Y. (2014). Pengaruh Kompres Jahe Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Artritis Rhematoid Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Kanagarian Cubadak Batu Sangkar 2012. *'AFIYAH*, 1(2)

Damanik, D. N. (2019). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Yang Mengalami Reumatoid Artritis Di Desa Kotasan Kecamatan Galang. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 4(1), 9-15.

Denny, A. (2019). Intervensi Fisioterapi pada Kasus

- Osteoarthritis Genu di RSPAD Gatot Soebroto. *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 1(2).
- Handayani, D. (2019) Pengaruh latihan isometrik terhadap peningkatan kemampuan fungsional pasien *rheumatoid arthritis* di Wilayah kerja Puskesmas Kedungwuni Kabupaten Pekalongan. Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
- Handayani, P, K, Eunike, E & Lindawati. (2019) *Pain reduction techniques: compration of warm compress and red ginger compress in women with knee pain*. Jurnal manajemen asuhan keperawatan Vol.3 No. 2 Juli 2019, Halaman 1-7
- Hayes, W.K & Hall, D.K. (2015). *Agens Modalitas untuk Praktik Fisioterapi*. Jakarta, EGC.
- Hidayati, D. (2018). Gambaran Respon Fisiologi Penderita Rheumatoid Arthritis di Komunitas. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Ivan, A. (2013). Penilaian dan diagnostik nyeri. Di lihat pada tanggal 16 juni 2020 <<http://ivan-atjeh.blogspot.com/2013/07/pe-nilaian-dan-diagnostik-nyeri.html?m=1>
- Kisner, C & Colby, A.L. (2014). *Terapi Latihan Dasar dan Teknik*. Jakarta, EGC.
- Kisner, C & Colby, A.L. (2017). *Intisari Terapi Latihan Buku Praktik Klinik*. Jakarta, EGC.
- Lorica, J. (2019). Warm Compress Reduced Pain Intensity of Arthritis Rheumatoid for Elderly People; Pre-and Post-test Design Study. *KnE Life Sciences*, 1-10.
- Nofitasari, D., Purnomo, I., & Nugroho, S. T. (2019). The Difference Effectiveness Between Ginger Stew Compress And Warm Water Compress To Decrease Pain Scale In Rheumatoid Arthritis In Kenconorejo Village, Batang Regency. In *International Nursing Conference on Chronic Diseases Management* (pp. 168-172).
- Mardana, P, R,K & Aryasa, T. (2017). Penilain Nyeri. Universitas Udayana
- Masyeni, M, A, K, 2018, „Rheumatoid Arthritis“, Pengalaman Belajar Lapangan S.Ked, Universitas Udayana.
- Prasetyo, A, D. (2019). Upaya menurunkan intensitas nyeri melalui kompres serai hangat pada asuhan keperawatan gerontik. *Ejournal.itspku.ac.id*
- Rahayu, H. T., Sri, N., & Sunardi, S. (2017, October). The Effectiveness of Red Ginger Compress Therapy (Zingiber

- officinale rosc. var. rubrum) on Elders with Joint Pain. In *Health Science International Conference (HSIC 2017)*. Atlantis Press.
- Saputri, A, R. (2017). Kejadian *arthritis rheumatoid* pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Minaula Kendari. Politeknik Kesehatan Kendari
- Sari, D. E. (2017). Pengaruh Terapi Kompres hangat dalam menurunkan skala nyeri pada penderita arthritis rheumatoid di Wilayah kerja puskesmas 4 ULU Palembang Tahun 2015. *Masker Medika*, 5(1), 88-95.
- Siregar, Y. (2016). Gambaran Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Arthritis Rheumatoid Pada Lansia Di Panti Jompo Guna Budi Bakti Medan Tahun 2014. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 2(2), 104-110.
- Sunarti, S. (2018). Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscoe) terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Lansia di Upt. Pelayanan Sosial Lanjut Usia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan. *Jurnal Keperawatan Priority*, 1(1).
- Syaifuddin, H. (2011). *Anatomi Fisiologi Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Jakarta, EGC.
- Tunny, R., Djarami, J., & Tambipessy, Y. T. Y. (2018). The Effect of Warm Ginger Compress Toward Pain Level of Arthritis Gout Sufferer in Waimital Village, Kairatu Subdistrict, West of Seram Regency. *Health Notions*, 2(7), 788-791.
- Widiarti. (2016). *Buku Ajar Pengukuran dan Pemeriksaan Fisioterapi*. Yogyakarta, Deepublish.
- Zakiyah, A. (2015). *Nyeri Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Jakarta, Salemba Medika.