



Article

**KOMPRES JAHE HANGAT TERHADAP INTENSITAS NYERI ARTRITIS RHEUMATOID PADA LANSIA**

Musmuliadin<sup>1</sup>, Chandra Irawan<sup>2</sup>, Wa Ode Yulinar<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan IST Buton, Indonesia

<sup>2</sup>Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: May 14, 2024  
Final Revision: June 05, 2024  
Available Online: June 07, 2024

KEYWORDS

Nyeri, Arthritis Rheumatoid, Kompres Jahe Hangat

CORRESPONDENCE

Phone: 082247385041  
E-mail: mmus7199@email.com

**A B S T R A C T**

Penderita Rheumatoid Arthritis diseluruh dunia telah mencapai angka 355 juta jiwa, artinya 1 dari 6 orang di dunia ini menderita reumatoid arthritis. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25% akan mengalami kelumpuhan. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh kompres jahe hangat terhadap intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia di Puskesmas Bukit Wolio Indah Kota Baubau.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian quasi eksperimen, dengan desain penelitian one group pre-test and post- test, dimana kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (posttest). Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 50 orang.

Hasil penelitian diperoleh intensitas nyeri arthritis rheumatoid sebelum diberikan kompres jahe hangat tertinggi nilai 8 yaitu 15 orang (30,0%) dan terendah nilai 6 yaitu 7 orang (14,0%), dan setelah diberikan kompres jahe tertinggi nilai 6 yaitu 16 orang (32,0%) dan terendah nilai 2 yaitu 3 orang (6,0%). Ada pengaruh kompres jahe hangat terhadap intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia.

**I. INTRODUCTION**

Rheumatoid arthritis merupakan gangguan auto imun. Artinya, penyakit ini muncul ketika system kekebalan tubuh secara keliru menyerang jaringan tubuh kita sendiri. Selain menyebabkan masalah rheumatoid arthritis kadang-kadang dapat mempengaruhi organ

tubuh lainnya, seperti kulit, mata, paru-paru, dan pembuluh darah (Savitri, 2016).

World Health Organization (WHO) tahun 2020 mengatakan bahwa 20% penduduk dunia terserang penyakit Rheumatoid Arthritis, 5-20 tahun prevalensi sebesar 5- 10% dan 20% yang berusia 55 tahun. Penderita Rheumatoid Arthritis

diseluruh dunia telah mencapai angka 355 juta jiwa, artinya 1 dari 6 orang di dunia ini menderita reumatoid arthritis. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25% akan mengalami kelumpuhan.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018) jumlah penduduk di Indonesia yaitu 267,7 juta jiwa dan angka prevalensi penderita rheumatoid arthritis di Indonesia mencapai 7,30% dengan perbandingan prevalensi penyakit sendi lansia terendah yang terjadi di Sulawesi Barat 3,2%, dan prevalensi tertinggi di Aceh 13,3%. Sedangkan prevalensi penyakit sendi menurut kelompok umur yaitu umur 55-64 tahun 15,5 %, umur 65-74 tahun 18,6% dan umur lebih dari 75 tahun 18,9 %, sedangkan pada umur 15-24 tahun 1,2%, umur 25-34 tahun 3,1%, umur 35-44 tahun 6,3%, dan umur 45-54 tahun 11,1%. Artinya penyakit rheumatoid arthritis yang dialami oleh kelompok umur lansia lebih tinggi dari pada kelompok umur lain (Kemenkes RI, 2018).

Penatalaksanaan rheumatoid arthritis (RA) dapat dilakukan dengan metode terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dikaitkan dengan kepatuhan dalam mengkonsumsi seperti obat analgesik, opioid, dan anti *inflamasi non steroid* (NSAIDS). Misalnya asam mefenamat, celococib, diklofenak, ibuprofen, piroxicam, meloxicam (Sari, 2018). Sedangkan pada teknik non farmakologi dapat di berikan kompres panas, kompres dingin, teknik relaksasi, pendidikan (edukasi) kesehatan dan senam reumatik (Afnuhazi, 2018).

Terapi kompres merupakan salah satu terapi non farmakologis untuk menurunkan nyeri. Kompres dapat dibedakan menjadi dua jenis tindakan, yaitu kompres panas dan kompres dingin. Kompres jahe merupakan pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri rheumatoid arthritis. Kandungan enzim siklo-oksigenasi pada kompres jahe hangat dapat mengurangi peradangan pada penderita arthritis rheumatoid. Jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas yang dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme

otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah, manfaat yang baik akan tercapai dalam waktu 30 menit sesudah pengompresan.

Hasil penelitian Maria (2019), dengan judul penelitian pengaruh kompres jahe hangat terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis reumatoid pada lansia, dengan hasil penelitian menunjukkan rata-rata skala nyeri sebelum diberikan intervensi sebesar 4.23 (SD=1.454) dan setelah diberikan intervensi sebesar 2.96 (SD = 1.39). Kesimpulannya terdapat pengaruh kompres air jahe hangat terhadap penurunan skala nyeri pada pasien arthritis rheumatoid. Intervensi kompres air jahe hangat dapat direkomendasikan sebagai bagian dari intervensi keperawatan keluarga pada diagnose nyeri arthritis rheumatoid pada lansia di keluarga.

Data Puskesmas Bukit Wolio Indah, jumlah kasus atritis reumatoid pada tahun 2020 yaitu 157 kasus, tahun 2021 yaitu 206 kasus, tahun 2022 yaitu 213 kasus sedangkan tahun 2023 periode Januari-April jumlah atritis reumatoid yaitu 57 kasus. Dari masalah tersebut diatas maka saya tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Kompres jahe hangat terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia.

## II. METHODS

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian quasi eksperimen, dengan desain penelitian *one group pre-test and post- test*, dimana kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (posttest) (Arikunto, 2019).

Subjek penelitian sampel dalam penelitian ini yaitu 50 orang. Menggunakan teknik Sempel Random sampling dimana seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

### III. RESULT

**Tabel 4.1**  
**Distribusi Nyeri Arthritis Rheumatoid Responden Sebelum Diberikan Kompres Jahe Hangat**

<b>Nyeri Arthritis Rheumatoid Sebelum</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
5 (Nyeri sedang)	8	16.0
6 (Nyeri sedang)	7	14.0
7 (Nyeri berat)	11	22.0
8 (Nyeri berat)	15	30.0
9 (Nyeri berat)	9	18.0
Total	50	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 4.5 diperoleh dari 50 responden, sebelum diberikan kompres jahe hangat nyeri arthritis rheumatoid terbanyak nilai 8 yaitu 15 orang (30,0%) dan terendah nilai 6 yaitu 7 orang (14,0%).

**Tabel 4.2**  
**Distribusi Nyeri Arthritis Rheumatoid Responden Setelah Diberikan Kompres Jahe Hangat**

<b>Nyeri Arthritis Rheumatoid Setelah</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
2 (Nyeri ringan)	3	6.0
3 (Nyeri ringan)	6	12.0
4 (Nyeri sedang)	9	18.0
5 (Nyeri sedang)	10	20.0
6 (Nyeri sedang)	16	32.0
7 (Nyeri berat)	6	12.0
Total	50	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 4.2 diperoleh dari 50 responden, setelah diberikan kompres jahe hangat nyeri arthritis rheumatoid terbanyak nilai 6 yaitu 16 orang (32,0%) dan terendah nilai 2 yaitu 3 orang (6,0%).

**Tabel 4.3**  
**Pengaruh Kompres Jahe Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Artritis Rheumatoid Pada Lansia**

Nyeri Artritis Rheumatoid		Rank		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nyeri Setelah – Nyeri Sebelum	Negative Ranks	50 <sup>a</sup>	25.50	1275.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	50		
Asymp.Sig. (2-tailed)		0,000		

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 4.3 diperoleh bahwa hasil negative ranks ada 50 responden yang mengalami penurunan intensitas nyeri artritis rheumatoid setelah dilakukan kompres jahe hangat dan pada positif ranks tidak ada penurunan nyeri artritis rheumatoid sedangkan pada nilai ties, tidak ada kesamaan nilai sebelum dan setelah kompres jahe hangat.

Hasil uji non parametric Wilcoxon diperoleh nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh kompres jahe hangat terhadap intensitas nyeri artritis rheumatoid pada lansia di Puskesmas Bukit Wolio Indah Kota Baubau.

#### IV. DISCUSSION

Hasil penelitian diperoleh bahwa hasil negative ranks ada 50 responden yang mengalami penurunan intensitas nyeri artritis rheumatoid setelah dilakukan kompres jahe hangat dan pada positif ranks tidak ada penurunan nyeri artritis rheumatoid sedangkan pada nilai ties, tidak ada kesamaan nilai sebelum dan setelah kompres jahe hangat. Hasil uji non parametric Wilcoxon diperoleh nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh kompres jahe hangat terhadap intensitas nyeri artritis rheumatoid pada lansia di Puskesmas Bukit Wolio Indah Kota Baubau.

Sesuai dengan teori yang dikemukakan Hasim dalam Agustina et al (2023) yang menyatakan bahwa, kompres hangat dengan jahe adalah salah satu kombinasi antara terapi hangat dan terapi relaksasi yang bermanfaat pada penderita nyeri sendi. Jahe mengandung senyawa Phenol yang terbukti memiliki efek

anti radang dan diketahui ampuh mengusir penyakit sendi juga ketegangan yang dialami otot sehingga dapat memperbaiki sistem muskuloskeletal yang menurun. Selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas dimana rasa panas ini dapat meredakan rasa nyeri, kaku dan spasme otot serta terjadinya vasodilatasi pembuluh darah.

*Rheumatoid arthritis* adalah kondisi dimana sendi terasa nyeri akibat adanya peradangan yang disebabkan karena terjadinya gesekan ujung-ujung tulang penyusun sendi. Walaupun penyakit ini tidak menyebabkan kematian, namun dapat mengakibatkan masalah medik seperti nyeri, psikologis yang bisa menimbulkan cemas karena rasa nyeri, sulit tidur dan gelisah, serta terganggunya interaksi di lingkungan sekitar. Penanganan nyeri pada lansia dengan *rheumatoid arthritis* merupakan hal yang perlu mendapatkan perhatian karena jika penanganan nyeri benar

dan tepat, maka nyeri *rheumatoid arthritis* dapat terkontrol, dan terhindar dari komplikasi seperti gangguan fungsi bahkan kelumpuhan. Namun, saat ini masih banyak lansia yang belum mengetahui tentang cara penanganan tersebut. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan pada lansia tentang hal-hal apa saja yang harus diketahui dalam penanganan nyeri *rheumatoid arthritis* (Masruroh, 2020)

Penelitian yang dilakukan Masruroh (2020), dimana diperoleh nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , yang berarti bahwa kompres jahe hangat memiliki efek yang signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri rheumatoid arthritis. Sehingga ditarik kesimpulan ada pengaruh pemberian kompres jahe hangat terhadap intensitas nyeri rheumatoid arthritis pada lansia.

Sedangkan penelitian yang dilakukan Agustina et al (2023), diperoleh hasil bahwa Ada pengaruh kompres hangat dengan jahe terhadap intensitas nyeri pada lansia dengan arthritis *rheumatoid* ( $p=0,000$ ), dengan perbedaan rata-rata skor sebesar 1,77.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berasumsi bahwa setelah dilakukan pemberian kompres jahe hangat didapatkan hasil keseluruhan lansia mengalami penurunan intensitas nyeri dengan rata-rata penurunan intensitas nyeri sebesar 2,24, ini dikarenakan lanjut usia yang menjadi sampel sangat kooperatif dan aktif dalam mengikuti petunjuk atau instruksi dari peneliti. Seperti yang telah dijelaskan bahwa berkurangnya intensitas nyeri tersebut dapat terjadi karena panas dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah. Secara fisiologis respon tubuh terhadap panas yaitu menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan kekentalan darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatnya permeabilitas kapiler, dan dengan hantaran panas maka akan terjadi vasodilatasi atau pelebaran pembuluh darah, sehingga penderita *arthritis rheumatoid* akan merasa lebih nyaman..

## V. CONCLUSION

1. Hasil intensitas nyeri arthritis rheumatoid sebelum diberikan kompres jahe hangat tertinggi nilai 8 yaitu 15 orang (30,0%) dan terendah nilai 6 yaitu 7 orang (14,0%).
2. Hasil intensitas nyeri arthritis rheumatoid setelah diberikan kompres jahe tertinggi nilai 6 yaitu 16 orang (32,0%) dan terendah nilai 2 yaitu 3 orang (6,0%).
3. Ada pengaruh kompres jahe hangat terhadap intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia dengan nilai uji Wilcoxon diperoleh nilai  $p = 0,000 < 0,05$

## REFERENCES

- Maria, D. 2019. Pengaruh Kompres Jahe Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis Reumatoid Pada Lansia. *JSS (Jurnal Scientific Solutem)*, 2(1), 24–29.
- Kemendes RI. 2018. *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Sari, C. A. P. 2018. *Gambaran Penggunaan Obat Rheumatoid Arthritis Pada Pasien Rheumatoid Arthritis Lansia Di Instalasi Rawat Jalan RSUD Tidar Kota Magelang*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Afnuhazi, R. 2018. Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Rematik Pada Lansia. *Menara Ilmu*, 12(1).
- Agustina, N., Surahmat, R., Akhriansyah, M., Emiliyasi, D., & Saputra, M. A. S. 2023. Kompres Hangat dengan Jahe Sebagai Metode Pengurangan Intensitas Nyeri Pada Lansia dengan Arthritis Rheumatoid. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 251–259.
- Masruroh, M. 2020. *Pengaruh kompres hangat jahe terhadap intensitas nyeri rheumatoid arthritis pada lansia di Puskesmas Pembantu Desa Gulbung Kabupaten Sampang*. Universitas Muhammadiyah Gresik.