

PENERAPAN KOMPRES JAHE HANGAT DALAM MENURUNKAN NYERI SENDI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID ATHRITIS

¹Syarkawi, ²Syukriyah, ³Rina Karmila

Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh
Email: cekawiersuza@gmail.com

ABSTRAK

Rheumatoid arthritis merupakan gangguan autoimun yang menyebabkan peradangan sendi yang mengakibatkan nyeri, bengkak, dan kerusakan sendi sinovial yang terjadi secara kronis. Cara menurunkan nyeri sendi pada lansia adalah dengan kompres jahe hangat merupakan penerapan untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia rheumatoid arthritis. Penelitian ini bertujuan menggambarkan asuhan keperawatan dengan melakukan penerapan kompres jahe hangat dalam menurunkan nyeri sendi pada lansia. Desain penelitian adalah deskriptif menggunakan metode pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan format pengkajian, lembar observasi, SOP kompres jahe hangat. Responden dalam penelitian yaitu 2 orang lansia rheumatoid arthritis, kooperatif, tidak ada penyakit kronis lainnya dan tidak mengkonsumsi obat-obatan nyeri sendi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri sebelum dilakukan intervensi pada subjek I yaitu 6 (sedang) dan pada subjek II yaitu 5 (sedang). Skala nyeri sesudah dilakukan intervensi pada subjek I yaitu 0 (tidak ada) dan pada subjek II yaitu 1 (ringan). Penelitian ini membuktikan bahwa kompres jahe hangat efektif dalam menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan rheumatoid arthritis. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu terapi nonfarmakologi menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan rheumatoid arthritis.

Kata Kunci: Kompres Jahe Hangat, Nyeri, Rheumatoid Arthritis.

ABSTRACT

Rheumatoid arthritis is a autoimmune disorder that causes joint inflammation resulting in pain, swelling, stiffness, and synovial joint damage that occurs chronically One way to reduce pain in patients with rheumatoid arthritis with warm ginger compresses, ginger has pharmacological effects, namely hot and spicy taste, which can relieve pain, stiffness, and muscle spasms or the occurrence of vasodilation of blood vessels, maximum benefits will be achieved within 20 minutes after heat application. This study aims to see how the application of warm ginger compresses in reducing joint pain in the elderly with rheumatoid atritis. This type of research is descriptive by using a case study approach method with interview and observation methods before and after therapy.. Based on the results of the study, there were changes in the scale of rheumatic pain in the elderly before and after the application of compress therapy. While in subject I the pain scale from 6 (moderate) While in subject II On the first day the pain scale from 5 (moder ate). While in subject I the pain scale from) the pain application has disappeared. While in subject II On the first day the pain scale from5 dropped to 1 (mild) rheumatoid arthritis.

Keywords: Warm Ginger Compress, Pain, Rheumatoid Arthritis.

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih (Sunaryo, 2015). Pada lansia sistem muskuloskeletal akan mengalami beberapa perubahan seperti perubahan pada jaringan penghubung (kolagen dan elastin), berkurangnya kemampuan kartilago untuk berdegenerasi, kepadatan tulang berkurang, perubahan struktur otot, dan terjadi penurunan elastisitas sendi. Hal ini menyebabkan sebagian besar dari lansia mengalami gangguan sistem muskuloskeletal, yang menyebabkan nyeri sendi salah satunya rheumatoid arthritis (Susarti & Romadhon, 2019). Rheumatoid Arthritis adalah penyakit peradangan sistemis kronis yang tidak diketahui penyebabnya dengan manifestasi pada sendi perifer dengan pola simetris (Virgo, 2019).

Rheumatoid Arthritis (RA) merupakan suatu penyakit autoimun pada persendian tangan dan kaki yang mengalami peradangan sehingga menyebabkan terjadinya pembengkakan, nyeri dan dapat menyebabkan kerusakan pada bagian sendi

(Junaidi, 2014). Reumatik adalah penyakit yang menyerang persendian dan struktur di sekitarnya. Penyakit rematik sering sekali dihubungkan dengan terminologi arthritis yang berhubungan dengan lebih dari 100 penyakit termasuk rheumatoid arthritis, osteoarthritis, gouty arthritis, spondiloarthritis, lupus eritematosus sistemik, skleroderma, dan lain-lain (American College of Rheumatology, 2012).

World Health Organisation (WHO) tahun 2020 Angka kejadian rematik mencapai 20% dari penduduk dunia, dimana 5-10% adalah mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% mereka yang berusia 55 tahun.

Penderita Reumathoid Arthritis di Indonesia belum diketahui dengan pasti, namun saat ini diperkirakan tidak kurang dari 1,3 juta orang menderita Reumathoid Arthritis di Indonesia dengan perhitungan berdasarkan angka prevelensi Reumathoid Arthritis di dunia antara 0,5-1%, dari jumlah penduduk Indonesia 268 juta jiwa pada tahun 2020. Data di Indonesia menunjukkan pada di daerah bendungan

Jawa Tengah didapatkan prevalensi Reumatoid Arthritis yaitu 0,34%. Data di Malang menunjukkan pada penduduk berusia diatas 40 tahun didapatkan prevalensi Reumatoid Arthritis 0,5% di daerah Kotamadya dan 0,6% di daerah Kabupaten (Darmawan 2020).

Riskesdas (2018) jumlah penderita Arthritis Rheumatoid di Indonesia mencapai 7,30%. Seiring bertambahnya jumlah penderita Arthritis Rheumatoid di Indonesia justru tingkat kesadaran dan salah pengertian tentang penyakit ini cukup tinggi. Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan mengungkapkan presentase penyakit sendi berdasarkan dokter di wilayah Jawa Tengah, usia 45 - 54 tahun sebanyak 11,1%, usia 55 - 64 tahun sebanyak 15,5%, usia 65 – 74 tahun sebanyak 18,6 % , dan usia diatas 75 tahun sebanyak 18,9 % . Berdasarkan presentase tersebut tampak bahwa semakin bertambah usia semakin tinggi tingkat presentase yang mengalami masalah nyeri sendi dan mengalami nyeri (Dinas Kesehatan, 2015).

Dinas Kesehatan Aceh (2020) prevalensi penyakit rheumatoid arthritis terbanyak berada di Aceh Besar terdapat 1676 kasus, Aceh Barat Daya yaitu 950 kasus, Aceh Jaya yaitu 743 kasus, Bireuen terdapat 677 kasus, Aceh Tamiang terdapat 546 kasus, Pidie terdapat 243 kasus.

Rheumatoid Arthritis (RA) diawali dengan persendian yang terasa kaku dan bisa berujung pada kelumpuhan permanen, penyakit ini bisa terjadi pada siapapun baik itu pria dan juga wanita. Penyakit RA jika dibiarkan terus berlanjut akan berada dalam tahapan 2 tahun gangguan biasa, gangguan biasa yang bisa menyebabkan gangguan sendi pembengkakan dan nyeri, 10 tahun gangguan berat yang bahkan bisa membuat tubuh menjadi lumpuh (Hendayani & Sari, 2018).

Penyakit ini tidak menyebabkan kematian namun penyakit rheumatoid arthritis dapat mengakibatkan masalah medik (nyeri), psikologis (cemas karena rasa nyeri, sulit tidur dan gelisah), ekonomi (berkurangnya penghasilan ekonomi keluarga akibat dari efek samping penyakit

yang diderita dan penggunaan obat-obatan sintesis) dan sosial (terganggunya interaksi dilingkungan sekitar).

Penyakit rheumatoid arthritis harus mendapat perhatian dalam penanganannya terutama pada lansia sebagai upaya penting dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat, baik dinegara maju maupun Negara berkembang. Penanganan masalah pada seseorang yang menderita rematik yaitu, dengan penilaian gaya hidup pada penderita rematik karena pola makan perlu dijaga dengan mengurangi makanan tinggi kolesterol dan olah raga yang cukup. Selain itu pengobatan secara farmakologis juga dapat dilakukan misalnya dengan mengoleskan obat-obatan topikal, pemberian obat-obat peroral seperti analgetik untuk mengurangi nyeri pada rematik dan dapat dengan pengobatan menggunakan obat-obat tradisional seperti terapi non farmakologi yaitu: kompres jahe hangat, terapi hipnotis, kompres dingin, terpi musik distraksi, akupuntur.

Kompres hangat dengan jahe dapat mengurangi nyeri pada penderita arthritis

rheumatoid karena jahe memiliki kandungan enzim siklo-oksigenase. Selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas, dimana dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah, efek maksimal tersebut akan dicapai dalam waktu 20 menit sesudah aplikasi panas (Sari, 2021).

Cara untuk mengurangi nyeri pada penderita arthritis reumatoid salah satunya adalah kompres jahe hangat, karena jahe memiliki kandungan enzim siklo-oksigenase yang dapat mengurangi peradangan pada penderita arthritis reumatoid, selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas, dimana dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah, manfaat yang maksimal akan dicapai dalam waktu 20 menit sesudah aplikasi panas (Brunner and Suddarth, 2010).

Perubahan yang bermakna pada tingkat nyeri klien yang mendapatkan kompres hangat dengan jahe pada klien yang mengalami nyeri arthritis reumatoid.

Pasien yang mengalami nyeri sebelum kompres hangat jahe didapatkan nyeri ringan sebanyak 7 orang atau sama dengan (53.8%). Nyeri sedang sebanyak 6 orang atau sama dengan (46.1%). Dan setelah dilakukan kompres hangat dengan jahe semua responden mengalami penurunan skala nyeri dimana nyeri ringan menjadi 3 orang atau sama dengan (23.0%) dan tidak merasakan nyeri sebanyak 10 orang atau sama dengan (76.10%). Dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri rheumatoid arthritis pada Lanisa (Rentawati Purba, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Yuliana Siska, et al (2012) tersebut menyimpulkan bahwa terapi kompres jahe hangat berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis sebelum dan sesudah dilakukan kompres jahe hangat didapat nilai signifikan $p < 0.000$.

Penelitian yang dilakukan oleh Susanti (2014), menunjukkan bahwa kompres hangat jahe berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri arthritis rheumatoid

yang dapat dilanjutkan sebagai intervensi mandiri oleh penderita arthritis rheumatoid dengan $p < 0,000$.

Wawancara awal di Gampong Aneuk Galong Baro Kecamatan Sukamakmur Aceh Besar, berdasarkan informasi dari kader gampong Aneuk Galong Baro didapatkan jumlah penduduk sebanyak 729 jiwa, terdapat total lansia sebanyak 70 orang, lansia yang menderita Rheumatoid Arthritis sebanyak 35 orang. Berdasarkan wawancara peneliti terhadap 2 orang lansia yang mengalami Rheumatoid Arthritis, lansia mengatakan nyeri sendi, kekakuan otot, dan mudah merasakan lelah. Lansia juga mengatakan belum pernah mendapatkan perawatan non farmakologis sebelumnya, seperti kompres jahe hangat.

Pengkajian yang dilakukan pada tanggal 04 september 2023 dari kedua subjek didapatkan data, subjek I berinisial Ny. R berusia 61 tahun, subjek I mengalami keluhan nyeri dibagian lutut sejak 2 tahun yang lalu, dan mengalami peningkatan rematik 1 hari yang lalu, nyeri dirasakan di area lutut, nyeri terasa saat melakukan

aktifitas sehari-hari, dan saat bangun tidur, skala nyeri 6 (sedang).

Subjek II berinisial Ny. N, berusia 60 tahun, subjek II mengalami keluhan nyeri dibagian lutut 1 tahun yang lalu, dan mengalami peningkatan 2 hari yang lalu nyeri dirasakan di seperti tertusuk tusuk, skala nyeri 5 (sedang), Nyeri terasa saat terlalu lama duduk dan berdiri.

Fenomena diatas maka penelitian tertarik untuk meneliti tentang “ Penerapan Kompres Jahe Hangat dalam Menurunkan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis Di Gampong Aneuk Galong Baro ”

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Penelitian deskriptif adalah sebuah desain penelitian yang menggambarkan fenomena yang teliti dan juga menggambarkan besarnya masalah yang diteliti. Metode penelitian deskriptif sering digunakan untuk memecahkan atau

menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang.

Penelitian yang akan dilakukan ini melalui langkah langkah pengumpulan data, klasifikasi, pengolahan membuat kesimpulan dan laporan (Swarjana, 2015). Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana penerapan kompres jahe hangat dalam menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan rheumatoid artritis.

HASIL

Hasil studi, diketahui bahwa sesudah dilakukan intervensi keperawatan dengan melakukan penerapan terapi kompres jahe hangat dalam menurunkan skala nyeri rematik pada lansia, maka nyeri pada subjek mengalami penurunan dari sebelumnya.

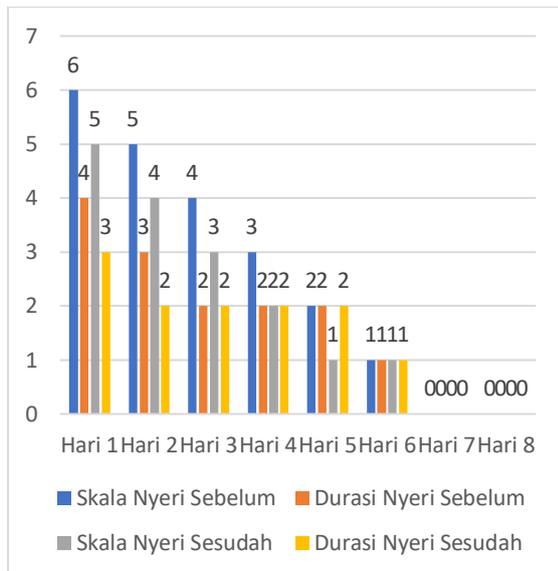


Diagram I : Skala nyeri sebelum dan sesudah pada subjek I

Diagram diatas dapat dilihat bahwa terjadi penurunan skala nyeri dan durasi nyeri pada subjek I, dimana sebelum diberikan penerapan terapi kompres jahe hangat dalam menurunkan skala nyeri rematik pada lansia. Subjek I mengalami skala nyeri 6 (sedang) dengan durasi nyeri 4 menit, setelah 8 hari penerapan terapi kompres jahe hangat didapatkan terjadi penurunan skala nyeri menjadi 0 (tidak ada).

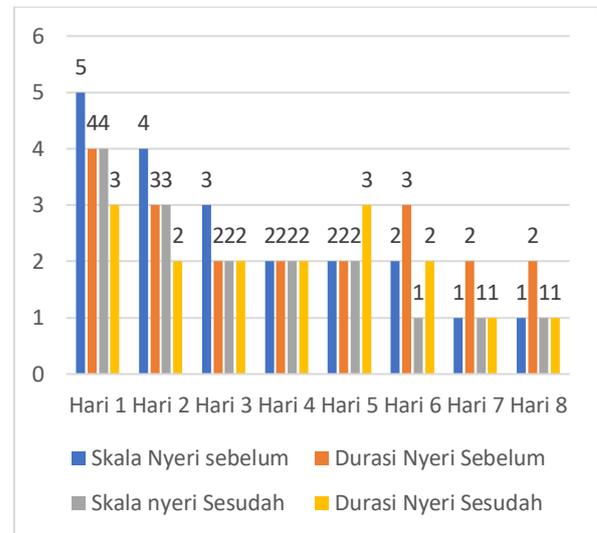


Diagram II : Skala nyeri sebelum dan sesudah pada subjek II

Diagram diatas dapat dilihat bahwa terjadi penurunan skala nyeri dan durasi nyeri pada subjek II, dimana sebelum diberikan penerapan terapi kompres jahe hangat dalam menurunkan skala nyeri rematik pada lansia. Subjek II mengalami skala nyeri 5 (sedang) dengan durasi nyeri 4 menit, setelah 8 hari penerapan terapi kompres jahe hanga didapatkan terjadi penurunan skala nyeri menjadi 1 (ringan) dan durasi nyeri menjadi 1 menit.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang diperoleh pada subjek I dan subjek II adalah terapi kompres jahe hangat efektif dalam menurunkan nyeri rematik pada lansia dengan

rheumatoid arthritis, adanya perubahan penurunan skala nyeri rematik pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi kompres jahe hangat, pada subjek I didapatkan skala nyeri dan durasi nyeri mengalami penurunan secara perlahan. Pada hari pertama skala nyeri dari 6 (sedang) turun ke 5 (sedang) dengan durasi dari 4 menit menjadi 3 menit, namun setelah 8 hari penerapan nyeri sudah hilang. Sedangkan pada subjek II Pada hari pertama skala nyeri dari 5 (sedang) turun ke 4 (sedang) dengan durasi dari 4 menit menjadi 3 menit, namun setelah 8 hari penerapan skala nyeri dari 1 (ringan) turun ke 1 (ringan) dengan durasi 2 menit menjadi 1 menit.

Asumsi peneliti penerapan kompres jahe merupakan pengobatan tradisional atau terapi non farmakologis untuk mengurangi nyeri rematik. Dimana jahe mengandung seperti ginseng, shogaol, dan zingerone yang dapat memberikan efek farmakologis seperti antioksidan, anti inflamasi, analgesik, dan antikarsinogenik, sehingga dapat mengobati arthritis

reumatoid, asma, stroke, mual, demam dan infeksi (Maria, 2019).

Teori (Nurfatimah et al., 2019) Jahe mempunyai efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas, dimana rasa panas dapat mengurangi rasa nyeri, kaku dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah, manfaat maksimal akan dicapai dalam waktu 20 menit sesudah aplikasi panas. Efek panas dalam jahe inilah yang bisa meredakan nyeri, kaku dan spasme otot pada nyeri sendi rematik. Selain itu jahe mempunyai banyak khasiat seperti antihelmintik.

Sunarti (2018), kompres hangat jahe bisa mengurangi nyeri sendi karena zat air dan minyak yang tidak menguap dalam jahe berfungsi sebagai enhancer yang dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan ke sirkulasi perifer, oleoresin dalam jahe memiliki potensi anti-inflamasi dan antioksidan yang kuat. Menurut (Andora & Rahman, 2021), kompres jahe adalah suatu kombinasi antara terapi hangat dan terapi relaksasi

yang bermanfaat bagi penderita nyeri sendi. Jahe mengandung senyawa Phenol yang terbukti mempunyai efek anti radang dan diketahui berhasil mengatasi penyakit sendi juga ketegangan yang dialami otot sehingga bisa memperbaiki sistem muskuloskeletal yang menurun. Selain itu jahe memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas dimana rasa panas ini dapat meredakan rasa nyeri.

Rian Yuliyana (2021), kompres jahe merupakan tindakan yang sering kali digunakan sebagai obat nyeri sendi karena kandungan gingerol dan rasa hangat yang ditimbulkan membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah, sehingga suplai makanan dan oksigen lebih baik dan nyeri sendi berkurang. Menurut (Siringoringo et al., 2018), salah satu non-intervensi farmakologi yang dapat dilakukan perawat secara mandiri dalam menurunkan skala nyeri, yaitu dengan melakukan kompres hangat pada pasien untuk mengurangi intensitas rematik nyeri radang sendi. Kompres hangat jahe mengandung enzim siklooksigenasi yang dapat

mengurangi peradangan pada reumatoid radang sendi penderita, di samping itu itu Jahe juga memiliki efek farmakologi yaitu panas dan pedas, dimana panas ini dapat meredakan nyeri, kaku, dan otot kejang atau kejadian dari vasodilatasi dari darah pembuluh.

Asumsi peneliti dari beberapa artikel yang sudah di review menyebutkan tindakan kompres hangat jahe yang diberikan selama 20 menit kepada setiap responden dalam beberapa artikel menunjukkan hasil yang signifikan bahwa kompres hangat jahe sangat efektif untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien artritis reumatoid. Akan tetapi, dari beberapa artikel mengungkapkan ada beberapa penderita yang tidak menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan lamanya penyakit. Jenis kelamin responden sebagian besar adalah perempuan, hal ini disebabkan perempuan yang telah memasuki usia lanjut akan mengalami penurunan hormon esterogen sehingga

terjadi ketidak seimbangan osteoblas yang mengakibatkan penurunan massa tulang dan menyebabkan tulang menipis serta kekakuan sendi. Dan perubahan nyeri yang dirasakan individu berbeda-beda, karena individu satu dengan yang lainnya tidak sama dalam berespon terhadap nyeri.

Hasil pengumpulan data, kedua subjek terjadi penurunan skala nyeri setelah diberikan penerapan terapi kompres jahe hangat. Menurut peneliti hal ini dipengaruhi oleh faktor pendukung keberhasilan terapi kompres jahe hangat dan faktor yang mempengaruhi skala nyeri. Faktor pendukung keberhasilan terapi kompres jahe hangat dipengaruhi oleh: kepatuhan prosedur terapi kompres jahe hangat, pendidikan dan dukungan keluarga.

Penerapan terapi kompres jahe hangat diberikan diberikan 1 kali sehari di pagi hari selama 8 hari berturut turut. Menurut asumsi peneliti semakin teratur dan patuh subjek untuk menerapkan terapi kompres jahe hangat yang diberikan maka akan memberikan hasil yang maksimal.

Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2020). mengemukakan bahwa kepatuhan prosedur terapi kompres jahe hangat dalam menurunkan skala nyeri pada lansia dilakukan untuk dapat meningkatkan efektifitas terapi, sehingga lansia mendapatkan hasil yang lebih optimal. Kepatuhan prosedur, tingkat pendidikan juga termasuk dalam faktor keberhasilan terapi. Hasil penelitian didapatkan kedua subjek pendidikan terakhir SMA. Menurut asumsi peneliti, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka dapat menambah informasi dan pengalaman.

Sejalan dengan penelitian Notoadmodjo (2012) yang mengatakan semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang akan semakin mudah dalam menerima segala informasi yang dibutuhkan, sehingga pengetahuan seseorang juga akan semakin baik. Namun pendidikan bukanlah suatu hal yang mutlak dalam mempengaruhi pengetahuan, pengalaman serta informasi dari teman sebaya juga dapat mempengaruhi pengetahuan. Umur tertentu menjelang usia lanjut akan mempengaruhi penerimaan dalam mengingat

pengetahuan. Para lansia memiliki pendidikan dan pengetahuan yang rendah sehingga mereka juga tidak mengetahui hal apa yang harus dihindari untuk mencegah kekambuhan Rheumatoid Arthritis.

Sejalan dengan penelitian Sholichah (2018) yang mendeskripsikan pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh pendidikan, tidak dapat dipungkiri bahwa semakin pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula mereka menerima informasi dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya.

Kepatuhan terhadap prosedur terapi kompres jahe hangat, pendidikan, terapi kompres jahe hangat juga didukung oleh dukungan keluarga. Dari hasil penelitian didapatkan kedua subjek tinggal bersama keluarganya. Menurut asumsi peneliti adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan terapi kompres jahe hangat dalam menurunkan skala nyeri rematik pada lansia karena dukungan keluarga merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi perasaan dan motivasi pada

lansia sehingga dapat mempengaruhi tingkat kesembuhan.

Teori Sari (2016) yang mengemukakan lansia yang mengalami rematik sangat membutuhkan dorongan dan perhatian dikarenakan hal tersebut dapat membantu mengurangi stress yang dirasakan oleh lansia, dukungan emosional merupakan aspek terpenting bagi lansia dalam memfasilitasi ketidakmampuan untuk menghadapi masalah.

Faktor yang mempengaruhi terjadinya rematik yaitu usia, jenis kelamin, dan pekerjaan/aktivitas. Dari hasil penelitian diketahui bahwasannya subjek I berusia 61 tahun dan subjek II berusia 60 tahun. Menurut asumsi peneliti lansia dengan umur >60 tahun dapat mempengaruhi sistem imun tubuh yang menyebabkan beberapa penyakit timbul, salah satunya ialah rematik.

Penelitian yang dilakukan Aspiani (2014) didapatkan bahwa lansia dengan umur > 60 tahun keatas lebih cenderung mengalami nyeri dari pada lansia dengan usia 50-60 tahun, karena pada lansia

mengalami proses menurunnya fungsi tubuh yang dikarenakan berkurangnya atau rusaknya sel-sel yang ada di dalam tubuh. Proses penuaan ini akan terjadi apabila seseorang telah melewati tahap dewasa akhir. Seiring dengan proses menua maka tubuh akan mengalami berbagai masalah kesehatan termasuk mengalami penyakit degeneratif.

Teori Brunner & Sudarth, 2002 bahwa anatomi normal dan fisiologi persendian. Diartrodial atau sinovial merupakan kunci untuk memahami fisiologi nyeri sendi. Fungsi persendian sinovial adalah gerakan setiap sendi sinovial memiliki kirsan berak tertentu kendati masing-masing orang tidak memiliki kirsan gerak yang sama pada sendi yang menghasilkan permukaan yang licin serta mudah digerakkan. Kartilago artikuler membungkus ujung-ujung tulang pada sendi yang menghasilkan permukaan yang licin serta mudah digerakkan. Membran sinovial melapisi dinding dalam kapsula fibrosa dan mensekresikan cairan kedalam ruang antara tulang. Cairan

sinovial ini berfungsi sebagai peredam kejut (shock absorber) dan pelumas yang memungkinkan sendi untuk bergerak secara bebas dalam arah yang tepat. Sendi merupakan bagian tubuh yang paling sering terkena inflamasi dan degerasi yang terlihat pada penyakit nyeri sendi.

Jenis kelamin juga termasuk dalam faktor yang mempengaruhi terjadinya nyeri rematik. Hasil penelitian didapatkan bahwa kedua subjek dengan jenis kelamin perempuan. Menurut asumsi peneliti jenis kelamin menjadi salah satu factor yang menyebabkan terjadinya rematik, Perempuan lebih dominan terjadinya rematik dibandingkan laki-laki karena adanya menopause.

Penelitian Talsania (2018) Arthritis reumatoid mempengaruhi sekitar 1% dari populasi dunia dengan rasio wanita terhadap pria hingga 6 banding 1 pada orang lansia. Lansia wanita lebih cenderung mengalami nyeri dari pada lansia laki-laki, ini terjadi karena wanita usia 50 tahun keatas lebih rentan mengalami penyakit degeneratif karena ada penurunan sel organ

dan hormon yang tidak seimbang lagi setelah menopause.

Jenis kelamin, pekerjaan/aktivitas juga termasuk dalam faktor yang mempengaruhi terjadinya nyeri rematik. Dari hasil penelitian didapatkan kedua subjek bekerja sebagai guru, subjek mengatakan pada saat setelah atau saat bekerja nyeri sendi kambuh. Menurut asumsi peneliti rematik terjadi apabila beraktivitas terlalu lama atau terlalu berat sehingga menyebabkan peradangan pada sendi dan mengurangi produksi cairan sinovial pada sendi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2018). Pekerjaan atau aktivitas merupakan salah satu faktor munculnya penyakit rematik. Berbagai aktivitas dengan beban pekerja dan daya tekanannya yang dapat memperberat sendi dan pekerjaan berat yang banyak menggunakan tangan dalam jangka waktu yang lama, sering menjadi keluhan-keluhan yang dapat dirasakan pada setiap penderita penyakit rematik. Penelitian Mandiangin (2015) menyebutkan sikap badan yang salah saat melakukan aktivitas

terutama pada pekerjaan yang mengangkat benda berat, stress yang disertai dengan kelelahan juga mempengaruhi terjadinya RA. Hal ini menunjukkan aktivitas sangat mempengaruhi terjadinya kekambuhan RA.

KESIMPULAN

Paparan fokus studi dan pembahasan, setelah dilakukan penerapan terapi kompres jahe hangat dalam menurunkan skala nyeri pada lansia dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan skala nyeri dan durasi nyeri pada kedua subjek, dimana penurunan skala nyeri dan durasi nyeri dipengaruhi oleh faktor pendukung keberhasilan yang meliputi: kepatuhan prosedur terapi kompres jahe hangat, pendidikan, dan dukungan keluarga. Sedangkan faktor yang mempengaruhi rematik ialah: usia, jenis kelamin, dan pekerjaan atau aktifitas.

SARAN

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat mengambil hasil penelitian ini sebagai data dasar untuk melakukan penelitian yang lebih luas tentang rheumatoid arthritis pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta:Ar-Ruzz
- Ariani, N. P. E. (2017). Kompres Hangat Air Rebusan Jahe Untuk Penderita Nyeri Osteoarthritis. *Artikel Kesehatan*. <https://www.bhaktirahayu.com/artikel-kesehatan/kompres-hangat-airrebusan-jahe-untuk-penderita-nyeri-osteoarthrit>
- Aspiani, R.Y. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Trans Info Media.
- Diah Jerita Eka Sari & Masruroh. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia. *Indonesian Journal Of Professional Nursing*, 2(1), 33–41.
- Diah Jerita Eka Sari, M. (2021). Effect of Ginger Warm Compresses on Pain Intensity Reduction in Patients with Rheumatoid Arthritis. *Comprehensive Health Care*, 2(2), 49–57. <https://doi.org/10.37362/jch.v2i2.243>
- Dinas Kesehatan. (2015). *Profil Kesehatan Daerah Kabupaten Kudus Tahun 2015*.
- Junaidi, DI. (2014). Cara mudah memahami, mengobati, dan merawat penyakit rematik dan asam urat. Ramadita A, editor. Jl.Kerajinan No3-7 Jakarta: PT.Bhuana Ilmu Populer
- Kemendes RI. (2017). Rencana Aksi Kegiatan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Revisi- Tahun 2017. Available from: http://p2p.kemkes.go.id/wp-content/uploads/2017/12/P2PTM_RAK2017.pdf
- Maria, D. (2019). Pengaruh Kompres Jahe Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis Reumatoid Pada Lansia. 2(1), 24–29.
- Nurfatihah, Audina, & Ramadhan, K. (2019). Penerapan Teknik Kompres Hangat Jahe terhadap Pengendalian Level Nyeri dengan Kasus Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 151–159.
- Pairul, P. (2017). Jahe (*Zingiber Officinale*) Sebagai Anti Ulserogenik Ginger (*Zingiber Officinale*) as Anti Ulcerogenic. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, 7, 42–46.
- Sari, D. P., St, S., Rufaida, Z., Bd, S. K., Sc, M., Wardini, S., Lestari, P., St, S., & Kes, M. (2018). Nyeri persalinan. *Stikes Majapahit Mojokerto*, 1–117.
- Suarjana, I.N. (2010). *Buku ajar ilmu penyakit dalam jilid III edisi V*. Jakarta. InternaPublishing.
- Swarjana, I Ketut Swarjana. 2015. *Metode Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi)*. Yogyakarta: Andi, Anggota IKAPI.
- Vera Fitriani et.al. (2021). Studi Literatur "Penerapan kompres hangat jahe pada Penderita Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 8(2), 179–191. <http://jurnal.akperkridahusada.ac.id>
- WHO. *World Health Statistic Report (2015)*. Geneva: *World Health Organization*; 2015.
- Widaningsih, E. R. (2019). Modul Praktikum Mata Kuliah Manajemen Nyeri. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.