

**PENERAPAN KOMPRES HANGAT JAHE UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA
LANSIA DENGAN OSTEOARTRITIS DI DESA SUKAJAYA LEMPASING****Nur Hidayatulaisyah^{1*}, Eka Yudha Chrisanto², Rudi Winarno³**¹⁻³Profesi Ners Universitas Malahayati

Email Korespondensi: nurhidayatulaisyah18@gmail.com

Disubmit: 24 Juli 2023

Diterima: 29 Agustus 2023

Diterbitkan: 01 Oktober 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i10.11172>**ABSTRAK**

Cakupan pelayanan kesehatan lansia di Indonesia sebesar 48,67%, di Provinsi Lampung tertinggi di Kabupaten Mesuji sebesar 99,4%, dan terendah di Kabupaten Way Kanan sebesar 19,1%. Sedangkan di Kabupaten Pesawaran sebesar 72,7%. Prevalensi penyakit tertinggi pada lansia di atas 60 tahun yaitu hipertensi sebesar 32,5%, sedangkan penyakit sendi menempati urutan kedua yaitu 18%. Osteoarthritis (OA) merupakan penyakit sendi degeneratif yang berhubungan dengan kerusakan tulang rawan sendi. Tulang belakang, pinggul, lutut, dan pergelangan kaki paling sering terkena OA. Prevalensi OA lutut radiologis di Indonesia cukup tinggi yaitu mencapai 15,5% pada laki-laki dan 12,7% pada perempuan. Penelitian ini bertujuan melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan osteoarthritis dengan masalah keperawatan nyeri menggunakan kompres jahe di Desa Sukajaya Lempasing Kabupaten Pesawaran Tahun 2023. Jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek pada laporan asuhan keperawatan ini sebanyak 2 orang, Teknik pengambilan subjek studi kasus ini menggunakan *teknik purposive sampling*. Metode pengumpulan data dengan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik. Menilai skala nyeri menggunakan skala nyeri *numerik rating scale* (NRS). Hasil penelitian pada kasus I dan kasus II berupa keluhan nyeri sendi. Diagnosis kelainan yang ditemukan pada kasus I dan II adalah nyeri kronik yang berhubungan dengan kondisi muskuloskeletal kronik. Intervensi rekayasa yang dilakukan adalah dengan mengompres jahe. Implementasi keahlian yang telah dilakukan adalah mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, mengidentifikasi respons nyeri non verbal, mengidentifikasi faktor-faktor yang memperparah dan meredakan nyeri, memantau pelepasan terapi komplementer yang ada. telah diberikan, memberikan teknik non farmakologi untuk mengurangi nyeri dengan kompres jahe. Hasil evaluasi didapatkan kompres jahe sangat efektif untuk mengurangi nyeri sendi pada penderita osteoarthritis.

Kata Kunci : Nyeri Osteoarthritis, Kompres Jahe**ABSTRACT**

The coverage of elderly health services in Indonesia is 48.67%, in Lampung Province the highest is in Mesuji Regency at 99.4%, and the lowest is in Way Kanan Regency at 19.1%. Meanwhile in Pesawaran Regency it is 72.7%. The highest prevalence of disease in the elderly over 60 years, namely hypertension, is 32.5%, while joint disease ranks second, namely 18%. Osteoarthritis (OA) is a

degenerative joint disease associated with joint cartilage damage. The vertebrae, hips, knees and ankles are most commonly affected by OA. The prevalence of radiological knee OA in Indonesia is quite high, reaching 15.5% in men and 12.7% in women. This study aims to provide nursing care for the elderly with osteoarthritis with the problem of pain death using ginger compresses in Sukajaya Lempasing Village, Pesawaran Regency in 2023. This type of descriptive research uses a case study approach. Subjects in this sick care report were 2 people. The technique of taking the subject of this case study used a purposive sampling technique. Methods of data collection by interviews, observation and physical examination. Assess the pain scale using the numerical pain rating scale (NRS). The results of the study in case I and case II were complaints of joint pain. The diagnosis of abnormalities found in cases I and II were chronic pain associated with chronic musculoskeletal conditions. The engineering intervention that was carried out was by compressing ginger. Implementation of expertise that has been carried out is identifying location, characteristics, duration, frequency, quality, pain intensity, identifying pain scale, identifying non-verbal pain responses, identifying factors that aggravate and relieve pain, monitoring the release of complementary therapies that have been given, providing non-pharmacological techniques to reduce pain with ginger compress. The results of the evaluation found ginger compresses to be very effective for reducing joint pain in osteoarthritis sufferers. It is recommended that osteoarthritis sufferers be able to independently treat their disease, and are expected to be able to use ginger compress complementary therapy to reduce joint pain.

Keywords: *Osteoarthritis Pain, Ginger Compress*

1. PENDAHULUAN

Penduduk lanjut usia mencerminkan peningkatan angka harapan hidup rata-rata (UHH) penduduk Indonesia. UHH yang tinggi merupakan ukuran keberhasilan pembangunan nasional, khususnya di bidang kesehatan (Kemenkes RI, 2018).

Saat ini kita hidup dalam populasi yang menua, dengan harapan hidup yang meningkat dan jumlah lansia yang mengikutinya, di Indonesia jumlah lansia semakin meningkat dari 18 juta jiwa (7,6%) pada tahun 2010, menjadi 27 juta jiwa (10%) pada tahun 2020, dan diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 40 juta jiwa (13,8%), Perkiraan pada tahun 2050 akan ada 2 miliar orang berusia lebih dari 60 di dunia, bertambah dari 900 juta pada tahun 2015. Saat ini ada 125 juta orang berusia lebih dari 80 tahun. Selain peningkatan pangsa, usia harapan hidup lansia diperkirakan akan meningkat (Kemenkes RI, 2018).

Badan Pusat Statistik (BPS) menyebutkan, angka kesakitan lansia sebesar 22,48% pada 2021. Seiring menuanya umur, kondisi kesehatan seseorang menjadi semakin rentan. Para penduduk lanjut usia (lansia) pun kerap mengalami sakit, meski umumnya bersifat degeneratif seperti jantung, diabetes, stroke, rematik, dan cedera. Angka kesakitan lansia laki-laki sebesar 23,21%. Sementara, angka kesakitan lansia perempuan sebesar 21,82% (Badan Pusat Statistik, 2021).

2. KAJIAN PUSTAKA

Osteoarthritis (OA) adalah penyakit sendi degeneratif yang berhubungan dengan kerusakan tulang rawan artikular. Osteoarthritis paling sering menyerang tulang belakang, pinggul, lutut, dan pergelangan kaki. Prevalensi osteoarthritis lutut radiografi cukup tinggi di Indonesia yaitu 15,5% pada pria dan 12,7% pada wanita. Pasien dengan osteoarthritis biasanya mengeluh tentang aktivitas fisik atau ketegangan sendi yang terkena. Pada derajat yang lebih berat nyeri dapat dirasakan terus menerus sehingga sangat mengganggu mobilitas pasien karena prevalensi yang cukup tinggi dan sifatnya yang kronik-progresif, OA mempunyai dampak sosio-ekonomi yang besar, baik dinegara maju maupun dinegara berkembang. Diperkirakan 1 sampai 2 juta orang lanjut usia menderita cacat karena OA. Pada abad mendatang tantangan terhadap dampak OA akan lebih besar karena semakin banyaknya populasi yang berumur tua (Sudoyo. A. W, et al, 2017).

Pada awalnya keluhan nyeri pada osteoarthritis terjadi bersamaan dengan gerakan, akan tetapi seiring dengan perkembangan penyakit nyeri muncul saat istirahat, Peningkatan rasa nyeri sering diiringi dengan kehilangan fungsi secara progresif. Penanganan penderita remathoid sering difokuskan pada manajemen nyeri meliputi cara mengontrol nyeri, mengurangi kerusakan sendi, dan mempertahankan serta meningkatkan kualitas hidup. Proses pemberian terapi kompres jahe dan massage pada osteoarthritis yang diberikan pada area lutut secara empirik dapat memberikan efek relaksasi dan mengurangi nyeri. Hal ini dikarenakan massase yang diberikan dapat merangsang otot dan memblokade nyeri, sedangkan kompres hangat memberikan efek mengurangi nyeri dengan membentuk vasodilatasi darah (Hidayah.& Nisak, 2018).

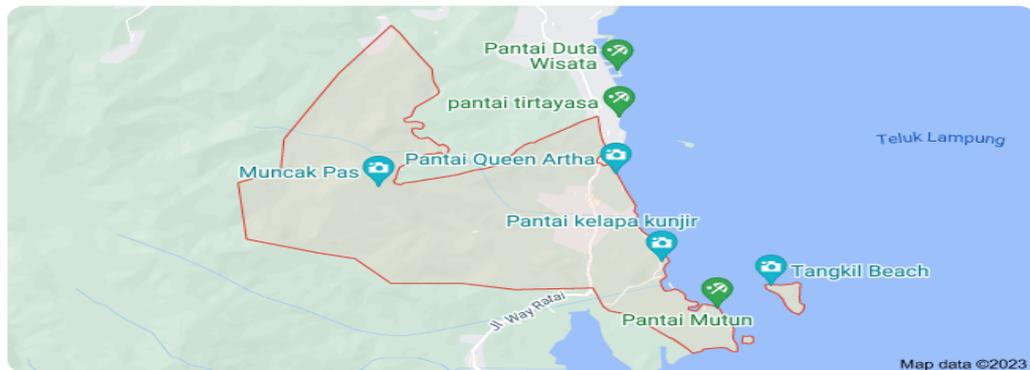
Penanganan nyeri secara nonfarmakologi dapat dilakukan dengan pemberian terapi kompres hangat jahe merah, penggunaan kompres hangat dapat menimbulkan terjadinya respon fisiologis tubuh, yaitu meningkatnya aliran darah, relaksasi otot, dan dapat mengurangi nyeri akibat kekakuan spasme otot. Sebagai bagian dari perawatan, layanan medis sering meresepkan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) untuk meredakan nyeri sendi. Namun, penggunaan NSAID jangka panjang dapat menyebabkan efek samping yang serius seperti kerusakan ginjal, pendarahan lambung, penekanan sumsum tulang, anoreksia, dan mual. (Firdaus, et al, 2020)

Berdasarkan hasil pre survei di Desa Sukajaya Lempasing Kabupaten Pesawaran diketahui, terdapat 10 lansia yang mengalami Osteoarthritis (OA) diketahui bahwa 80% diantaranya mengalami nyeri pada persendian terutama pada saat bangun tidur pagi, dan lansia tersebut mengatakan jika nyeri hanya melakukan pemijatan dan memberikan minyak gosok untuk mengurangi nyeri. Berdasarkan masalah dan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan osteoarthritis dengan masalah keperawatan nyeri menggunakan kompres jahe di Desa Sukajaya Lempasing Kabupten Pesawaran Tahun 2023

3. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Alasan saya memilih tempat perawatan kompres hangat jahe pada lansia di di Desa Sukajaya Lempasing dalah untuk tujuan bersama dari kegiatan ini, dengan kompres hangat jahe untuk menurunkan nyeri pada lansia dengn osteoarthritis. nyeri yang normal dan tujuan spesifik dalam aktivitas, yaitu keperawatan, review jurnal untuk mengidentifikasi intervensi, penilaian hasil

intervensi persyaratan, membandingkan hasil intervensi termasuk kompres jahe.



Sukajaya Lempasing
Kec. Padang Cermin, Kabupaten Pesawaran, Lampung

Gambar lokasi penelitian

4. METODE

- 1) persiapan berdasarkan aktivitas adalah pembuatan *pre planning*, , tempat dan alat-alat lainnya disiapkan oleh peneliti. Pada laporan tugas akhir ini penulis menggunakan pendekatan asuhan keperawatan yang berfokus pada asuhan keperawatan komprehensif dengan kasus asuhan keperawatan pasien lansia dengan nyeri dengan diberikan kompres hangat jahe
- 2) Tahap implementasi
Kegiatan ini dengan kontrak kepada klien, dan dilanjutkan wawancara kepada klien untuk mendapatkan data yang diperlukan kemudian Penulis menggunakan observasi untuk mengamati perilaku dan keadaan pasien untuk memperoleh data tentang masalah kesehatan dan keperawatan pasien, dan melakukan pemeriksaan fisik, Pemeriksaan fisik perlu dilakukan oleh penulis untuk data pendukung mengetahui terjadinya masalah kebutuhan yang dialami oleh klien
- 3) Evaluasi
 - a. Struktur Peserta hadir 2 pasien dengan masalah nyeri pada penderita osteoarthritis. Setting tempat sudah sesuai dengan rencana dan perlengkapan yang dilakukan untuk kegiatan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Peran peneliti sebagai moderator, notulen, observer, dan juga fasilitator. Penggunaan bahasa yang dipraktekkan sudah komunikatif dalam penyampaian, klien dapat memahami dan dapat mempraktekkan kembali yang di demonstrasikan.
 - b. Proses Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pukul 10.00 s/d 10.45 WIB di rumah pasien .
 - c. Hasil
Setelah melakukan implementasi keperawatan selama tiga hari berturut-turut, penulis dapat menyatakan bahwa masalah keperawatan dapat teratasi secara penuh dan masalah yang dialami oleh subjek dapat berkurang bahkan hilang pada hari ke tiga.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut analisis penulis setelah melakukan kompres hangat jahe selama 3 hari dalam 20 menit perhari memang sangat berpengaruh karena hasil dari kompres hangat jahe ini maka terjadi penurunan skala nyeri klien, sesuai acuan jurnal intervensi penulis bahwa tidak ada kesenjangan antara penelitian lain dengan terapi dzikir yang telah dilakukan oleh penulis

Berdasarkan hal tersebut penulis berpendapat bahwa Berdasarkan analisis antara fakta dan teori, peneliti berasumsi bahwa kompres jahe terbukti efektif digunakan untuk menurunkan intensitas nyeri sendi pada lansia yang mengalami *osteoarthritis*. Hal ini disebabkan karena Kandungan yang terdapat pada jahe bersifat panas yang bisa menghangatkan sendi sehingga mengalami penurunan nyeri, selain itu juga penggunaan kompres jahe ini tidak memiliki efek samping jika digunakan kompres pada sendi yang mengalami sakit.

6. KESIMPULAN

Hasil evaluasi didapatkan kompres jahe sangat efektif untuk mengurangi nyeri sendi pada penderita osteoarthritis.

Saran

Disarankan penderita osteoarthritis mampu melakukan perawatan secara mandiri terhadap penyakit yang diderita, dan diharapkan dapat menggunakan terapi komplementer kompres jahe untuk mengurangi nyeri sendi

7. DAFTAR PUSTAKA

- Andini., Rahmadiyah. (2022). *Penerapan Kompres Hangat Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Pada Sendi: Studi Kasus*. Jhcn Journal Of Health And Cardiovascular Nursing' Doi: 10.36082/Jhcn.V2i1.855 Volume 2, Nomor 2 Desember Tahun 2022.
- Aspiani, Reny Yuli. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik. Aplikasi Nanda Nic Dan Noc*. Jakarta: Trans Info Media.
- Hidayah., Nisak. (2018). *Buku Ajar Terapi Komplementer Untuk Mahasiswa Keperawatan (Evidence Base Practise)*. Yogyakarta: Samudra Biru.
- Kemenkes Ri. (2022). *Lansia Berdaya Bangsa Sejahtera*. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Ri: Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Situasi Lanjut Usia Di Indonesia. Pusat Data Dan Informasi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kusumaningsih., Wardiyah., Chrisanto. (2023). *Buku Pedoman Kerja Mahasiswa Program Profesi Ners*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati: Bandar Lampung.
- Manurung., Ritonga., Damanik. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Aplikasi Nanda Nic Dan Noc*. Yogyakarta: Deepublish.
- Muchlis., Ernawati. (2021). *Efektivitas Pemberian Terapi Kompres Hangat Jahe Merah Untuk Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia Di Wilayah Kelurahan Mangunharjo Kec. Tembalang*. Ners Muda, Vol 2 No 3, Desember 2021 E-Issn: 2723-8067 Doi: <https://doi.org/10.26714/Nm.V2i3.8418>.

- Nasrullah. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 1 Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan Nanda. 2015 - 2017 Nic Dan Noc*. Jakarta: Cv. Trans Info Media.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Pt.Rineka Cipta.
- Nursipa., Brahmantia (2022). *Pengaruh Kompres Jahe (Zingiber Officinale) Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Osteoarthritis*. Isbn : 978-623-6792-17-9
- Perhimpunan Reumatologi Indonesia. (2020). *Buku Saku Reumatologi*. Isbn 978-979-3730-35-6.
- Rejeki. (2020). *Buku Ajar Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan (Non Farmaka)*. Semarang: Unimus Press.
- Safitri., Utami. (2019). *Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Osteoarthritis Pada Lansia*. Jurnal Kesehatan Kusuma Husada.
- Sahrudi. (2022). *Osteoarthritis Lutut Dan Faktor Yang Mempengaruhi Fungsi Fisik*. Purbalingga: Cv. Eureka Media Aksara.
- Sudoyo Dkk. (2017). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jilid Iii Edisi Vi. Jakarta: Interna Publishing.