
Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

Ns. Sri Mulyati, S.Kep.,M.Kes

Korespondensi Penulis : n4uf4l4lv4ro@gmail.com

ABSTRAK

Menurut *World Health Organization (WHO)*, *Rheumatoid arthritis* menyerang kelompok usia dewasa produktif dan akan semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Hampir 8% orang yang berusia 50 tahun ke atas mempunyai keluhan pada sendinya. Salah satu terapi yang dapat menurunkan rasa nyeri pada penderita rematik adalah pemberian kompres hangat. Kompres hangat dapat dikombinasikan dengan tanaman herbal yang memiliki khasiat yang lebih diantaranya jahe dan serai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan kompres hangat serai dengan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik). Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *quasy experiment* dengan rancangan *two group pretest posttest design*. Populasi adalah seluruh lansia yang mengalami rematik di Panti Sosial Tresna Werda Budi Luhur Kota Jambi yaitu sebanyak 48 lansia dengan besar sampel adalah 20 responden. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 14-23 September tahun 2021. Analisa data yang digunakan adalah analisis univariat dan uji bivariat. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi. Hasil uji *paired t test* menunjukkan bahwa ada pengaruh kompres hangat serai terhadap penurunan nyeri (rematik) dengan nilai $p = 0,046 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) dengan nilai $p = 0,004 < 0,05$. Hasil uji *mann whithney* menunjukkan ada perbedaan kompres hangat serai dan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) dengan nilai *sig. 2 tailed* $0,015 < 0,05$. Hasil penelitian ini diharapkan tenaga kesehatan yang berada di panti dapat memberikan sosialisasi atau penyuluhan kepada lansia sehingga dapat menggunakan kompres hangat jahe ataupun serai sebagai teknik nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri pada lansia yang menderita rematik

Kata Kunci : kompres hangat, serai, jahe, nyeri rematik

Abstract

According to the World Health Organization (WHO), Rheumatoid arthritis attacks the productive adult age group and will increase with age. Almost 8% of people aged 50 years and over have joint complaints. One therapy that can reduce pain in patients with rheumatism is the provision of warm compresses. Warm compresses can be combined with herbal plants that have more benefits, including ginger and lemongrass. This study aims to determine the comparison between lemongrass warm compresses and ginger warm compresses to reduce pain (rheumatism). This research is a quasi-experimental quantitative research with a two group pretest posttest design. The population is all elderly who experience rheumatism at the Tresna Werda Budi Luhur Social Home, Jambi City, as many as 48 elderly with a sample size of 20 respondents. This research was conducted on September 14-23 2021. The data analysis used was univariate analysis and bivariate test. Data collection is done by using observation sheets. The results of the paired t test showed that there was an effect of warm lemongrass compresses on reducing pain (rheumatism) with p value = 0.046 < 0.05 and there was an effect of warm ginger compresses on reducing pain (rheumatism) with p value = 0.004 < 0.05. The results of the mann whithney test showed that there was a difference between lemongrass warm compresses and ginger warm compresses on reducing pain (rheumatism) with a sig value. 2 tailed 0.015 < 0.05. The results it is expected that health workers who are in the orphanage can provide socialization or counseling to the elderly so that they can use warm compresses of ginger or lemongrass as a non-pharmacological technique to reduce pain in the elderly who suffer from rheumatism.

Keywords: warm compress, lemongrass, ginger, rheumatic pain

Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

PENDAHULUAN

Usia lanjut merupakan usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Tahap ini dimulai dari 60 tahun sampai akhir kehidupan. Lansia merupakan istilah tahap akhir dari proses penuaan. Dalam proses penuaan, lanjut usia mengalami masalah kesehatan. Masalah ini berawal dari kemunduran sel-sel tubuh, sehingga fungsi dan daya tahan tubuh menurun serta faktor resiko terhadap penyakit pun meningkat. Masalah kesehatan yang sering dialami lanjut usia adalah malnutrisi, gangguan keseimbangan, kebingungan mendadak, dan lain-lain. Selain itu, beberapa penyakit yang sering terjadi pada lanjut usia antara lain hipertensi, gangguan pendengaran dan penglihatan, demensia, osteoporosis, arthritis dsb (Kholifah, 2016).

Arthritis rheumatoid atau rematik merupakan penyakit inflamasi kronik sistemik yang ditandai dengan pembengkakan dan nyeri sendi, serta distruksi membran sinovial persendian. Rematik yang tidak segera diatasi dapat menimbulkan akibat lanjut yaitu terjadinya disabilitas berat serta mobilitas diri (Tanto, 2016).

Arthritis (nyeri sendi) merupakan penyakit kronik muskuloskeletal yang menyerang 1 – 2 % populasi di dunia dan merupakan salah satu penyakit muskuloskeletal yang berkontribusi terhadap peningkatan beban penyakit muskuloskeletal secara global. Menurut *World Health Organization* (WHO), *Rheumatoid arthritis* cenderung menyerang kelompok usia dewasa produktif dan akan semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Prevalensi bervariasi antara 0,3 % dan 1 % dan lebih sering terjadi pada wanita. Sejumlah 335 juta penduduk di dunia mengalami rheumatoid arthritis (WHO, 2016).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, penyakit sendi termasuk *rheumatoid arthritis* termasuk kedalam penyakit tidak menular tertinggi yang diderita masyarakat Indonesia yang berusia lebih dari sama dengan 15 tahun. Prevalensi penyakit sendi termasuk *rheumatoid arthritis*

berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan di Indonesia 11,9 %, sedangkan prevalensi berdasarkan gejala atau diagnosis sebesar 24,7 %. Provinsi dengan penyakit sendi tertinggi adalah Aceh sebesar 13,3% dan terendah adalah Sulawesi Barat sebesar 3,2%. Untuk Provinsi Jambi berada pada urutan ke-7 tertinggi sebesar 9,1% (Kemenkes RI, 2019).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Jambi, diketahui jumlah penderita rematik tidak spesifik pada tahun 2019 dari 20 Puskesmas Kota Jambi sebanyak 4.736 orang. Puskesmas dengan jumlah penderita tertinggi adalah Puskesmas Tanjung Pinang sebanyak 1121, Puskesmas Aur Duri sebanyak 878 orang dan Puskesmas Payo Selincih sebanyak 626 orang.

Panti Tresna Werda Budi Luhur merupakan salah satu yayasan yang dijadikan tempat tinggal bagi lansia yang tidak memiliki keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat yang berada di urutan ke-6 dengan jumlah penyakit rematik tertinggi sebanyak 202 orang. Berdasarkan data yang diperoleh dari Panti Tresna Werda Budi Luhur Jambi diketahui jumlah penyakit rematik yang diderita oleh lansia pada tahun 2020 sebanyak 48 orang. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata lansia menderita rematik dan mengalami nyeri sendi.

Rematik lebih sering terjadi pada perempuan dibanding laki-laki dengan rasio 3:1 (Tanto, 2016). Penyakit sendi ini adalah akibat degenerasi atau kerusakan pada permukaan sendi tulang yang banyak yang ditemukan pada lanjut usia, terutama pada lansia yang gemuk. Hampir 8% orang yang berusia 50 tahun ke atas mempunyai keluhan pada sendinya, misalnya linu, pegal dan kadang-kadang terasa seperti nyeri. Bagian yang terkena biasanya adalah persendian pada jari-jari, tulang punggung, sendi penahan berat tubuh (lutut dan panggul) (Nugroho, 2012).

Pemberian kompres hangat merupakan salah satu terapi non farmakologis yang dapat menurunkan rasa nyeri pada penderita rematik. Kompres hangat yang dikombinasikan

Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

dengan tanaman herbal untuk memberikan khasiat yang lebih, salah satunya dengan serai. Serai mengandung minyak atsiri yang berfungsi sebagai anti oksidan, anti inflamasi dan analgesik yang dapat membantu menurunkan nyeri. Hidayat (2020) dalam penelitiannya mengatakan bahwa kompres serai hangat bersifat vasodilatasi, meredakan nyeri dengan merelaksasi otot, meningkatkan aliran darah, dan meredakan nyeri dengan menghilangkan sumber peradangan yang menimbulkan nyeri. Dengan pemberian panas, pembuluh-pembuluh darah melebar sehingga akan memperlancar peredaran darah didalam jaringan. Dalam tanaman serai terkandung suatu enzim, yaitu enzim siklooksigenase yang dapat mengurangi peradangan yang diserap melalui kulit pada daerah yang meradang/bengkak pada penderita Arthritis Rheumtoid.

Selain menggunakan rebusan serai, kompres hangat menggunakan rebusan jahe juga efektif untuk mengurangi nyeri. Tejawati (2018) dalam penelitiannya mengatakan bahwa penurunan nyeri terjadi setelah dilakukan kompres hangat rebusan jahe. Hal ini dikarenakan jahe dapat mengurangi nyeri sendi jahe karena kandungan yang dimilikinya seperti sifat pedas, dan aromatic dari oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shagaol. Olerasin ini memiliki potensi anti inflamasi dan anti oksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak yang tidak menguap pada jahe berfungsi sebagai enhancer yang dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin untuk menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga ke sirkulasi perifer.

Survei awal yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werda dengan melakukan wawancara 10 lansia yang menderita rematik menunjukkan bahwa 7 dari 10 lansia mengalami nyeri sendi rematik, sedangkan 3 lansia lainnya tidak mengalami nyeri sendi rematik. Diketahui bahwa 4 dari 7 lansia yang mengalami rematik, mengobati rematik dengan mengkonsumsi obat dari puskesmas, sedangkan 3 lansia mengobati rematik dengan memberikan obat gosok dan

kompres air hangat. Hasil wawancara pada petugas kesehatan di panti, diketahui bahwa dalam pengobatan nyeri rematik, kompres hangat sudah pernah dilakukan tetapi menggunakan jahe merah yang hanya diseduh kedalam air hangat. Untuk kompres hangat dari rebusan serai dan dari rebusan jahe belum pernah dilakukan untuk mengurangi nyeri rematik pada lansia.

Berdasarkan uraian masalah diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "perbandingan kompres hanaght serai dan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *quasy experiment* dengan rancangan *two group pretest posttest design* yang bertujuan untuk mengetahui perbandingan kompres hangat serai dan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021. Populasi adalah seluruh lansia yang mengalami rematik di Panti Sosial Tresna Werda Budi Luhur Kota Jambi yaitu sebanyak 48 lansia dengan besar sampel adalah 20 responden (10 responden diberikan perlakuan kompres rebusan serai dan 10 responden diberikan perlakuan kompres rebusan jahe). Penelitian ini dilakukan pada tanggal 14-23 September tahun 2021. Analisa data yang digunakan adalah analisis univariat dan uji bivariat. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi.

Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

No.	Umur	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	45-59 Tahun	1	5
2.	60-74 Tahun	11	55
3.	>74 Tahun	8	40
Total		20	100.0

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar responden memiliki umur 60-74 tahun sebanyak 11 responden (55%).

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Laki-laki	10	50
2.	Perempuan	10	50
Total		20	100.0

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa dari 20 responden, responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 10 responden (50%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 10 responden (50%).

Penurunan nyeri (rematik) sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat serai di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

Tabel 2 Distribusi responden berdasarkan penurunan nyeri (rematik) sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat serai di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

No	Skala Nyeri (Rematik)	Jumlah (n)	Presentase (%)
1. <i>Pre test</i>			
	Nyeri ringan	0	0
	Nyeri mengganggu	9	90

	Nyeri menyusahkan	1	10
	Nyeri hebat	0	0
	Nyeri sangat hebat	0	0
	Total	10	100

2. *Post test*

	Nyeri ringan	0	0
	Nyeri mengganggu	10	100
	Nyeri menyusahkan	0	0
	Nyeri hebat	0	0
	Nyeri sangat hebat	0	0
	Total	10	100

Hasil penelitian penurunan nyeri (rematik) sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat serai di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021 menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres hangat serai, sebagian besar responden mengalami nyeri yang mengganggu sebanyak 9 responden (90%) dan sesudah diberikan kompres hangat serai, seluruh responden mengalami nyeri mengganggu sebanyak 10 responden (100%).

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa terjadi penurunan nyeri rematik sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat serai. Akan tetapi penurunan nyeri rematik hanya terjadi pada 4 responden yang awalnya 4 menjadi 3. Hal ini disebabkan karena faktor usia yang semakin menua sehingga permukaan kulit yang sudah keriput dan tidak secara optimal menerima reaksi panas dari kompres hangat serai.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rufaidah (2020) yang menunjukkan bahwa intensitas nyeri sebelum diberikan kompres hangat serai pre test 5-7 berada pada kategori nyeri sedang dan nyeri berat sebanyak 80% dan intensitas nyeri post test 3-5 berada pada kategori nyeri ringan dan nyeri sedang sebanyak 70%.

Nyeri merupakan suatu bentuk peringatan adanya bahaya kerusakan jaringan yang akan menyebabkan tubuh mencegah atau meminimalisir kerusakan

Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

jaringan dan mempercepat proses penyembuhan, sehingga nyeri normal akan meningkatkan kelangsungan hidup (Dewi, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian di atas, diketahui bahwa penurunan nyeri rematik tidak terjadi secara optimal pada lansia. Hal ini dikarenakan kompres hangat serai yang diberikan kepada lansia hanya memberikan efek hangat yang hanya sementara, sehingga setelah efek hangat hilang nyeri rematik yang dialami lansia masih sama. Untuk itu, perlu dilakukan pemberian terapi kompres hangat yang lebih efektif agar mampu menurunkan nyeri lebih optimal.

Penurunan nyeri (rematik) sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

Tabel 3 Distribusi responden berdasarkan penurunan nyeri (rematik) sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

No	Skala Nyeri (Rematik)	Jumlah (n)	Presentase (%)
1. Pre test			
	Nyeri ringan	0	0
	Nyeri mengganggu	2	20
	Nyeri menyusahkan	7	70
	Nyeri hebat	1	10
	Nyeri sangat hebat	0	0
	Total	10	100
2. Post test			
	Nyeri ringan	0	0
	Nyeri mengganggu	7	70
	Nyeri menyusahkan	3	30
	Nyeri hebat	0	0
	Nyeri sangat hebat	0	0
	Total	20	100

Hasil penelitian penurunan nyeri (rematik) sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021 diketahui bahwa sebelum diberikan kompres hangat jahe,

sebagian besar responden mengalami nyeri yang menyusahkan sebanyak 7 responden (70%) dan sesudah diberikan kompres hangat jahe, sebagian besar responden mengalami nyeri yang mengganggu sebanyak 7 responden (70%).

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa terjadi penurunan nyeri rematik pada lansia sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe hangat. Hal ini dapat dilihat berdasarkan nilai *Visual Analog Scale* yang menunjukkan bahwa ada penurunan skala nyeri yang awalnya 7 menjadi 4, awalnya 5 menjadi 4 dan seterusnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dukha (2017) yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi kompres jahe merah sebagian besar responden dengan tingkat nyeri sedang sebanyak 12 responden (54%) dan sesudah diberikan terapi kompres jahe merah sebagian besar responden dengan tidak nyeri sebanyak 11 responden (50%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nyeri setelah diberikan kompres hangat jahe mengalami penurunan yang signifikan. Peneliti mengawati dari raut wajah responden yang tampak lebih rileks dan lebih nyaman dengan rasa nyeri yang telah berkurang.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, diketahui bahwa penurunan nyeri rematik sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe sangat signifikan. Hal ini dikarenakan kompres hangat jahe memberikan efek hangat yang lama serta adanya rasa pedas dari jahe sehingga mampu mengurangi nyeri rematik dengan baik. Untuk itu, penggunaan kompres hangat jahe dapat dijadikan salah satu terapi non farmakologi untuk menurunkan nyeri rematik.

Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

Pengaruh kompres hangat serai terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

Tabel 4 Distribusi responden berdasarkan pengaruh kompres hangat serai terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

No.	Variabel	Standar Deviasi	Mean	P value
1	Pretest	0,63246	3,8	0,046
2	Posttest	0,51640	3,4	(4,7089 – 6,0911)

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai p value $0,046 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh kompres hangat serai terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021.

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa kompres hangat serai memberikan perubahan terhadap skala nyeri lansia dengan rematik. Hal ini terlihat dari perbedaan antara skala nyeri yang sebelum dilakukan dalam kategori menyusahkan mengalami perubahan menjadi kategori nyeri yang mengganggu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurfitriani (2020) yang menunjukkan nilai uji statistik paired t-test didapatkan nilai p-value = $0,000 < 0,05$ dengan selisih nilai mean 2,73. Dapat disimpulkan ada Pengaruh pemberian kompres serai hangat terhadap penurunan Intensitas nyeri Arthrtitis Rheumatoid pada lansia.

Kompres hangat yang dikombinasikan dengan tanaman herbal untuk memberikan khasiat yang lebih, salah satunya dengan serai. Serai mengandung minyak atsiri yang berfungsi sebagai anti oksidan, anti inflamasi dan analgesik yang dapat membantu menurunkan nyeri. Hidayat (2020) dalam penelitiannya mengatakan bahwa kompres serei hangat bersifat vasodilatasi, meredakan nyeri dengan merelaksasi otot, meningkatkan aliran darah, dan meredakan nyeri dengan menghilangkan sumber peradangan yang menimbulkan nyeri. Dengan pemberian panas, pembuluh-pembuluh darah

melebar sehingga akan memperlancar peredaran darah didalam jaringan. Dalam tanaman serai terkandung suatu enzim, yaitu enzim siklooksigenase yang dapat mengurangi peradangan yang diserap melalui kulit pada daerah yang meradang/bengkak pada penderita Arthritis Rheumtoid.

Pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

Tabel 5 Distribusi responden berdasarkan pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

No.	Variabel	Standar Deviasi	Mean	P value
1	Pretest	0,96609	5,4	0,004
2	Posttest	0,94868	3,7	(3,0214 – 4,3786)

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai p value $0,004 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021.

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa kompres hangat jahe memberikan perubahan terhadap skala nyeri lansia dengan rematik. Hal ini terlihat dari perbedaan antara skala nyeri yang sebelum dilakukan dalam kategori menyusahkan mengalami perubahan menjadi kategori mengganggu setelah diberikan kompres hangat jahe.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tejawati (2018) yang menunjukkan nilai uji statistik didapatkan nilai Sig. (2-tailed) pada ratapreratapost $0,000 < \alpha (0,05)$ dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang bermakna sebelum dan sesudah pemberian kompres jahe gajah selama 3 hari.

Kompres hangat menggunakan rebusan jahe juga efektif untuk mengurangi nyeri. Tejawati (2018) dalam penelitiannya mengatakan bahwa penurunan nyeri terjadi setelah dilakukan

Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

kompres hangat rebusan jahe. Hal ini dikarenakan jahe dapat mengurangi nyeri sendi jahe karena kandungan yang dimilikinya seperti sifat pedas, dan aromatic dari oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shogaol. Olerasin ini memiliki potensi anti inflamasi dan anti oksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak yang tidak menguap pada jahe berfungsi sebagai enhancer yang dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin untuk menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga ke sirkulasi perifer.

Perbandingan kompres hangat serai dan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

Tabel 6 Distribusi responden berdasarkan perbandingan kompres hangat serai dan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021

Kompres Hangat	Mean Rank	Sig. 2 tailed
Serai	16,20	0,015
Jahe	24,80	

Berdasarkan hasil uji *mann whitney* diketahui *sig. 2 tailed* 0,015 yang artinya ada perbedaan kompres hangat serai dan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota Jambi tahun 2021. Dari hasil tersebut diketahui nilai *mean rank* kompres hangat serai sebesar 16,20 dan kompres hangat jahe 24,80, sehingga dapat disimpulkan nilai *mean rank* kompres hangat jahe lebih tinggi dibandingkan kompres hangat serai yang artinya kompres hangat jahe lebih baik menurunkan nyeri rematik dibandingkan kompres hangat serai.

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa kompres hangat jahe lebih baik dalam menurunkan skala nyeri lansia dengan rematik. Hal ini terlihat dari penurunan skala nyeri yang terjadi sebelum dan sesudah yang dilakukan kompres hangat baik kompres hangat serai maupun kompres hangat jahe.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yanti (2019) yang menunjukkan hasil uji T-test pada kelompok perlakuan kompres jahe merah didapatkan $p = 0,000$ sedangkan hasil uji ttes pada kelompok kompres serai didapatkan nilai $p = 0,001$, berarti kompres jahe merah lebih efektif dari kompres serai (*Cymbopogon citratus*) terhadap intensitas nyeri pada penderita Arthritis Rheumatoid.

Kompres jahe lebih efektif dibandingkan dengan kompres serai karena kandungan minyak atsiri jahe lebih tinggi (1-3%) , dari pada kandaungan minyak atsiri pada serai (*Cymbopogon citratus*) yaitu cuma 0,4 %. Minyak atsiri yang dikandung jahe bermanfaat untuk mengurangi nyeri rematik karena jahe memiliki sifat pedas, pahit dan aromatic dari oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shogaol. Oleoresin memiliki potensi antiinflamasi dan antioksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak tidak menguap pada jahe berfungsi sebagai enhancer yang dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga sirkulasi perifer, Senyawa antioksidan alami dalam jahe cukup tinggi (Yanti, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian di atas, diketahui bahwa kompres hangat serai dan kompres hangat jahe memiliki manfaat yang sama yakni untuk menurunkan nyeri sendi yang terjadi pada penderita rematik. Akan tetapi, dalam penelitian ini diketahui bahwa pemberian kompres hangat jahe lebih efektif dibandingkan pemberian kompres hangat serai terhadap penurunan nyeri rematik pada lansia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada pengaruh kompres hangat serai terhadap penurunan nyeri (rematik) dengan nilai $p = 0,046 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) dengan nilai $p = 0,004 < 0,05$. Hasil uji *mann whitney* menunjukkan ada perbedaan kompres hangat serai dan kompres hangat jahe terhadap penurunan nyeri (rematik) di PTSW Budi Luhur Kota

Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

Jambi tahun 2021 dengan nilai *sig. 2 tailed* 0,015 < 0,05. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kompres hangat jahe lebih efektif menurunkan nyeri rematik dibandingkan kompres hangat serai.

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu pengobatan non farmakologi dalam penurunan nyeri rematik. Tenaga kesehatan yang berada di panti dapat memberikan sosialisasi atau penyuluhan kepada lansia sehingga dapat menggunakan kompres hangat jahe ataupun serai sebagai teknik nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri pada lansia yang menderita rematik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Selama pembuatan karya tulis ilmiah ini, peneliti mengucapkan terima kasih khususnya kepada kedua orang tua, saudara, dan keluarga besar yang telah memberikan dukungan moril maupun materil dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada dosen-dosen yang telah bersedia dan meluangkan waktunya untuk menyempurnakan karya tulis ilmiah ini, terkhususnya pada ibu Ns. Margareta Pratiwi, S.Kep., M.Kes, ibu Ns. Sri Mulyati, S.Kep., M.Kes, dan ibu Subang Aini Nasution, SKM., M.Kes. Peneliti juga mengucapkan terima kasih pada pimpinan PT SW Budi Luhur Kota Jambi beserta jajarannya yang telah memberikan izin untuk dilakukan penelitian, terkhususnya kepada teman-teman, sahabat yang telah memberikan dukungan dan semangatnya.

DAFTAR PUSTAKA

- 1) Adi, Lukas Tersono. 2016. *Tanaman Obat dan Jus untuk Asam Urat dan Rematik*. Jakarta : Penebar Swadaya
- 2) Agustin, Eva Kurnia Widi. *Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri pada*

Pasien dengan Post Operasi Apendiktomi di Eka Hospital BSD. Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul

- 3) Dewi, Rosliana. 2021. *Teknik Relaksasi Lima Jari*. Yogyakarta : Deepublish
- 4) Dukha, S. 2017. Perbandingan kompres jahe merah dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia (Studi di Dusun Canggong Desa Ngudirejo Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang). Skripsi STIKES Insan Cendikia Medika Jombang
- 5) Hariana, Arief. 2013. *262 Tumbuhan Obat dan Khasiatnya*. Jakarta : Penebar Swadaya
- 6) Hidayat. A.A. 2011. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- 7) Hidayat, Ridha. 2020. Efektifitas kompres serai hangat terhadap skala nyeri arthritis rematoid pada lansia di Desa Naumbai Wilayah Kerja Puskesmas Kampar. *Jurnal Ners Volume 4 Nomor 1 Tahun 2020 Halaman 29 – 34*
- 8) Kemenkes RI. 2019. *Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Kemenkes RI
- 9) Kholifah, S.N. 2016. *Keperawatan Gerontik*. Jakarta : Pusdik SDM Kesehatan
- 10) Kushariyadi, 2014. *Asuhan Keperawatan Pada Klien lanjut Usia*, Jakarta : Salemba Medika,
- 11) Mardana. I.K.R.P. 2017. *Penilaian Nyeri*. Universitas Udayana
- 12) Muhliah. Fauziah. 2017. *Tanaman Obat Keluarga (TOGA)*. Jakarta : Penebar Swadaya
- 13) Nanda International. 2017. *Diagnosis Keperawatan (Definisi & Klasifikasi 2015-2017)*. Jakarta : EGC

Perbandingan Kompres Hangat Serai Dengan Kompres Hangat Jahe Terhadap Penurunan Nyeri (Rematik)

- 14) Notoatmodjo, Soekidjo, 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit PT. Rineka Cipta. Jakarta
- 15) Nugroho, H. Wahjudi, 2012. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta : EGC
- 16) Nurarif .A.H. dan Kusuma. H. 2015. *APLIKASI Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC*. Yogyakarta: MediAction.
- 17) Nurfitriani, 2020. Pengaruh Kompres Serai Hangat terhadap Intensitas Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, Volume 9 Nomor 2.
- 18) Putri, Maria. 2019. *Khasiat dan Manfaat Jahe Merah*. Jawa Tengah : Alprin
- 19) Ramayulis, Rita. 2015. *Green Smoothie (100 resep 20 khasiat)*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- 20) Rufaridah, A. 2020. Pengaruh Kompres Serai Hangat terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis. *Ensiklopedia of journal*, Volume 2 Nomor 2 edisi Januari 2020.
- 21) Somantri, Ratna & Tantri, K. 2015. *Kisah dan Khasiat Teh*. Jakarta : Gramedia
- 22) Sugiyono, 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung : Alfabeta
- 23) Suraoka, I. 2013. *Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif (Pertama)*. Yogyakarta: Nuha Medika
- 24) Sunaryo, dkk. 2016. *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Andi Offset
- 25) Sutedja, Tety. R. 2019. *Buku Pintar Alam Sekitar*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo
- 26) Tanto, Chris. 2016. *Kapita Selekta Kedokteran Edisi IV Jilid II*. Jakarta : Media Aesculapius
- 27) Tejawati, Untari. 2018. Perbandingan kompres serai dan kompres jahe gajah terhadap nyeri sendi pada lanjut usia. *JOM FKp, Vol. 5 No. 2 (Juli-Desember) 2018*
- 28) World Health Organization. 2016. *Promoting Rational Use of Medicines: Core Components*. WHO. Geneva
- 29) Wijayakusuma H., 2014. *Tumbuhan Berkhasiat Obat Indonesia : Rempah, Rimpang, dan Umbi*. Jakarta : Milenia Popule
- 30) Yanti, E. 2019. Efektifitas kompres jahe merah (*Zingiber officinale Rosc*) dan serai (*Cymbopogon citratus*) dan terhadap intensitas nyeri pada lansia dengan arthritis rheumatoid. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory Volume 1 Nomor 2*