

## PENGARUH KOMPRES HANGAT KOMBINASI JAHE TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN OSTEOARTRITIS DI WILAYAH KERJA POLINDES KELURAHAN LAWANG

Adinda Alisabella<sup>1</sup>, Abdul Hanan<sup>2\*</sup>, Anggun Setyorini<sup>3</sup>, Lucia Retnowati<sup>4</sup>, Eddi Sujarwo<sup>5</sup>  
Prodi Keperawatan Lawang, Poltekkes Kemenkes Malang<sup>1,2,3,4,5</sup>

\*Corresponding Author : abdulhananmolla@gmail.com

### ABSTRAK

Osteoarthritis adalah penyakit sendi degeneratif yang umumnya terjadi pada dewasa madya dan lansia dengan gangguan pada sendi dan mempunyai gejala utama yaitu nyeri kronik. Terapi menggunakan Kompres Hangat Kombinasi Jahe efektif dalam meningkatkan aliran darah untuk mengurangi rasa nyeri dan menimbulkan rasa relaksasi pada otot sehingga proses inflamasi berkurang. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kompres hangat kombinasi jahe terhadap tingkat nyeri pada pasien osteoarthritis. Desain penelitian yang digunakan dalam peneltiini adalah *Pre Eksperimental Designs* dengan jenis rancangan *One Group Pretest-Posttest Design*. Teknik sampling yang digunakan peneliti adalah teknik *Probability sampling* dengan cara pengambilan sampel secara *Proportionate Stratified Random Sampling*. Jumlah sampel yang diambil 29 responden. Hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa terdapat perubahan yang signifikan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi Kompres Hangat Kombinasi Jahe. Hal ini dilihat dari uji *Paired T Test* antara pre test dan post test didapatkan nilai *p value*  $0,00 < 0,05$ , yang berarti  $H_0$  ditolak yang bermakna bahwa terdapat perubahan yang signifikan pada tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi Kompres Hangat Kombinasi Jahe.

**Kata kunci** : Tingkat Nyeri, Kompres Hangat Kombinasi Jahe, Osteoarthritis.

### ABSTRACT

*Osteoarthritis is a degenerative joint disease that generally occurs in middle adulthood and the elderly with disorders of the joints and has the main symptoms of chronic pain. Therapy using Warm Compress Ginger combination is effective in increasing blood flow to reduce pain and cause a sense of relaxation in the muscles so that the inflammatory process is reduced. The purpose of this study was to determine the effect of ginger combination warm compresses on pain levels in osteoarthritis patients. The research design used in this study was Pre Experimental Designs with One Group Pretest design-Posttest Design. The sampling technique used by researchers is the Probability sampling technique by means of sampling using Proportionate Stratified Random Sampling. The number of samples taken was 29 respondents. The results of this study found that there were significant changes in the level of pain before and after the intervention of Ginger Combination Warm Compress. This can be seen from the Paired T-Test between the pre-test and post-test p-value of  $0.00 < 0.05$ , which means that  $H_0$  is rejected, which means that there is a significant change in the level of pain before and after the intervention of Warm Ginger Combination Compress on respondents.*

**Keywords** : Pain Level, Ginger Combination Warm Compress, Osteoarthritis.

### PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan yang kumulatif, merupakan proses menurunkan daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh yang berakhir dengan kematian Nugroho, 2008 dalam (Budiarti, 2016). Usia, Perubahan gaya hidup, dan penggunaan sistem muskuloskeletal adalah penyebab utama untuk kehilangan kekuatan otot. Kerusakan otot

terjadi karena penurunan jumlah serabut otot dan atrofi secara umum pada organ dan jaringan tubuh (Stanley, 2006) dalam (Budiarti, 2016).

Osteoarthritis (penyakit pengapuran sendi) adalah penyakit sendi degeneratif yang umumnya terjadi pada dewasa madya dan lansia dengan gangguan pada sendi dan mempunyai gejala utama nyeri kronik. Nyeri yang terjadi pada pasien osteoarthritis merupakan nyeri muskuloskeletal yang termasuk ke dalam nyeri kronis (Sarafino, 2006) dalam (Budiarti, 2016). Berdasarkan survey *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2011, penderita osteoarthritis di dunia mencapai angka 151 juta dan 24 juta jiwa pada kawasan Asia Tenggara. Prevalensi penderita osteoarthritis total di Indonesia 34,3 juta orang pada tahun 2002. Pada tahun 2007 mencapai 36,5 juta orang dan 40 % dari populasi usia di atas 70 tahun menderita osteoarthritis dan 80 % mempunyai keterbatasan gerak dalam berbagai derajat dari ringan sampai berat. Di Indonesia, prevalensi osteoarthritis mencapai 5 % pada usia < 40 tahun, 30 % pada usia 40- 60 tahun, dan 65 % pada usia > 61 tahun serta osteoarthritis lutut secara radiologis cukup tinggi yaitu mencapai 15,5 % pada pria dan 12,7 % pada wanita (Soeroso, dkk., 2006 dalam Jon Farizal, dkk, 2016 dalam (Masyhurrosyidi, Kumboyono and Utami, 2016).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Wilayah Kerja Polindes Kelurahan Lawang pada tanggal 17 September 2019. Di dapatkan data melalui puskesmas pada 1 bulan terakhir sebanyak 145 orang penderita osteoarthritis. Di Kelurahan Lawang terdapat 11 RW. Selama ini penderita hanya mengkonsumsi obat-obatan dan tidak pernah menggunakan tindakan non farmakologi seperti kompres hangat dikombinasikan dengan jahe. Penyebab dari osteoarthritis hingga saat ini masih belum terungkap, namun beberapa faktor resiko untuk timbulnya osteoarthritis yaitu usia, obesitas, jenis kelamin, riwayat cedera sendi, pekerjaan dengan beban berat. Masalah fisiologis pada lanjut usia dengan osteoarthritis adalah nyeri (Potter & Perry, 2005 dalam (Putri, Rahmayanti and Diani, 2017).

Dampak nyeri pada osteoarthritis adalah penurunan kualitas harapan hidup seperti kelelahan yang demikian hebatnya, menurunkan rentang gerak tubuh dan nyeri pada gerakan. Kekakuan bertambah berat pada pagi hari saat bangun tidur, nyeri yang hebat pada awal gerakan akan tetapi kekakuan tidak berlangsung lama yaitu kurang dari seperempat jam. Kekakuan dipagi hari menyebabkan berkurangnya kemampuan gerak dalam melakukan gerak ekstensi, keterbatasan mobilitas fisik dan efek sistemik yang ditimbulkan adalah kegagalan organ dan kematian (Price, 2005 dalam Jon Farizal, dkk, 2016 dalam (Masyhurrosyidi, Kumboyono and Utami, 2016).

Strategi penatalaksanaan nyeri nonfarmakologis dalam menurunkan nyeri dapat dilakukan dengan cara massage, teknik distraksi, teknik relaksasi, dan kompres (Soeroso, 2006 dalam (Masyhurrosyidi, Kumboyono and Utami, 2016). Kompres hangat adalah suatu metode dalam penggunaan suhu hangat setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis, antara lain efek vasodilatasi, meningkatkan permeabilitas kapiler, meningkatkan metabolisme seluler, merelaksasi otot, meningkatkan aliran darah ke suatu area. Kompres hangat dapat meningkatkan suhu jaringan dan sirkulasi darah lokal, yang dapat menghambat produk metabolisme inflamasi seperti prostaglandin, bradikinin dan histamin sehingga dapat mengurangi nyeri (Heger, 2003 dalam Izza, 2014 dalam (Putri, Rahmayanti and Diani, 2017). Tidak hanya kompres hangat tetapi kompres jahe juga efektif untuk mengurangi nyeri. Kompres jahe adalah salah satu kombinasi antara terapi hangat dan terapi relaksasi yang bermanfaat pada penderita nyeri sendi. Penggunaan jahe dalam bentuk kompres lebih aman dibandingkan dengan penggunaan ekstrak jahe secara oral. Penggunaan ekstrak jahe secara oral yang sering dan dengan dosis yang tinggi dapat menyebabkan gangguan saluran pencernaan seperti diare (Therkleson, 2010 dalam (HASIM, 2017).

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 (Susilowati, 2015 dalam (HASIM, 2017).

Zingerol, gingerol, dan shogaol merupakan kandungan dari jahe yang bermanfaat untuk mengurangi nyeri Osteoarthritis. Jahe memiliki sifat pedas, pahit, dan aromatic dari oleoresin. Oleoresin memiliki potensi antiinflamasi dan antioksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak tidak menguap pada jahe berfungsi sebagai enhancer yang dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin sehingga dapat menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga sirkulasi perifer (Swarbick & Boylan, 2002 dalam Hadi, 2013) dalam (Budiarti, 2016). Penelitian terkait sebelumnya di lakukan oleh Indah, Nurhayati & Setiyajati (2013) Kompres jahe merupakan tindakan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu menggunakan cairan rebusan jahe yang mengandung senyawa *Phenol* yang mengurangi peradangan nyeri sendi. Penerapan kompres hangat yang telah sering dilakukan dapat dikolaborasi dengan beberapa tanaman herbal salah satunya dengan tanaman jahe.

Dalam penelitian ini untuk mengatasi nyeri sendi maka digunakan metode kompres hangat menggunakan jahe dengan cara masukkan handuk kecil/waslap kedalam air hangat dengan suhu 37-40<sup>0</sup>C kemudian peras handuk tersebut dan tempelkan ke daerah sendi yang terasa nyeri. Kemudian tambahkan parutan jahe diatas handuk kecil/waslap tersebut. Pengompresan dilakukan selama 15-20 menit Diharapkan dengan metode tersebut dapat mengurangi tingkat nyeri yang dialami pada penderita osteoarthritis. Kompres hangat menggunakan jahe dapat efektif dalam meningkatkan aliran darah untuk mengurangi rasa nyeri dan menimbulkan rasa relaksasi pada otot sehingga proses inflamasi berkurang. Selain itu jahe memiliki ketahanan panas dalam jangka waktu lama dan juga mempunyai efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas dimana rasa panas ini dapat meredakan rasa nyeri, kaku dan spasme otot serta terjadinya vasodilatasi pembuluh darah.

Tujuan Penelitian untuk mengetahui Pengaruh kompres hangat kombinasi jahe terhadap tingkat nyeri pada pasien osteoarthritis. Dimana peneliti mengidentifikasi Tingkat nyeri sebelum dan setelah dilakukan kompres hangat kombinasi jahe terhadap tingkat nyeri pada pasien osteoarthritis.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain *pre-experiment design* dengan jenis rancangan *One grouppretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi di Wilayah Kerja Polindes Kelurahan Lawang sebanyak 145 responden pada periode bulan Agustus 2019. Jumlah sampel dari penelitian ini sebanyak 29 responden yang memiliki kriteria Responden yang mengalami nyeri ringan sampai nyeri berat, Responden yang berumur 45-65 tahun. Sementara pasien yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini. mengalami trauma, perdarahan aktif dan kehilangan sensasi. Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Polindes Kelurahan Lawang pada tanggal 07 Desember 2019– 07 Januari 2020.

Pada kelompok intervensi kompres hangat kombinasi jahe diberikan selama 1x seminggu dalam 4 minggu dengan durasi 2-3 kali pengompresan dalam waktu 15-20 menit. Untuk minggu pertama dilakukan pengukuran tingkat nyeri sebelum dilakukan intervensi dan untuk minggu ke-2, 3 dan ke-4 dilakukan pengukuran tingkat nyeri sesudah dilakukan intervensi. Analisa data ini akan diolah dengan menggunakan aplikasi SPSS 25. Analisis univaria bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian yang terdiri dari data umur responden, jenis kelamin responden, riwayat trauma, pekerjaan (Notoadmodjo, 2012).

Sedangkan untuk normalitas data menggunakan *shapiro wilk*. Uji parametrik *Paired T-Test* digunakan untuk melihat ada tidaknya pengaruh atau penurunan tekanan darah sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) diberikan intervensi.

**HASIL****Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pekerjaan, dan Riwayat Trauma**

Karakteristik	N	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	20,7
Perempuan	23	79,3
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	2	6,9
IRT	16	55,2
Wiraswasta	8	27,6
Swasta	1	3,4
Kuli Bangunan	2	6,9
Riwayat Trauma		
Pernah		
Tidak Pernah	17	58,6
	12	41,4

Berdasarkan tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 23 responden (79,3%). Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan responden paling banyak sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu sebanyak 16 responden (55,2). Karakteristik responden berdasarkan riwayat trauma menunjukkan sebagian besar pernah mengalami riwayat trauma dengan sejumlah 17 responden (58,6).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur**

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std Dev
Umur Responden	29	45	65	55.59	7,29

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan rata-rata umur responden adalah 55,59 tahun, yaitu sebanyak 29 responden (20,7%). Umur terendah responden pada penelitian ini adalah 45 tahun dan umur tertinggi adalah 65 tahun.

**Tabel 3 Identifikasi Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pemberian Kompres Hangat Kombinasi Jahe**

No	Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
1	Pre-Test Tingkat Nyeri	29	3	8	5,69	1,58
2	Post-Test Tingkat Nyeri	29	2	7	4,24	1,43

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan tingkat nyeri sebelum pemberian Kompres Hangat Kombinasi Jahe pada pasien Osteoarthritis yang berjumlah 29 responden didapatkan hasil maximum tingkat nyeri 8 (nyeri berat) sejumlah 8 responden (28%) dengan rerata tingkat nyeri 5,69. Sedangkan tingkat nyeri sesudah pemberian kompres hangat kombinasi jahe pada pasien osteoarthritis didapatkan hasil maximum tingkat nyeri 7 (nyeri berat) sejumlah 1 responden (3%) dengan rerata tingkat nyeri 4,24.

**Tabel 4 Analisis Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah dilakukan Intervensi Uji Statistik Paired t-test.**

Skala Nyeri	N	Mean	SD	Sig. (2 tailed)
Pre test	29	5,69	1,583	0,00
Post test	29	4,24	1,431	0,00

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan uji Paired t-test antara Pre test dan Post test didapatkan nilai sig. (2 tailed) =  $0,00 < 0,05$ , maka didapatkan hasil bahwa terdapat perubahan yang signifikan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi Kompres Hangat Kombinasi Jahe.

## PEMBAHASAN

### Identifikasi Tingkat Nyeri Sebelum Dilakukan Intervensi Kompres Hangat Kombinasi Jahe.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui menunjukkan bahwa hasil tabulasi data tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi kompres hangat kombinasi jahe pada pasien Osteoarthritis sejumlah 29 responden didapatkan hasil maximum tingkat nyeri 8 (nyeri berat) sejumlah 8 responden (28 %) dan rerata tingkat nyeri 5,69.

Menurut peneliti, data hasil penelitian menunjukkan sebelum pemberian intervensi kompres hangat kombinasi jahe pada pasien Osteoarthritis tingkat nyeri yang dialami responden termasuk tingkat nyeri berat. Sejumlah 8 responden (28%) yang mengalami nyeri berat dengan tingkat nyeri 8 dikarenakan umur responden diatas 60 tahun dan tergolong usia lansia (*elderly*). Peneliti beranggapan bahwa bertambahnya usia akan memperberat tingkat nyeri yang dialami masing-masing individu. Seiring bertambahnya usia akan mengakibatkan terjadinya penyempitan rongga sendi dan menimbulkan nyeri pada persendian. Tidak hanya umur yang dapat menjadi faktor penyebab nyeri sendi. Jenis kelamin dapat menjadi faktor timbulnya osteoarthritis. Sebagian besar penderita osteoarthritis adalah perempuan. Ditemui sebanyak 23 responden (79%) berjenis kelamin perempuan. Peneliti beranggapan bahwa jenis kelamin juga bisa menjadi faktor penyebab osteoarthritis. Karena seorang perempuan seiring bertambahnya usia hormone estrogen akan menurun. Selain itu riwayat trauma dan pekerjaan dapat mempengaruhi timbulnya osteoarthritis. Peneliti beranggapan bahwa dikarenakan pada sendi yang mengalami trauma akan menyebabkan rusaknya ligamntum dan kondrosit pada sendi. Terdapat sebagian besar pekerjaan sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) yang mengalami osteoarthritis sejumlah 16 responden (55%). Peneliti beranggapan bahwa ibu rumah tangga yang melakukan pekerjaan berulang-ulang akan menyebabkan osteoarthritis. Dikarenakan ibu rumah tangga dengan keseharian menyapu, mengepel, mencuci sering menggunakan sendi-sendi dengan sering dan timbulnya nyeri pada persendian.

Berdasarkan teori, Menurut Yuli, Reni (2014) dalam (Budiarti, 2016) Osteoarthritis biasanya terjadi pada usia lanjut, jarang dijumpai penderita osteoarthritis yang berusia dibawah 40 tahun. Usia rata-rata laki-laki yang mendapat osteoarthritis yaitu pada umur 59 tahun dengan puncaknya pada usia 55-64 tahun, sedangkan wanita 65 tahun dengan puncaknya pada usia 65-74 tahun.

Osteoarthritis terjadi pada sendi-sendi sinovial. Kartilago sendi mengalami degenerasi dan sebagai reaksi terjadi pembentukan tulang yang baru di daerah tepi serta daerah subkondrium sendi. Degenerasi terjadi karena kerusakan pada kondrosit. Kartilago tersebut menjadi lunak seiring pertambahan usia dan terjadi penyempitan rongga sendi (Kowalak, Welsh, & Mayer, 2011). Penyakit sendi degeneratif merupakan suatu penyakit kronik, tidak meradang, dan progresif lambat, yang seakan-akan merupakan proses penuaan, rawan sendi mengalami kemunduran dan degenerasi disertai dengan pertumbuhan tulang baru pada bagian tepi sendi. Proses degenerasi ini disebabkan oleh proses pemecahan kondrosit yang merupakan unsur penting rawan sendi (dr. Hermayudi & Ariani, 2017).

Toleransi terhadap nyeri meningkat sesuai dengan pertambahan usia, semakin bertambah usia seseorang, maka semakin bertambah pula pemahaman terhadap nyeri dan usaha untuk mengatasinya. Dimana pada orang dewasa kadang melaporkan nyeri jika suda patologis dan mengalami kerusakan fungsi. Pada lansia cenderung memendam nyeri yang dialami, karena

mereka menganggap nyeri adalah hal alamiah yang harus dijalani dan mereka khawatir jika mengalami penyakit berat atau diperiksakan (Hidayat, 2015). Dampak nyeri pada pasien osteoarthritis adalah penurunan kualitas hidup seperti kelelahan dan menurunkan rentang gerak tubuh. Nyeri pada penderita osteoarthritis adalah suatu hal yang harus diperhatikan pada penderita (Potter & Perry, 2005 dalam (Putri, Rahmayanti and Diani, 2017).

### **Identifikasi Tingkat Nyeri Sesudah dilakukan Intervensi Kompres Hangat Kombinasi Jahe**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui menunjukkan bahwa hasil tabulasi data tingkat nyeri setelah diberikan intervensi kompres hangat kombinasi jahe pada pasien Osteoarthritis mengalami penurunan tingkat nyeri. Didapatkan hasil tingkat nyeri dari 29 responden, maximum tingkat nyeri 7 (nyeri berat) sejumlah 1 responden (3%) dan rerata tingkat nyeri setelah intervensi yaitu tingkat nyeri 4,24. Rata-rata selisih tingkat nyeri sebelum dan setelah dilakukan intervensi yaitu tingkat nyeri 1,45.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat nyeri yang berbeda-beda pada setiap responden, hal ini disebabkan oleh faktor yang mempengaruhi seperti lingkungan, umur, riwayat trauma, dan mekanisme pemecahan masalah yang setiap responden berbeda. Setelah melakukan tindakan kompres hangat kombinasi jahe selama 4 kali dapat menurunkan tingkat nyeri. Pada hasil tingkat nyeri yang didapatkan melalui hasil pengukuran skala nyeri dari posttest mengalami perbaikan skala nyeri dengan harapan tindakan yang diberikan peneliti dapat mengatasi nyeri yang dialami responden.

Menurut peneliti tercapainya penurunan tingkat nyeri menggunakan kompres hangat kombinasi jahe efektif dalam meningkatkan aliran darah untuk mengurangi rasa nyeri dan menimbulkan rasa relaksasi pada otot sehingga proses inflamasi berkurang. Selain itu jahe memiliki ketahanan panas dalam jangka waktu lama dan juga mempunyai efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas dimana rasa panas ini dapat meredakan rasa nyeri, kaku, spasme otot serta terjadinya vasodilatasi pembuluh darah dan memberikan rasa ketenangan dan kenyamanan.

Hasil penelitian sesuai dengan teori yang telah diuraikan bahwa Kompres jahe merupakan tindakan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu menggunakan cairan rebusan jahe yang mengandung senyawa *Phenol* yang mengurangi peradangan nyeri sendi. Penerapan kompres hangat yang telah sering dilakukan dapat dikolaborasi dengan beberapa tanaman herbal salah satunya dengan tanaman jahe (Indah, Nurhayati & Setiyajati, 2013). Jahe memiliki peran penting pada pencegahan suatu penyakit. Namun mekanisme pasti dari manajemen penyakit belum diketahui sepenuhnya. 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 (Susilowati, 2015 dalam (HASIM, 2017). *Zingerol*, *gingerol*, dan *shogaol* merupakan kandungan dari jahe yang bermanfaat untuk mengurangi nyeri osteoarthritis. Jahe memiliki sifat pedas, pahit, dan aromatic dari oleoresin. Oleoresin memiliki potensi antiinflamasi dan antioksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak tidak menguap pada jahe berfungsi sebagai enhancer yang dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin sehingga dapat menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga sirkulasi perifer (Swarbick & Boylan, 2002 dalam Hadi, 2013) dalam (Budiarti, 2016).

### **Analisis Pengaruh Kompres Hangat Kombinasi Jahe Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Osteoarthritis**

Data hasil penelitian setelah diolah menggunakan uji *Paired T-Test* diketahui bahwa nilai signifikan *Pre-test* adalah  $p=0,000$  dan nilai signifikan *Post-test* adalah  $p=0,000$ . Dari hasil

analisa data tersebut menunjukkan hasil antara *pre test* dan *post test* didapatkan nilai sig. (2 tailed) = 0,00 < 0,05, yang berarti H<sub>0</sub> ditolak yang bermakna bahwa terdapat perubahan yang signifikan pada tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi Kompres Hangat Kombinasi Jahe.

Peneliti berpendapat bahwa hasil penelitian ini adanya penurunan tingkat nyeri yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat kombinasi jahe. Kompres hangat itu sendiri dapat menurunkan nyeri karena terjadinya proses vasodilatasi pembuluh darah sehingga dapat menyebabkan pelebaran pada pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah pada bagian yang mengalami nyeri. Sedangkan kompres jahe merupakan tindakan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu menggunakan cairan rebusan jahe yang mengandung senyawa phenol yang mengurangi nyeri dan memiliki efek anti radang. Selain itu kandungan dari jahe yaitu Zingerol, gingerol, dan shogaol bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri dimana jahe memiliki sifat pedas, pahit, dan aromatic dari oleoresin. Kompres hangat menggunakan jahe efektif dalam meningkatkan aliran darah untuk mengurangi rasa nyeri dan menimbulkan rasa relaksasi pada otot sehingga proses inflamasi berkurang. Terapi ini dilakukan terjadwal yaitu 1 minggu 1x selama 4 minggu dengan durasi 2-3 kali dalam 15-20 menit. Dengan dilakukannya terapi secara terjadwal maka akan mempengaruhi proses penurunan tingkat nyeri.

Hasil penelitian sesuai dengan teori yang telah diuraikan bahwa Kompres jahe merupakan tindakan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu menggunakan cairan rebusan jahe yang mengandung senyawa *Phenol* yang mengurangi peradangan nyeri sendi. Penerapan kompres hangat yang telah sering dilakukan dapat dikolaborasi dengan beberapa tanaman herbal salah satunya dengan tanaman jahe (Indah, Nurhayati & Setiyajati, 2013). Jahe memiliki peran penting pada pencegahan suatu penyakit. Namun mekanisme pasti dari manajemen penyakit belum diketahui sepenuhnya. 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 (Susilowati, 2015 dalam (HASIM, 2017). *Zingerol*, *gingerol*, dan *shogaol* merupakan kandungan dari jahe yang bermanfaat untuk mengurangi nyeri osteoarthritis. Jahe memiliki sifat pedas, pahit, dan aromatic dari oleoresin. Oleoresin memiliki potensi antiinflamasi dan antioksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak tidak menguap pada jahe berfungsi sebagai enhancer yang dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin sehingga dapat menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga sirkulasi perifer (Swarbick & Boylan, 2002 dalam Hadi, 2013) dalam (Budiarti, 2016).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan bahwa hasil identifikasi tingkat nyeri sebelum dilakukan tindakan kompres hangat kombinasi jahe didapatkan hasil pretest rerata tingkat nyeri dengan maksimum tingkat nyeri 8 (nyeri berat). Pada hasil identifikasi tingkat nyeri sesudah dilakukan tindakan kompres hangat kombinasi jahe didapatkan hasil posttest rerata tingkat nyeri nilai maximum 7 (nyeri berat). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Ada Pengaruh Kompres Hangat Kombinasi Jahe terhadap tingkat nyeri pada pasien osteoarthritis.

Terapi kompres hangat kombinasi jahe dapat dijadikan sebagai tindakan alternative untuk menurunkan nyeri, diucapkan terimakasih kepada para responden yang telah bersedia berpartisipasi dan kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Malang yang memberikan fasilitas terbaik kepada kami peneliti

**DAFTAR PUSTAKA**

- Budiarti, R. (2016) *Pemberian Terapi Kompres Jahe dan Massage Terhadap Intensitas Nyeri pada Asuhan Keperawatan NY Y dengan Osteoarthritis di Panti Sasana Tresna Werdha Dharma Bhakti Wonogiri*.
- HASIM, R. W. (2017) '*Perbedaan efektivitas kompres jahe merah dan kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lanjut usia*'.
- Masyhurrosyidi, H., Kumboyono, K. and Utami, Y. W. (2016) 'Pengaruh Kompres Hangat Rebusan Jahe Terhadap Tingkat Nyeri Subakut dan Kronis pada Lanjut Usia dengan Osteoarthritis Lutut di Puskesmas Arjuna Kecamatan Klojen Malang Jawa Timur', *Majalah Kesehatan FKUB*, 1(1), pp. 39–44.
- Putri, S. Q. D., Rahmayanti, D. and Diani, N. (2017) '*Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Pstw Budi Sejahtera Kalimantan Selatan*', *Dunia Keperawatan*, 5(2), p. 90. doi: 10.20527/dk.v5i2.4112.