
Pengaruh Kompres Serei Hangat Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri pada Penderita Rematik Di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikma Kecamatan Batang Kuis

Effects of Warm Lemongrass Compresses on Pain Reduction in Rheumatism Patients at Babussalam Nurul Hikma Hospital in Batang Kuis District

Syahferi Anwar⁽¹⁾ & Rizka Ramadana Barus⁽²⁾

Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Haji Medan, Indonesia

Diterima : 29 April 2020; Disetujui : 30 April 2020; Dipublish : 30 April 2020

*Corresponding author: E-mail: syahferia@gmail.com

Abstrak

Rematik adalah penyakit yang menyerang sendi, penyakit ini menyebabkan inflamasi, kekakuan, pembengkakan, dan rasa sakit pada sendi, otot, ligamen, dan tulang, hingga menyebabkan kelumpuhan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kompres serei hangat terhadap pengurangan rasa nyeri pada penderita rematik. Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimen one group pre and posttest*. Populasi yaitu seluruh lanjut usia yang mengalami nyeri rematik yaitu 15 orang, teknik pengambilan sampel *total sampling* dengan jumlah 15 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar observasi. Analisa data dilakukan dengan *univariat* dan *bivariat* menggunakan *Uji paired t-test*. Hasil penelitian intensitas nyeri rematik sebelum kompres serei hangat 5,87 dan setelah kompres serei hangat 3,33. Hasil perbedaan intensitas nyeri rematik sebelum dan sesudah kompres serei hangat yaitu 2,533. Kesimpulan dari penelitian ini adanya pengaruh kompres serei hangat terhadap pengurangan rasa nyeri pada penderita rematik di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kecamatan Batang Kuis. Saran untuk penelitian ini bagi institusi pendidikan diharapkan dapat menjadi bahan bacaan kepustakaan, untuk tempat penelitian diharapkan pimpinan Panti Jompo menambahkan program pengobatan nyeri dengan cara nonfarmakologi.

Kata kunci : Rematik; Nyeri; Kompres Serei.

Abstract

Rheumatism is a disease that attacks the joints, this disease causes inflammation, stiffness, swelling, and pain in the joints, muscles, ligaments, and bones, causing paralysis. The purpose of this study was to determine the effect of warm lemongrass compresses on pain reduction in rheumatism sufferers. This study uses a quasi one group pre and post test test design. The population is all elderly who experience rheumatic pain that is 15 people, the total sampling technique is 15 people. Data collection is done by observation sheets. Data analysis was performed by univariate and bivariate using paired t-test. The results of the study showed the intensity of rheumatic pain before compressing warm cereals 5.87 and after compressing warm cereals 3.33. The results of the difference in the intensity of rheumatic pain before and after warm compresses are 2,533. The conclusion of this research is the effect of warm compresses on lemongrass on pain reduction in rheumatism sufferers at Babussalam Nurul Nursing Nursing Home in Batang Kuis District. Suggestions for this research for educational institutions are expected to become literature reading material, for the research site it is expected that the leadership of the Nursing Home adds pain treatment programs by nonpharmacology.

Keywords: Rheumatism; Pain; Compress Cereals.

Rekomendasi mensitasi :

Anwar, S., & Barus, R.R., (2020). Pengaruh Kompres Serei Hangat Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri pada Penderita Rematik Di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikma Kecamatan Batang Kuis. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 1(1): 61-67.

PENDAHULUAN

Perubahan-perubahan akan terjadi pada tubuh manusia sejalan dengan makin meningkatnya usia. Perubahan tubuh terjadi sejak awal kehidupan hingga usia lanjut pada semua organ dan jaringan tubuh. Keadaan demikian itu tampak pula pada semua sistem muskuloskeletal dan jaringan lain yang ada kaitannya dengan kemungkinan timbulnya beberapa golongan reumatik. Salah satu dari golongan reumatik yang sering menyertai usia lanjut yang menimbulkan gangguan muskuloskeletal terutama adalah arthritis rheumatoid (Idris, 2013).

Rematik adalah kelainan inflamasi yang terutama mengenai membran sinovial dari persendian dan umumnya ditandai dengan nyeri persendian, kakusendi, penurunan mobilitas dan kelelahan. Rematik bukan merupakan suatu penyakit, tapi merupakan suatu sindrom dan golongan penyakit yang menampilkan perwujudan sindroma Rematik cukup banyak, namun semuanya mewujudkan adanya persamaan ciri (Baughman, 2014).

Rematik adalah penyakit yang menyerang sendi. Sekalipun kata rematik sudah akrab di telinga kita, faktanya adalah hingga kini belum ada pemahaman yang memadai tentang penyakit rematik (Sudoyo, 2012).

Rematik merupakan suatu penyakit yang tersebar luas serta melibatkan semua kelompok ras dan etnik di dunia. Penyakit ini merupakan suatu penyakit *autoimun* yang ditandai dengan terdapatnya *sinoviti serosive simetrik* yang walaupun terutama mengenai jaringan persendian, seringkali juga melibatkan organ tubuh lainnya yang disertai nyeri

dan kaku pada system otot (*musculoskeletal*) dan jaringan ikat/*connectivetissue* (Sudoyo, 2012).

Penyakit ini menyebabkan inflamasi, kekakuan, pembengkakan, dan rasa sakit pada sendi, otot, tendon, ligamen, dan tulang. Penyakit ini dapat dikategorikan secara luas berupa penyakit sendi, keterbatasan fisik, gangguan tulang belakang, dan kondisi yang disebabkan oleh trauma (WHO, 2015).

Organisasi kesehatan dunia (WHO) melaporkan bahwa 20%, penduduk dunia terserang penyakit rematik. Dimana 5-10% adalah mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% mereka yang berusia 55 tahun. Lebih dari 355 juta orang didunia ternyata menderita penyakit rematik. Itu berarti, setiap enam orang di dunia ini satu di antaranya adalah penyandang rematik yang mana jumlah penduduk dunia tahun 2012 sebanyak kurang lebih 7 miliar jiwa. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25% akan mengalami kelumpuhan (Wiyono, 2011)

Prevalensi penyakit ini cukup rendah, namun rematik menimbulkan dampak sosioekonomi yang besar karena penyakit ini menyebabkan kerusakan sendi yang progresif dan nyeri, terutama sendi kecil yang berada di tangan sehingga mengganggu aktivitas fisik penderita (Serdaroglu, 2016). Setelah 20 tahun, 80% penderita rematik akan mengalami kecacatan permanen (Marsland et al, 2013). Menegakkan diagnosis dan memulai terapi sedini mungkin dapat menurunkan progresifitas penyakit, sehingga mencegah penderita jatuh ke

keadaan yang lebih parah (Suarjana, 2014).

Nyeri adalah sensasi yang sangat tidak menyenangkan dan sangat individual yang tidak dapat dibagi dengan orang lain. Nyeri dapat memenuhi seluruh pikiran seseorang, mengubah kehidupan orang tersebut. Akan tetapi, nyeri adalah konsep yang sulit dikomunikasikan oleh klien (Berman, 2012).

Keluhan adanya rasa nyeri atau sakit sering kali merupakan alasan individu untuk mendapatkan perawatan medis. Berdasarkan *American Pain society (APS)* 50 juta warga Amerika lumpuh sebagian atau total karena nyeri, dan 45% dari warga Amerika membutuhkan perawatan nyeri yang persisten seumur hidup mereka. Kira-kira 50-80% pasien di rumah sakit mengalami nyeri di samping keluhan lain yang menyebabkan pasien masuk rumah sakit (Ivan, 2013). Nyeri lebih sering merupakan pengalaman psikologis dan bentuk dari distress manusia yang paling umum, menetap dan seringkali berkontribusi terhadap penurunan kualitas hidup (Hadjistravopoulos and Craigh, 2013).

Secara umum nyeri di kategorikan menjadi dua yaitu nyeri akut dan nyeri kronis. Nyeri akut merupakan nyeri yang berlangsung dari beberapa detik hingga kurang dari enam bulan biasanya dengan awitan tiba-tiba dan umumnya berkaitan dengan cedera fisik dimana nyeri akut mengindikasikan adanya kerusakan atau cedera telah terjadi dan tidak ada penyakit sistemik, biasanya menurun sejalan dengan terjadinya penyembuhan, salah satunya adalah nyeri akibat pembedahan. Nyeri kronik adalah nyeri konstan atau intermiten yang menetap sepanjang suatu

periode waktu dimana nyeri ini berlangsung di luar waktu penyembuhan yang diperkirakan dan sering tidak dapat dikaitkan dengan penyebab atau cedera spesifik Smeltzer & Bare (2012), Nyeri kronis dapat tidak mempunyai awitan yang ditetapkan dengan tepat dan sering sulit untuk diobati karena biasanya nyeri ini tidak memberikan respon terhadap pengobatan yang diarahkan pada penyebabnya dimana nyeri ini berlangsung selama enam bulan atau lebih (Wright & Baxter, 2014).

Nyeri berdasarkan tingkatnya terdiri dari nyeri ringan yaitu dengan intensitas rendah. Nyeri sedang yaitu nyeri yang menimbulkan reaksi. Nyeri berat, yaitu nyeri dengan intensitas yang tinggi. Tidak nyeri = bila skala intensitas nyeri numerik 0, nyeri ringan = bila skala intensitas nyeri numerik 1-3, nyeri sedang = bila skala intensitas nyeri numerik 4-6, nyeri berat = bila skala intensitas nyeri numerik 7-9, sangat berat = bila skala intensitas nyeri numerik 10 (Langganawa, 2014).

Namun, begitu banyak aktivitas keperawatan nonfarmakologi yang dapat digunakan untuk menghilangkan nyeri. Metode penghilang nyeri non farmakologi biasanya mempunyai resiko lebih rendah. Meskipun tindakan tersebut bukan merupakan pengganti untuk obat-obatan, tindakan tersebut mungkin dapat mempersingkat episode nyeri (Potter, Perry, 2013).

Salah satu tindakan untuk menghilangkan nyeri secara non farmakologi yaitu dengan menghangatkan persendian yang sakit. Mekanisme metode ini samadengan metode terapi pijat yang menggunakan terapi gate kontrol. Ada

bermacam-macam cara pemanasan yaitu kompres hangat dengan handuk, dengan mendekatkan botol ke kedua sendi yang sakit dan bias juga dengan berjemur di bawah sinar matahari. Penggunaan panas mempunyai keuntungan meningkatkan aliran darah ke suatu area dan kemungkinan dapat turut menurunkan nyeri, panas yang lembab dapat menghilangkan kekakuan pada pagi hari akibat rematik (Potter,Perry, 2013).

Pada buku Herbal Indonesia disebutkan bahwa khasiat tanaman serei mengandung minyak atsiri yang memiliki sifat kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasapedas dan bersifat hangat sebagai anti radang (anti inflamasi) dan menghilangkan rasa sakit atau nyeri yang bersifat analgetik serta melancarkan sirkulasi darah, yang di indikasikan untuk menghilangkan nyeri otot dan nyeri sendi pada penderita rematik,badan pegalinu dan sakit kepala (Hembing, 2015).

Penelitian dari *The Science and Technology* yang dikutip dalam livestrong.com telah menentukan bahwa serai memiliki manfaat anti oksidan yang dapat membantu mencegah kanker, dalam serei terdapat kandungan zat anti-mikroba dan anti bakteri yang berguna sebagai obat infeksi serta mengandung senyawa analgetik yang membantu menghilangkan rasa sakit atau nyeri seperti nyeri otot dan nyeri sendi akibat rematik atau anti rematik (Hembing, 2015).

Para ilmuwan dari Universitas Gorin di Israil pada tahun 2012 telah menemukan bahwa dalam serei adasenyawa yang dapat meringankan peradangan dan iritabilitas serta dalam tumbuhan serei itu juga terdapat suatu

senyawa yang dapat mematikan sel kanker,dalam tanaman serei terkandung zat biotik yaituminyak serei dikenal dengan minyak atsiri yang dapatdigunakan sebagai obat alternative untuk bahan pijatrematik (Hembing, 2015).

Serei memiliki kandungan antibakteri dan anti mikroba sehingga sangat baik untuk mencegah infeksi. Selain itu, terdapat kandungan senyawa analgesik yang berguna untuk meredakan rasa sakit kepala, nyeri pada otot sendi. Manfaat lain dari serei adalah dapat digunakan untuk menurunkan panas, meluruhkan dahak, mengobati batuk, obat kumur dan penghangat badan (Hembing, 2015).

Serei adalah tumbuhan anggota suku rumput-rumputan yang dimanfaatkan sebagai bumbu dapur untuk mengharumkan makanan. Minyak serei adalah minyak Atsiri yang diperoleh dengan jalan menyuling bagian atas tumbuhan tersebut. Serei bisa membantu mengurangi rasa sakit dan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh sakit kepala dan migrain karena sifat analgesik yang dimilikinya. Fitonutrien yang terdapat pada serei dapat meningkatkan sirkulasi darah dan membantu mengurangi kejang, kram otot, keseleo, sakit punggung, dan dapat mengurangi rasa nyeri (Handoyo 2012).

Dari survei awal yang dilakukan penulis bahwa cara mengatasi nyeri rematik yang di lakukan oleh penderita rematik di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kec. Batang Kuis yaitu dengan cara memijat bagian yang nyeri dengan menggunakan Balsem.

Di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kec. Batang Kuis memiliki 15 orang lansia yang menderita rematik, data ini didapat peneliti dari petugas kesehatan yang ada di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah.

Berdasarkan hal tersebut dan dari uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti mengenai "Pengaruh kompres serei hangat terhadap pengurangan skala nyeri rematik di panti jompo Babussalam Nurul Hikmah Kec. Batang kuis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *quasi exprimen one group pre and posttest*. Variabel independen atau variabel bebas yang disebut juga dengan variabel sebab yaitu karakteristik dari subjek yang dengan keberadaannya menyebabkan perubahan pada variabel lainnya (Dharma, 2011).

Variabel dependent atau variabel terikat adalah variabel akibat atau variabel yang akan berubah akibat pengaruh atau perubahan yang terjadi pada variabel indepeden (Dharma, 2011).

Populasi yaitu seluruh lanjut usia yang mengalami nyeri rematik yaitu 15 orang, teknik pengambilan sampel total sampling dengan jumlah 15 orang penderita rematik di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kecamatan Batang Kuis, mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 8 orang (53,3%), berusia 61-70 tahun sebanyak 11orang (73,3%), suku batak sebanyak 8 orang (53,3%).

HASIL DAN PEMBAHANSAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Panti Jompo Babussalam

Nurul Hikmah Kecamatan Batang Kuis Tahun 2018. Didapatkan gambaran skala nyeri pada penderita rematik sebelum diberikan kompres serei hangat sebagai berikut :

Tabel 1.
Distribusi Skala nyeri penderita rematik sebelum diberikan kompres serei hangatdi Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kecamatan Batang Kuis

Sekala Nyeri	Jumlah	%	Mean	Media	sd
Tiak nyeri	0	0			
Nyeri ringan	1	6,7			
Nyeri sedang	9	60	5,87	6.00	1,246
Nyeri berat	5	3,3			

Berdasarkan tabel di atas sebelum pemberian kompres serei hangat di peroleh mayoritas mengalami nyeri sedang sebanyak 9 orang 60%. Nilai mean nyeri rematik sebesar 5,87, dan nilai median sebesar 6,00, dengan nilai std. deviasi sebesar 1,246.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kecamatan Batang Kuis Tahun 2018. Didapatkan gambaran Pengurangan nyeri pada penderita rematik sesudah diberikan kompres serei hangat sebagai berikut :

Tabel 2.
Distribusi Pengurangan skala nyeri pada penderita rematik sesudah diberikan kompres serei hangatdi Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kecamatan Batang Kuis Tahun 2018.

Sekala nyeri	Jumla h	%	Mea n	Medi a	sd
Tiak nyeri	0	0			
Nyeri ringan	10	66,7			
Nyeri sedang	5	33,3	3,33	3.00	1,113
Nyeri berat	0				

Berdasarkan tabel di atas sesudah pemberian kompres serei hangat di peroleh mayoritas mengalami nyeri ringan sebanyak 10 orang 66,7%. Nilai mean nyeri rematik sebesar 3,33, dan nilai median sebesar 3,00, dengan nilai std.deviasi sebesar 1,113.

Tabel 3
 Pengaruh kompres serei hangat terhadap pengurangan skala nyeri pada penderita rematik di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kecamatan Batang Kuis Tahun 2018.

Variabel	Mean	Media	sd	P value
Nyeri rematic pre tes	5,87	6,00	1,246	
Nyeri rematic post tes	3,33	3,00	1,113	,000

Berdasarkan table di atas hasil uji *paired t-test*, maka di peroleh nilai mean tingkat rasa nyeri *pre test* sebesar 5,87, mean tingkat rasa nyeri *post test* sebesar 3,33, dan di peroleh nilai median *pre test* sebesar 6,00, median *post test* sebesar 3,00, dengan nilai std. Deviasi rasa nyeri 1,113 di peroleh nilai p-volue sebesar 0,000 oleh karena p-volue ($0,000 < 0,005$) maka H_0 di tolak dan H_a di terima sehingga dapat di katakan ada pengaruh kompres serei hangat terhadap pengurangan rasa nyeri pada penderita rematik di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kec.Batang Kuis tahun 2018.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti mengenai pengaruh kompres serei hangat terhadap pengurangan skala nyeri pada penderita rematik di Panti Jompo Babussalam Nurul

Hikmah Kecamatan Batang Kuis dapat disimpulkan bahwa :

1. Skala nyeri sebelum diberikan kompres serei hangat mayoritas nyeri sedang.
2. Skala nyeri sesudah diberikan kompres serei hangat mayoritas nyeri ringan.
3. Ada pengaruh kompres serei hangat terhadap pengurangan Skala nyeri pada penderita rematik di Panti Jompo Babussalam Nurul Hikmah Kec.Batang Kuis Tahun 2018.

DAFTAR PUSTAKA

- American Medical Association, 2013. American Medical Association Complete Guide to Prevention and Wellnes.Wiley, United State of American.
- American College of Rheumatology. 2012. Osteoarthritis. Lake Boulevard NE, Atlanta.
- Baughman, 2014. Keperawatan Medikal Bedah, Brunner and Suddarth.Jakarta :EGC.
- Berman, B. dan Evans, J.R. 2012, Retail Managemena strategic approach,Prentice Hall, United States of America,
- Dharma, K, 2011. Metodologi Penelitian Keperawatan, Jakarta : CV Trans Info Media.
- Fitriani, 2013, Perubahan Pada Lansia. Health.Detik.Com.Diakses Tanggal 22 November 2015. Pukul 08.30.
- Fatmawati, Lis, 2011. Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Tingkat Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I.
- Gabriel, J.F. 2016. Fisika Kedokteran. Jakarta : EGC.
- Hembing Wijayakusuma. 2015. Ramuan Tradisional Untuk Pengobatan Artritis Rheumatoid.
- Handoyo, 2012. Pemilihan Terapi Rematik yang Efektif, Aman dan Ekonomis. Diakses Tanggal 30-10-2012 dari <http://www.goggle.com>
- Kesehatan Tubuh. 2017. Riset Kesehatan Dasar, Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Kusyati, E. Astuti, L, P. Pratiwi, D, D. (2015). Efektifitas Tekhnik Relaksasi NafasTingkat Nyeri Persalinan Kala I.
- Kozier. 2014. Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Jakarta : EGC

- Langganawa, 2014. Medical-Surgial Nursing: Critical thinking in client care. Jakarta : EGC
- M. Asikin dkk. 2016. Kapita Selekta Kedokteran Edisi 3 Jilid 1. Jakarta: Media Aesculapius
- Nursalam. 2013. Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : EGC
- Notoadmodjho, S. 2005. Metodologi Penelitian Dan Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Potter, P.A, & Perr, A.G 2012. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik edisi 4. Jakarta : EGC
- Smeltzer, & Bare. 2012. Keperawatan Medical Bedah_Brunet & Suddart, Jakarta. EGC
- Sugiyono. 2011. Metodologi Penelitian Kuantatif dan R dan D. Bandung : Alfa Beta
- Sudoyo. 2012. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Edisi 4, Jilid 1.