



EFEKTIVITAS TERAPI KOMPRES HANGAT JAHE MERAH DAN JAHE PUTIH TERHADAP PENURUNAN NYERI PASIEN OSTEOATRITIS LUTUT PADA LANSIA DI DESA NGABAR KECAMATAN KRATON KABUPATEN PASURUAN

Eric Hartono¹, Grido Handoko², Titik Suhartini³
Stikes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo
Email Korespondensi: erichartono4@gmail.com

ABSTRAK

Osteoarthritis lutut adalah penyakit inflamasi kronis sistemik yang ditandai dengan pembengkakan dan nyeri sendi lutut, serta destruksi membrane synovial persendian. Nyeri lutut dengan di berikan kompres hangat Jahe Merah dan jahe Putih dapat memberikan sensasi hangat dan melebarkan pembuluh darah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui KeEfektivitasan Pemberian Kompres hangat antara Jahe Merah dan Jahe Putih Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Lutut Pada lansia Penderita Osteoarthritis Di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan. Jenis penelitian ini kuantitatif dengan menggunakan metode Pre - Eksperimen dengan Pendekatan Two group pre – post test Desain. Populasi 42 penderita Osteoarthritis Di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan. Sedangkan untuk Osteoarthritis khusus pada lutut di ambil Sampel 32 penderita. Yaitu 16 kelompok kompres hangat Jahe Merah dan 16 kelompok kompres hangat jahe Putih dengan tehnik Purposive sampling. Pengambilan data menggunakan lembar observasi skala Numeric Rating Scale (NRS) yang dianalisis dengan uji Independen T- Test. Hasil penelitian dengan menggunakan uji independent t - test didapatkan nilai p- value kelompok perlakuan kompres hangat Jahe Merah $0,000 < \alpha = 0,005$ menunjukkan bahwa H0 di tolak dan H1 diterima sehingga ada pengaruh Pemberian Kompres Jahe Merah Terhadap Perubahan Nyeri Lutut Pada Penderita Di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan. Pemberian kompres hangat Jahe Merah ternyata lebih Efektiv dapat menurunkan nyeri Lutut pada penderita Osteoarthritis dan diharapkan bisa menjadi salah satu alternative intervensi untuk mengurangi nyeri sendi lutut pada penderita OsteoAtritis.

Kata Kunci :Terapi Kompres Hangat Jahe Merah dan Jahe Putih, Nyeri, Osteoarthritis

ABSTRACT

Knee osteoarthritis is a chronic, systemic inflammatory disease characterized by swelling and pain in the knee joint, as well as destruction of the joint synovial membrane. For knee pain, giving a warm compress of Red Ginger and White Ginger can provide a warm sensation and dilate blood vessels. The aim of this research is to determine the effectiveness of giving warm compresses between red ginger and white ginger in reducing knee joint pain in elderly people suffering from osteoarthritis in Ngabar Village, Kraton District, Pasuruan

Regency. This type of research is quantitative using the Pre - Experiment method with a Two group pre - post test Design Approach. Population of 42 sufferers of osteoarthritis in Ngabar Village, Kraton District, Pasuruan Regency. Meanwhile, for osteoarthritis specifically of the knee, a sample of 32 patients was taken. Namely 16 groups of red ginger warm compresses and 16 groups of white ginger warm compresses using purposive sampling technique. Data were collected using a Numeric Rating Scale (NRS) observation sheet which was analyzed using the Independent T-Test. The results of research using the independent t-test showed that the p-value of the Red Ginger Warm Compress treatment group was $0.000 < \alpha = 0.005$, indicating that H_0 was rejected and H_1 was accepted so that there was an effect of giving Red Ginger Compress on Changes in Knee Pain in Patients in Ngabar Village, District. Pasuruan Regency Palace. Giving warm compresses from red ginger turns out to be more effective in reducing knee pain in sufferers of osteoarthritis and is expected to be an alternative intervention to reduce knee joint pain in sufferers of osteoarthritis.

Keywords : Warm Compress Therapy of Red Ginger and White Ginger, Pain, Osteoarthritis.

PENDAHULUAN

Osteoarthritis (OA) dikenal penyakit sendi degeneratif merupakan yang paling umum terjadi pada semua bentuk artritis dan menyebabkan nyeri dan disabilitas pada lansia. Penyakit ini ditandai dengan kehilangan progresif kartilago sendi, sinovitis (inflamasi sinovium yang melapisi sendi), nyeri sendi, kekakuan, dan kehilangan gerakan sendi (Lemone, 2018:1679). Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi penderita osteoarthritis di dunia pada tahun 2014 mencapai 151,4 juta jiwa. Di negara barat seperti Amerika dan Eropa prevalensi osteoarthritis mencapai 22,3 juta jiwa dan 40,2 juta jiwa, sedangkan di Asia Tenggara prevalensi mencapai 27,4 juta jiwa. Pada tahun 2030, prevalensi osteoarthritis di Amerika Serikat diperkirakan akan meningkat menjadi 67 juta kasus. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Pasuruan pada tahun 2022 terdapat lansia sebanyak 34.305 jiwa (24,95%) yang terdiri dari lansia laki-laki sebanyak 14.545 jiwa (23,01%) dan lansia perempuan sebanyak 19.760 jiwa (26,59%). Didapatkan data dari Puskesmas Ngempit tahun 2023 bahwa yang menderita penyakit osteoarthritis lutut di desa ngabar terdapat lansia yang berjumlah 42 orang. Dan Mengacu pada hasil wawancara sebelumnya pada bulan juli didesa Ngabar lebih dari 20 responden lansia mengeluh nyeri lutut. Setelah dilakukan wawancara lebih dari 20 lansia mengatakan mereka mengatasi nyeri dengan cara dipijat dan beristirahat dan sebgaiian membeli obat Pereda nyeri di toko – toko terdekat. Responden lansia juga mengatakan tidak mengetahui tentang manfaat kompres hangat jahe merah dan jahe putih dan belum pernah melakukannya.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Terapy Kompres Hangat Jahe Merah dan Jahe Putih Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Osteoarthritis lutut pada Lansia di Desa Ngabar Kecamatan Kraton”. Terdapat permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini yaitu Bagaimana “Perbandingan ke Efektivan Terapy Kompres Hangat antara Jahe Merah dan Jahe Putih Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Osteoarthritis lutut pada Lansia di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Pre – Eksperimen dengan Pendekatan Two group pre – post test Desain yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan sebab akibat dengan pembagian 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan jahe merah dan kelompok perlakuan jahe

putih. Pada ke 2 kelompok subjek ini dilakukan observasi juga sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan untuk mengetahui tingkat ke efektifan dari suatu perlakuan atau intervensi dari Kelompok perlakuan pada jahe merah dan jahe putih.

Menurut slovin (sugiono,2014), besar sampel penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{42}{1 + 32(0,05)^2}$$

Keterangan:

n : Besar sampel

N : Populasi, jumlah populasi dalam penelitian ini

e : Presentasi kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa di tolerir 5%.

$$n = \frac{42}{1 + 32(0,05)^2} = \frac{42}{1,375} = 32$$

Dilakukan pembulatan, sehingga jumlah sampel sebanyak 32. Perhitungan slovin diatas menghasilkan jumlah responden sebanyak 32 responden, dengan tingkat kesalahan 5%.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

dasarkan penelitian yang dilakukan pada bulan agustus Di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan, didapatkan hasil data umum sebagai berikut :

Tabel.1 Distribusi frekuensi penderita Osteoarthritis Lutut berdasarkan Usia Di Desa Ngabar kecamatan Kraton Bulan Agustus 2023.

Kelompok Umur (tahun)	Kompres Hangat	Kompres Hangat	Jumlah
	Parutan Jahe Merah	Parutan Jahe Putih	
< 60 tahun	Jumlah 0	Jumlah 0	0
61-70 tahun	13	13	26
71-80 tahun	3	3	6
Jumlah	16	16	32

Sumber : Data Primer 14 - 31 Agustus 2023

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden dengan usia 61 - 70 tahun dengan jumlah 26 responden.

Tabel 2. Karakteristik Penderita Osteoarthritis lutut di Desa Ngabar Berdasarkan Jenis Kelamin Di Desa Ngabar kecamatan Kraton

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki- laki	3	10,3
Perempuan	29	89,7
Total	32	100

Sumber : Data Primer 14 - 31 Agustus 2023

Berdasarkan tabel 2 dari 32 responden dapat diketahui bahwa sebagian besar jenis kelamin perempuan dengan jumlah 29 responden (89,7%).

Tabel 3 Karakteristik Nyeri sebelum diberi terapi kompres hangat kelompok Jahe Merah dan kelompok kompres hangat Jahe Putih di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan.

Pretest	Perlakuan Jahe Merah	Perlakuan Jahe Putih
Mean	4,08	4,08
Median	4,00	4,00
Modus	3	3

Sumber : Data Primer 14 - 31 Agustus 2023

Berdasarkan tabel 3 nyeri yang dirasakan pada kelompok perlakuan sebelum diberi kompres jahe Merah didapatkan rata - rata 4,08 dan nyeri yang dirasakan pada kelompok kompres hangat jahe Putih sebelum di observasi di dapatkan rata – rata 4,08.

Tabel 4 Karakteristik Nyeri sesudah di beri terapi kompres hangat kelompok kompres jahe Merah dan terapi hangat kelompok kompres jahe putih di Desa Ngabar Kecamatan Kraton.

Postest	Perlakuan Jahe Merah	Perlakuan Jahe Putih
Mean	2,54	3,33
Median	3,00	3,00
Modus	3	3
Min – Max	1 - 4	2 - 5

Sumber : Data Primer 14 - 31 Agustus 2023

Berdasarkan tabel .4 nyeri yang dirasakan pada kelompok perlakuan sesudah diberi kompres jahe Merah didapatkan rata - rata 2,54 dan nyeri yang dirasakan pada kelompok kompres hangat jahe Putih sesudah di observasi di dapatkan rata – rata 3,31.

Analisis Bivariat

Berdasarkan uji normalitas di dapatkan nilai Jahe Merah sebelum perlakuan 4,08 dan sesudah perlakuan $2,54 > \alpha (0,05)$ dan nilai Jahe Putih sebelum perlakuan 4,08 dan sesudah perlakuan $3,33 > \alpha (0,05)$ yang diartikan berdistribusi normal.

Tabel 5 Nyeri sendi lutut lansia penderita Osteoarthritis sebelum dan sesudah di berikan pada kelompok Perlakuan kompres hangat jahe merah dan kelompok kompres hangat jahe putih.

Variabel	Perlakuan kompres hangat jahe merah		Perlakuan kompres hangat jahe putih	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
N	16	16	16	16
Mean	4,08	2,50	4,08	3,33
Min-Max	2-6	1-4	2-5	2-4

P-value	0,000	0,053
---------	-------	-------

Sumber : Data Primer 14 - 31 Agustus 2023

Berdasarkan uji independent t- test, didapatkan mean sebelum dilakukan terapi kompres hangat parutan Jahe merah yaitu 4,08 dan sesudah dilakukan terapi menjadi 2,50 dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh yang dirasakan sangat signifikan dalam Penurunan skala nyeri sendi lutut pada lansia Di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan. Sedangkan untuk Teraphy kompres hangat Parutan Jahe Putih didapatkan mean sebelum dilakukan terapi adalah 4,08 dan sesudah diteraphy 3,33 dengan p-value sebesar 0,053. Oleh karena $\beta\text{-value } 0,053 > \alpha(0,05)$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 di terima dan H_1 di tolak. H_0 bisa diterima karena hanya sedikit pengaruh yang di rasakan dalam penurunan skala nyeri sendi lutut lansia sebelum dan sesudah di observasi pada kelompok kompres hangat jahe putih Di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data dengan lembar observasi terhadap responden post intervensi tanggal 14 - 31 Agustus 2023 dan setelah diolah, maka penulis akan membahas mengenai Efektifitas Teraphy Kompres Hangat Jahe Merah Dan Jahe Putih Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Osteoarthritis Lutut Pada Lansia Di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan. Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan kompres jahe Merah yang dilakukan terhadap 32 responden didapatkan Mean 4,08, median 4,00, modus 3 dan min-max 2-6. Pada 32 responden tersebut sebagian besar mengalami nyeri sendi lutut yang sangat mengganggu aktivitas.

Nyeri Sendi lutut merupakan penyakit yang umum terjadi pada masyarakat dari kelompok lansia. Selain faktor usia, banyak hal yang mempengaruhi percepatannya, nyeri sendi muncul karena banyaknya lansia yang tidak bisa mengontrol gaya hidupnya (Kurnia, 2015). Nyeri sendi lutut bisa disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya penurunan fungsi tubuh dan fungsi sel untuk beregenerasi. Pada lansia, sistem muskuloskeletal akan mengalami beberapa perubahan seperti perubahan pada jaringan penghubung (kolagen dan elastin), berkurangnya kemampuan kartilago untuk beregenerasi, kepadatan tulang berkurang, perubahan struktur otot, dan terjadi penurunan elastisitas sendi. Hal ini yang menyebabkan sebagian besar dari lansia mengalami gangguan sistem muskuloskeletal, yang menyebabkan nyeri sendi. Nyeri sendi pada pagi hari ditimbulkan karena kehilangan total massa tulang progresif, beberapa penyebab kehilangan ini adalah perubahan hormonal, dan reabsorpsi tulang aktual (Izza, 2014).

Menurut Ani, dkk (2014) menyebutkan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak menderita nyeri persendi dibandingkan laki- laki. Karena semakin mendekati menopause, esterogen juga akan berkurang. Maka elastisitas jaringan termasuk sendi lutut dan panggul berkurang. fungsi bantalan tulang untuk merendampun juga berkurang, yang akhirnya menimbulkan nyeri sendi. Nyeri pada lansia umumnya merupakan dampak dari penurunan fungsi tubuh khususnya pada sistem muskuloskeletal. Lansia perempuan cenderung mengabaikan pola makan dan aktivitas sehingga mempengaruhi timbulnya penyakit sendi.

Efektivitas Kompres hangat Jahe Merah terhadap penurunan nyeri pasien Osteoarthritis lutut pada lansia di Desa Ngabr kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan.

Berdasarkan hasil data membuktikan bahwa Kompres Jahe Merah memiliki nilai yang signifikan. Di lihat dari tabel 5.3 dimana kelompok perlakuan kompres hangat Jahe Merah didapatkan pengaruh yang signifikan dengan menggunakan uji analisis independen t - test

menunjukkan hasil uji statistik di dapatkan nilai $p - \text{value} 0,000 < \alpha = 0,05$ berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima yaitu ada pengaruh yang signifikan pemberian kompres Jahe Merah terhadap perubahan nyeri sendi lutut Osteoarthritis. Sedangkan pada kelompok Jahe putih menunjukkan nilai $p = 0,053 > \alpha = 0,005$ sehingga H_0 diterima dan H_1 ditolak yaitu ada pengaruh tetapi kurang signifikan atau kurang efektif terhadap perubahan nyeri sendi lutut Osteoarthritis

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian yang berjudul Efektifitas Teraphy Kompres Hangat Jahe Merah Dan Jahe Putih Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Osteoarthritis Lutut Pada Lansia Di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan didapatkan kesimpulan sebagai berikut: Nyeri sendi pada lutut sebelum diberi terapi pada kelompok perlakuan kompres hangat Jahe Merah dan Jahe Putih didapatkan mean pada kelompok perlakuan kompres jahe Merah yaitu 4,08 dan kelompok kompres jahe Putih 3,83. Nyeri lutut sesudah diberi terapi dan di Observasi pada kelompok perlakuan kompres hangat jahe Merah dan jahe Putih didapatkan mean pada kelompok perlakuan kompres jahe Merah 2.54 dan kelompok jahe Putih 3,31. Ada perbedaan nyeri sendi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Intervensi kompres hangat antara jahe Merah dan jahe Putih. Menunjukkan H_0 di tolak H_1 di terima dengan $p - \text{value} 0,000 < (0,05)$. Sehingga ada pengaruh yang signifikan atau sangat Efektif pemberian kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Osteoarthritis Lutut Pada Lansia Di Desa Ngabar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan.

Dari hasil penelitian yang penulis lakukan, maka penulis ingin menyampaikan beberapa saran sebagai berikut : Bagi Responden Diharapkan dapat menerapkan metode non farmakologi dengan menggunakan kompres jahe Merah, karena kompres jahe Merah telah terbukti efektif untuk menurunkan nyeri sendi lutut pada penderita Osteoarthritis. Bagi Tenaga Kesehatan Diharapkan hasil penelitian kompres jahe merah ini dapat digunakan sebagai salah satu terapi komplementer yang bisa mengurangi nyeri sendi lutut pada penderita Osteoarthritis. Bagi Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian serupa dengan metode yang berbeda yaitu dengan merebus terlebih dahulu parutan jahe Merah dengan rentang waktu yang lebih lama sehingga bisa melihat efek jahe yang lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Izza, Syarifatul. 2014. Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangat dan Pemberian Kompres Jahe terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran. Jurnal. Program Studi Keperawatan STIKES Ngudi Waluyo Ungaran
- I Made, Ainun dan Arsani. 2015. Pengaruh Terapi Kompres Hangat dengan Jahe terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Lansia yang Menderita Arthritis Reumathoid di Panti Sosial Thresna Werdha Puspakarma Mataram. Jurnal. STIKES Mataram
- Brunner & Sudart. 2002. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, edisi 8 volume 2. Jakarta : EGC
- Padilla. (2013). Buku ajar keperawatan gerontik. Yogyakarta : Nuha Medika. Nugroho, W. 2016. Keperawatan Gerontik dan Geriatrik, edisi 3. Jakarta: EGC
- Darmojo, B. (2006). Buku Ajar Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut), Edisi 3. Balai Pustaka FKUI, Jakarta
- Widiyanti, R. 2009. Analisis Kandungan Fenol Total Jahe (*Zingiber officinale Rosco*) Secara In Vitro. Skripsi. Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Indonesia Jakarta

- Maryam, dkk. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, Jakarta : Salemba Medika
- Sukandar, dkk. 2009. *Iso Farmakoterapi*. Jakarta : PT ISFI
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu keperawatan: Pendekatan praktis Edisi 3*. Jakarta : Salemba Medika
- Sugiono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif, dan R & D*. Bandung : Alfabeta. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan, Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoadmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta. Kozier. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Klinis*. Edisi 5. Jakarta : EGC.