

Pengaruh Kompres Air Hangat Parutan Jahe terhadap Penurunan Nyeri *Arthritis Rheumatoid* pada Wanita Menopause

The Effect of Grated Ginger Warm Water Compresses on Reducing Rheumatoid Arthritis Pain in Menopausal Women

¹Bela Purnama Dewi, ²Ika Aprilia Utami
^{1,2}STIKes Mitra Adiguna Palembang, Indonesia
Email: belapurnamadewi@gmail.com

Submisi: 1 Januari 2023; Penerimaan: 15 februari 2023; Publikasi: 28 Februari 2023

Abstrak

Mayoritas wanita menopause (90,32%) mengeluhkan rasa tidak nyaman pada tulang, persendian, dan otot. Umum nya paling banyak terdapat pada persendian kaki dan persendian tangan yang mampu mengakibatkan nyeri yang sering meradang dan dijelaskan keluhan dan gangguan tersebut bisa dikatakan sebagai *arthritis rheumatoid*. Pengobatan secara komplementer ini yang menggunakan kompres hangat dengan parutan jahe untuk mengurangi nyeri pada *arthritis rheumatoid* dapat dilakukan oleh perawat secara mandiri tanpa adanya kolaborasi dengan tim medis lainnya. Kompres air hangat dengan parutan jahe dapat mengurangi nyeri pada wanita menopause yang mengalami arthritis rhematoid karena jahe memiliki kandungan enzim siklo-oksigenase. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres air hangat dengan parutan jahe terhadap penurunan nyeri athritis reumathoid pada wanita menopause. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata nyeri sebelum dilakukan kompres hangat yaitu $4,63 \pm 5,00$, sedangkan rerata nyeri sesudah dilakukan kompres hangat yaitu $1,10 \pm 1,00$. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *uji wilcoxon* didapatkan p value = 0,000, dengan nilai $\alpha=0,05$ ($p < \alpha$), berarti ada pengaruh kompres hangat dengan jahe terhadap intensitas nyeri pada wanita menopause dengan *arthritis rheumatoid* di RT 02 Kelurahan Talang Jambe Kota Palembang Tahun 2023.

Kata kunci: *Arthritis rheumatoid*, Kesehatan Reproduksi, Menopause, Nyeri

Abstract

The majority of postmenopausal women (90.32%) complained of discomfort in the bones, joints and muscles. Generally it is mostly found in the joints of the feet and joints of the hands which can cause pain which is often inflamed and described as complaints and disorders that can be said to be Rheumatoid Arthritis. This complementary treatment that uses warm compresses with grated ginger to reduce pain in rheumatoid arthritis can be done by nurses independently without collaboration with other medical teams. Warm water compresses with grated ginger can reduce pain in menopausal women who experience rheumatoid arthritis because ginger contains cyclo-oxygenase enzymes. This study aims to determine the effect of warm water compresses with grated ginger on reducing rheumatoid arthritis pain in postmenopausal women. The results of this study indicate that the average pain before applying warm compresses is 4.63 ± 5.00 , while the average pain after applying warm compresses is 1.10 ± 1.00 . Based on the results of statistical tests using the Wilcoxon test, it was found that p value = 0.000, with a value of $\alpha = 0.05$ ($p < \alpha$), meaning that there was an effect of warm compresses with ginger on pain intensity in postmenopausal women with rheumatoid arthritis at RT 02 Talang Jambe Palembang City in 2023.

Keywords: Rheumatoid Arthritis, Reproductive Health, Menopause, Pain

Pendahuluan

Menopause adalah penghentian permanen menstruasi yang disebabkan kegagalan ovarium ini dapat didiagnosis setahun periode menstruasi terakhir dan bersifat retrospektif. Periode yang mengarah ke perubahan ini disebut perimenopause. Hal ini ditandai dengan perubahan biologis dan endokrin yang menyebabkan gejala dan pendarahan yang tidak teratur. Sekitar 80% wanita memiliki setidaknya satu gejala menopause dan 45% ditemukan wanita menopause dalam masalah usia rata-rata saat menopause yaitu 52 tahun, atau dalam rentang usia 45-58 tahun (Pratiwi, 2021). World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa tahun 2030 nanti ada sekitar 1,2 miliar perempuan yang berusia di atas 50 tahun. Sebagian besar dari mereka sekitar 80% tinggal di negara berkembang dan setiap tahunnya populasi perempuan menopause meningkat sekitar tiga persen. Artinya kesehatan perempuan khususnya patut mendapatkan perhatian sehingga akan meningkatkan angka harapan hidup dan tercapainya kebahagiaan serta kesejahteraan secara psikologis (Nurlina, 2021). Mayoritas wanita menopause (90,32%) mengeluhkan rasa tidak nyaman pada tulang, persendian, dan otot. Umumnya paling banyak terdapat pada persendian kaki dan persendian tangan yang mampu mengakibatkan nyeri yang sering meradang dan dijelaskan keluhan dan gangguan tersebut bisa dikatakan sebagai *arthritis rheumatoid* (Widjayanti, 2017).

Menurut Data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan angka kejadian *arthritis rheumatoid* mengalami peningkatan setiap tahunnya pada tahun 2019 127.673 kasus dan terjadi peningkatan kembali pada tahun 2020 sebanyak 135.216 kasus. Pada tahun 2021 sebanyak 156.231 kasus (Dinas Kesehatan Palembang, 2022). *Arthritis rheumatoid* merupakan penyakit autoimun sistemik kronik yang menyebabkan inflamasi jaringan ikat, terutama disendi, penyebab *arthritis rheumatoid* tidak diketahui pasti, biasanya dipicu oleh *stressor* seperti infeksi, faktor genetik dan lingkungan diyakini berperan dalam perkembangan penyakit ini. Gejala penyakit *rheumatoid arthritis* akan berbeda, namun gejala yang paling sering muncul yaitu

rasa kaku, kemerahan, bengkak, terasa hangat dan timbul rasa nyeri. Gejala tersebut harus segera ditangani, karena jika tidak, akan bertambah parah dan menyebar ke bagian tubuh lainnya (Fatmawati, 2019). Jika dibiarkan tidak tertangani, *rheumatoid arthritis* berisiko menyebabkan komplikasi berupa *carpal tunnel syndrome* yaitu kondisi yang menimbulkan mati rasa kesemutan, nyeri, atau lemah di tangan dan pergelangan tangan. Sindrom ini terjadi ketika saraf di dalam pergelangan tangan terhimpit atau tertekan. Penderita *rheumatoid arthritis* juga dapat mengalami kondisi yang lebih serius seperti penyakit jantung dan penyakit paru-paru (Ariyanto, 2021).

Ada beberapa pengobatan yang bisa dilakukan untuk mengatasi gejala rheumatoid arthritis agar tidak semakin memburuk, yakni: Pemberian obat akan dilakukan berbeda-beda pada tiap pengidap. Hal ini akan disesuaikan dengan kondisi penyakit yang dialami oleh pengidap. Obat-obatan bisa berupa obat antiinflamasi non-steroid dan kortikosteroid. (Sunarti & Alhuda, 2018). Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan secara mandiri untuk mengurangi nyeri dengan teknik relaksasi dan distraksi, cara lain yaitu kompres hangat yang bertujuan untuk menstimulasi permukaan kulit yang mengontrol nyeri. Kompres hangat dengan jahe dapat mengurangi nyeri pada penderita arthritis rheumatoid karena jahe memiliki kandungan enzim siklo-oksigenase, dimana mengandung beberapa komponen seperti pati (52,0%), minyak astiri (3,9%) serta saripati yang tercampur di dalam alkohol (9,93%). Jahe bersifat pahit, pedas serta aromatik yang berasal dari olerasin yaitu gingerol, zingeron dan shogaol. Dimana terdapat anti radang dari olerasin, antioksidan yang kuat serta anti nyeri. Sehingga olerasin atau zingeron ini berguna untuk menghambat sintesis prostaglandin hingga mampu mengurangi nyeri sendi ataupun ketegangan otot (Syamsu, 2017). Selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas, dimana dapat meredakan rasa nyeri, kaku, dan spasme otot atau terjadinya vasodilatasi pembuluh darah, manfaat yang maksimal

akan dicapai dalam waktu 20 menit sesudah aplikasi panas (Sari, 2021).

Pada studi lapangan menurut data Ketua RT 02 Kelurahan Talang Jambe (2022) sebanyak 30 wanita berusia 45 – 59 tahun atau dalam kategori pra lanjut usia dan diperkirakan menghadapi menopause. Dari 30 wanita yang menopause di kelurahan tersebut keseluruhan wanita tersebut mengeluh nyeri – nyeri pada otot, dan meraka tidak tahu bahwa ini dampak dari menopause.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre eksperiment* dengan menggunakan rancangan *one group pre post test design* yaitu penelitian yang mencoba untuk membuktikan pengaruh tindakan pada satu kelompok subjek, kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian di observasi kembali setelah dilakukan intervensi untuk mengetahui hasil kompres air hangat parutan jahe dari penurunan tingkat nyeri arthritis rheumatoid pada wanita menopause.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 22 Januari sampai dengan 31 Januari 2023 di wilayah RT 02 Kelurahan Talang Jambe Kota

Palembang. Dimana dalam penelitian ini sampel diberikan *pretest* (observasi awal) ditanyakan tingkat nyeri terlebih dahulu sebelum melakukan intervensi dan kemudian dilakukan *posttest* (observasi akhir). Penelitian ini menggunakan prinsip etika dalam pengumpulan datanya yaitu prinsip manfaat, prinsip menghargai hak-hak subyek dan prinsip keadilan. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi terdiri atas identitas responden dan tingkat nyeri menggunakan *scale pain rate* skor 0-10. Analisa data yang digunakan untuk data bivariat menggunakan analisa *uji wilcoxon*.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Analisa Univariat

Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 22 Januari sampai dengan 31 Januari 2023 di wilayah RT 02 Kel. Talang Jambe Kota Palembang. Data yang digunakan pada penelitian ini merupakan hasil observasi peneliti pada responden. Data yang terkumpul kemudian diolah dan selanjutnya di lakukan analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan rerata skor nyeri sebelum dilakukan kompres hangat dengan jahe terlihat dalam tabel berikut ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Nyeri Sebelum Melakukan Kompres Air Hangat Parutan Jahe pada Wanita Menopause di Wilayah Rt. 02 Kel. Talang Jambe Kota Palembang Tahun 2023

<i>Pretest</i>	Mean Median	SD	Min/ Maks	95% CI
Nyeri Sebelum Melakukan Kompres Air Hangat Parutan Jahe	4,63 5,00	1.033	3-7	4,25 5,02

Berdasarkan tabel 1 didapat hasil bahwa rerata skor nyeri sebelum dilakukan kompres hangat dengan jahe sebesar 4,63, dengan skor median sebesar 5,00 dan standar deviasi 1,033. Skor nyeri sebelum dilakukan kompres hangat dengan jahe terendah adalah 3 dan skor tertinggi adalah 7. Dari hasil estimasi

interval dapat disimpulkan 95% bahwa rerata nyeri sebelum dilakukan kompres hangat dengan jahe diantara 4,25 sampai dengan 5,02.

Hasil penelitian menunjukkan rerata skor nyeri sesudah dilakukan kompres hangat dengan jahe terlihat dalam tabel berikut ini.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Nyeri Sesudah Melakukan Kompres Air Hangat Parutan Jahe pada Wanita Menopause di Wilayah Rt. 02 Kel. Talang Jambe Kota Palembang Tahun 2023

<i>Pretest</i>	Mean Median	SD	Min/ Maks	95%CI
Nyeri Ssudah Melakukan Kompres Air Hangat Parutan Jahe	1,10 1,00	0.712	0-2	0,83 1,37

Berdasarkan tabel 2 didapat hasil bahwa rerata skor nyeri sebelum dilakukan kompres

hangat dengan jahe sebesar 1,10, dengan skor median sebesar 1,00 dan standar deviasi

0,712. Skor nyeri sebelum dilakukan kompres hangat dengan jahe terendah adalah 0 dan skor tertinggi adalah 2. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% bahwa rerata nyeri sebelum dilakukan kompres hangat dengan jahe diantara 0,83 sampai dengan 1,37.

Sebelum melakukan analisis bivariat, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji *shapiro-wilk* karena sampel kurang dari 50 responden, dengan ketentuan jika *p value* $\geq 0,05$ maka data terdistribusi normal, jika *p value* $\leq 0,05$ maka data terdistribusi tidak normal.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Hasil Uji Normalitas Nyeri Sebelum Melakukan Kompres Air Hangat Parutan Jahe pada Wanita Menopause di Wilayah Rt. 02 Kel. Talang Jambe Kota Palembang Tahun 2023

Rerata Nyeri	Rerata	SD	Min/Max	value
<i>Pre Test</i>	4,63	1.033	3-7	0,18
<i>Post Test</i>	1,10	0.712	0-2	0,00

Berdasarkan Tabel 3 menjelaskan bahwa rerata skor nyeri sebelum dilakukan kompres hangat dengan jahe, sebesar 4,63 dengan skor minimum sebesar 3 dan maksimum sebesar 7, sedangkan rerata skor nyeri sesudah dilakukan kompres air hangat parutan jahe sebesar 1,10 dengan skor minimum sebesar 0 dan maksimum sebesar 2. Hasil uji *shapiro-wilk* skor nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres air hangat parutan jahe

menunjukkan *p value* $< 0,05$, artinya Ha diterima dan skor nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat dengan jahe berdistribusi tidak normal.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh kompres hangat dengan jahe terhadap intensitas nyeri pada wanita menopause dengan *arthritis rheumatoid*.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Variabel Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Parutan Jahe terhadap Penurunan Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Wanita Menopause di Wilayah RT. 02 Kel. Talang Jambe Kota Palembang Tahun 2023

No.	Intensitas Nyeri	Rerata ± Standar Deviasi	<i>p value</i>
1.	<i>Pretest</i>	4,63 ± 5,00	0,000
2.	<i>Posttest</i>	1,10 ± 1,00	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa rerata nyeri sebelum dilakukan kompres hangat yaitu $4,63 \pm 5,00$, sedangkan rerata nyeri sesudah dilakukan kompres hangat yaitu $1,10 \pm 1,00$. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan *p value* = 0,000, dengan nilai $\alpha = 0,05$ ($p < \alpha$), berarti ada pengaruh kompres hangat dengan jahe terhadap intensitas nyeri pada wanita menopause dengan *arthritis rheumatoid* di RT 02 Kel. Talang Jambe Kota Palembang tahun 2023. Dengan standar deviasi penyebaran data yang kurang beragam dikarenakan memakai 1 kelompok sesuai dengan kriteria inklusi sehingga dalam distribusi frekuensi data diatas mendapatkan hasil tidak ada perbedaan yang terlalu signifikan antara nilai mean tetapi pengaruh kompres air air hangat parutan jahe bisa menurunkan nyeri *rheumatoid arthritis* pada wanita menopause.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian sebelum melakukan kompres air hangat parutan jahe menunjukkan tingginya angka *arthritis rheumatoid* pada usia 45 – 69 tahun dikarenakan pada saat usia tersebut cairan sinovial dalam sendi sudah berkurang akibat pemakaian yang berlebihan di waktu muda seperti olah raga berlebihan, bekerja berlebihan, gerakan sendi yang berlebihan, serta berat badan yang berlebihan menyebabkan kelenturan sendi menjadi berkurang. Akibatnya sendi menjadi terasa sangat nyeri saat digerakkan karena pelumas yang ada sudah berkurang akibat pemakaian yang berlebihan tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh oleh Virgo & Sopianto (2019), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan nyeri pada penderita RA di Puskesmas Pembantu Bakau Aceh wilayah

kerja Puskesmas Batang Tumu setelah diberikan kompres jahe merah, dimana sebelum diberikan kompres jahe merah rata – rata nyeri responden 6,77 dengan standar deviasi 1,675. Menurut Istianah (2020), nyeri adalah sensasi ketidak nyamanan yang dimanifestasikan sebagai penderita yang diakibatkan oleh persepsi jiwa yang nyata, ancaman, mengacu kepada teori dari asosiasi nyeri internasional, pemahaman tentang nyeri lebih menitikberatkan bahwa nyeri adalah kejadian fisik, yang tentu saja untuk penatalaksanaan nyeri menitik beratkan pada manipulasi fisik. Nyeri diperkenalkan sebagai suatu pengalaman emosional yang penatalaksanaannya tidak hanya pengelolaan fisik semata, namun penting juga untuk melakukan manipulasi (tindakan) psikologis untuk mengatasi nyeri.

Berdasarkan data hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berasumsi bahwa penelitian ini mendukung penjelasan teori-teori yang telah dijelaskan, dimana mayoritas wanita menopause yang menjadi responden pada penelitian ini mengalami nyeri arthritis rhematoid pada daerah sendi lutut, sendi siku, telapak kaki, telapak tangan, pinggul dan pundak sehingga mereka merasa terganggu dalam melakukan aktifitas akibat rasa nyeri, kaku pada sendi, bengkak dan terganggunya fungsi sendi. Wanita menopause cenderung mengalami penurunan hormon akibat ovarium yang tidak berfungsi lagi, yang menyebabkan penurunan seluruh kadar hormon reproduksi di dalam tubuh termasuk hormon estrogen. Penurunan hormon estrogen menyebabkan wanita menopause mengeluhkan nyeri otot dan sendi, disebabkan kekurangan estrogen yang menyebabkan kerusakan matrik kolagen dan dengan sendirinya tulang rawan menjadi rusak. Berdasarkan hasil rerata skor nyeri sesudah dilakukan kompres hangat dengan jahe mendapatkan hasil jika kompres air hangat parutan dapat menurunkan nyeri arthritis rheumatoid dikarenakan jahe memiliki rasa pedas dan bersifat hangat berkurangnya intensitas nyeri tersebut dapat terjadi karena panas dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah.

Beberapa bahan dalam jahe diantaranya *gingerol, limonene, a-linolenic acid, aspartic, b-sitossterol, tepung kanji, caprylic acid, capsaicin, chlorogenic acid, dan parsenol*. Efek farmakologis yang dimiliki jahe, merangsang ereksi penghambat keluarnya enzim 5-lifooksigenase dan Siklooksigenase serta meningkatkan aktivitas kelenjar endokrin dan rasa hangat yang dari jahe membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah. Suplai makanan dan oksigen menjadi lebih baik sehingga nyeri dari arthritis rheumatoid akan berkurang setelah penerapan terapi non farmakologis yg dilakukan melalui jahe (Syafriatul, 2014; Ajul *et al.*, 2022). Jahe mengandung 19 komponen bio-aktif yang berguna bagi tubuh. Salah satu komponen terbanyak terdapat di jahe merah adalah substansi rasa pedas gingerol dan panas, berkhasiat sebagai antihelmintik, antirematik dan pencegah masuk angin. Gingerol bersifat antikoagulan yaitu pencegah penggumpalan darah. Efek panas pada jahe inilah yang meredakan nyeri, kaku dan spasme otot pada *arthritis rheumathoid* (Arfiana, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh oleh Virgo, Sopiano (2019), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan air rebusan jahe merah rata-rata nyeri responden turun menjadi 2,95 dengan standar deviasi 2,132. Hal ini menunjukkan bahwa kompres jahe merah berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada penderita *arthritis rheumatoid*. Penelitian yang dilakukan oleh oleh Gusman Virgo, Sopiano (2019), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan air rebusan jahe rata-rata nyeri responden turun menjadi 2,95 dengan standar deviasi 2,132. Hal ini menunjukkan bahwa kompres jahe berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada penderita *rheumatoid arthritis*. Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berasumsi bahwa setelah dilakukan pemberian kompres hangat dengan jahe didapatkan hasil keseluruhan lanjut usia yang berusia 50-69 tahun dan rata rata berjenis kelamin perempuan mengalami penurunan intensitas nyeri dengan rata-rata penurunan intensitas nyeri sebesar 1,77.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berasumsi bahwa setelah dilakukan pemberian kompres air hangat dengan parutan jahe didapatkan hasil keseluruhan wanita menopause yang mengalami penurunan intensitas nyeri dengan rata-rata penurunan intensitas nyeri sebesar 1,37, ini dikarenakan wanita menopause yang menjadi sampel sangat kooperatif dan aktif dalam mengikuti petunjuk dan edukasi mengenai efektifitas dari jahe, waktu pemberian kompres, dan SOP cara pembuatan kompres air hangat jahe dari peneliti. Seperti yang telah dijelaskan bahwa berkurangnya intensitas nyeri dari responden dikarenakan jahe sering digunakan sebagai obat nyeri sendi karena kandungan ginerol dan rasa hangat yang ditimbulkannya membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah dan juga karena rasa panas dari jahe juga dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah. Secara fisiologis respon tubuh terhadap rasa panas dari jahe yaitu menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan kekentalan darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatnya permeabilitas kapiler, dan dengan hantaran panas maka akan terjadi vasodilatasi atau pelebaran pembuluh darah, sehingga penderita *arthritis rheumatoid* akan merasa lebih nyaman.

Dari penelitian dapat di jelaskan bahwa kompres hangat dengan jahe membuat pengaruh yang signifikan dilihat dari hasil analisa data pengaruh yang memiliki skor perbedaan yang baik antara sebelum dan sesudah melakukan intervensi. Dalam pengobatan tradisional atau terapi alternative kompres air hangat untuk mengurangi nyeri *arthritis rheumatoid*, antara selain itu penggunaan kompres air hangat parutan jahe mempunyai keuntungan dengan meningkatkan aliran darah ke suatu area dan kemungkinan dapat menurunkan nyeri dengan mempercepat penyembuhan. Sesuai dengan teori yang dikemukakan Hasim (2017), yang menyatakan bahwa, kompres hangat dengan jahe adalah salah satu kombinasi antara terapi

hangat dan terapi relaksasi yang bermanfaat pada penderita nyeri sendi. 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. Selain itu jahe juga memiliki efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas dimana rasa panas ini dapat meredakan rasa nyeri, kaku dan spasme otot serta terjadinya vasodilatasi pembuluh darah.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sunarti & Alhuda (2018). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa dari 20 orang lanjut usia dengan signifikan 0,05 atau 5%. Jika nilai signifikansi $>0,05$, maka H_0 diterima dan Jika signifikansi $<0,05$, maka H_0 ditolak. Berdasarkan hasil perhitungan *wilcoxon signed rank test*, maka nilai Z -4,472 dengan ($p=0,000$) $<0,05$ sehingga keputusan hipotesis maka H_0 ditolak. Disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri *arthritis reumatoid* pada lansia di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan. Menurut Penelitian Rentawati Purba, Siti Marlina, Adi Arianto (2020). Berdasarkan distribusi frekuensi pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat jahe, dapat diketahui bahwa pasien yang mengalami nyeri sebelum kompres hangat jahe didapatkan nyeri ringan sebanyak 7 orang atau sama dengan (53,8%). Nyeri sedang sebanyak 6 orang atau sama dengan (46,1%). Dan setelah dilakukan kompres hangat jahe semua responden mengalami penurunan skala nyeri dimana nyeri ringan menjadi 3 orang atau sama dengan (23,0%) dan tidak merasakan nyeri sebanyak 10 orang atau sama dengan (76,10%). Berdasarkan hasil uji statistik uji t pengaruh kompres jahe terhadap penurunan skala nyeri diketahui bahwa nilai $p=0,001$ yaitu $p <0,05$ dengan demikian H_0 ditolak yang memiliki arti ada pengaruh kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri *arthritis rheumatoid*.

Berdasarkan hasil penelitian serta teori yang ada maka peneliti berasumsi bahwa ada

pengaruh sebelum dan setelah dilakukan pemberian kompres hangat dengan jahe dalam penurunan nyeri *arthritis rheumatoid* pada wanita menopause, hal ini dikarenakan salah satu penanganan nyeri secara non farmakologi yang dapat dilakukan peneliti yaitu kompres air hangat dengan parutan jahe. Penggunaan panas mempunyai keuntungan meningkatkan aliran darah ke suatu area dan kemungkinan dapat menurunkan nyeri dengan mempercepat penyembuhan. Penurunan nyeri pada lansia yang diberikan kompres hangat jahe tergantung dari respon masing-masing individu. Prosedur kerja dari kompres jahe dengan cara cuci jahe kemudian di parut dan parutan jahe tersebut di rebus menggunakan air setelah itu air rebusan disaring menggunakan kain tipis dan dengan air hangat kompresan parutan jahe di tempelkan pada daerah sendi yang mengalami nyeri hingga merata selama 20 menit. Sehingga dapat disimpulkan juga bahwa pada wanita menopause yang mengalami nyeri sendi setelah diberikan kompres hangat parutan jahe dapat menunjukkan hasil perubahan yang cukup efektif dan berpengaruh pada penurunan nyeri sendi.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh kompres air hangat parutan jahe terhadap penurunan nyeri *rheumatoid arthritis* pada wanita menopause di wilayah RT 02 Kel. Talang Jambe didapat kesimpulan yaitu sesudah dilakukan kompres jahe rata-rata penurunan tingkat nyeri yang dialami responden dan adanya pengaruh kompres air hangat jahe terhadap penurunan nyeri pada penderita *rheumatoid arthritis* pada wanita menopause.

Saran bagi responden yaitu hasil penelitian bisa diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari guna menurunkan tingkat nyeri pada wanita menopause yang mengalami nyeri *arthritis rheumatoid* dengan cara non-farmakologis.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada Lurah dan Ketua RT. 02 Wilayah Kel. Talang Jambe Kota Palembang yang memberikan arahan selama penelitian dan penyusunan jurnal ini.

Referensi

- Ajul, K., Pranata, L., Surani, V., Hardika, B. D., & Fari, A. I. (2022). Pendampingan senam rematik pada lansia dengan gangguan muskuloskeletal (rematik). *SULUH ABDI: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 105-109.
- Arman Eliza Etri Yanti, Mimitri, Vino Rika Novia. (2018). Kompres hangat jahe hangat jahe merah (zingiber officinale rosc) terhadap rasa nyeri pada pasien *rheumatoid arthritis*. Jambi: *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*
- Baughman dan Hackey. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC
- Berman. (2016). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis Edisi 5*. Jakarta: EGC
- Corwin. (2018). *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: EGC
- Donsu Tine Doli Jenita. (2021). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Fatmawati Yuli Tina, Ariyanto. (2021). *Pengaruh Kompres Jahe terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi*. Jambi: Program Studi DIII Keperawatan STIKES Baiturrahim Jambi
- Fruitarian Vera, Eny Pujiati, Irna Sari. (2021). *Penerapan Kompres Hangat Jahe Pada Penderita Rheumatoid Arthritis: Studi Literatur*. Kudus: Akademi Keperawatan Krida Husada
- Hermayudi, Ayu Putri Ariani. (2017). *Penyakit Rematik (Reumatologi)*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Istianah Umi. (2017). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Istianah, Hapipah, Elisa Oktaviana. (2020). *Kompres Hangat Jahe Untuk*

- Mengurangi Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Warga Dusun Bongor Desa Taman Ayu Kecamatan Gerung Kabupaten Lombok Barat.* Lombok Barat: STIKES Yarsi Mataram.
- Kemenkes RI. (2019). *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia.* Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Lukman dan Ningsih. (2018). *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal.* Jakarta: Salemba Medika
- Maria Dely. (2019). *Pengaruh Kompres Jahe Hangat terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis Reumatoid pada Lansia.* Jakarta: Akademi Keperawatan Rumah Sakit Jakarta
- Noviyanti, Yessi Azwar. (2021). *Efektifitas Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Arthritis Rheumatoid.* Pekanbaru. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal
- Purba Rentawati, Siti Marlina, Adi Arianto. (2020). *Penatalaksanaan kompres hangat jahe pada penderita arthritis rheumatoid di puskesmas talun kenas.* Sumatera Utara: Institut Kesehatan Deli Husada
- Safitri. (2019). *Beberapa Faktor yang Mempengaruhi Menopause pada Wanita.* Didapatkan dari: <http://repository.usu.ac.id>. diunduh 20 Maret 2022
- Sari Eka Jerita Diah, Masruroh. (2021). *Pengaruh Kompres Hangat Jahe terhadap Intensitas Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Lansia.* Jawa Timur: Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners Universitas Muhammadiyah Gresik
- Setyawan Budi. (2020). *Peluang Usaha Budidaya Jahe.* Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Sugiyanto. (2018). *Perubahan Fisik Wanita Hubungannya dengan Kecemasan dalam Menghadapi Menopause.* Skripsi. STIKES Aisyiyah Yogyakarta
- Suparni & Astutik. (2019). *Menopause Masalah dan Penanganannya.* Yogyakarta: Deepublish.
- Suratun. (2019). *Seri Keperawatan Klien Gangguan Sistem Muskuloskeletal.* Jakarta: EGC
- Suryoprajogo. (2019). *Tips Menyenangkan Menghadapi Menopause.* Jawa Tengah: Desa Pustaka Indonesia
- Virgo Gusman, Sopianto. (2019). *Pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada lansia yang menderita rheumatoid arthritis di puskesmas pembantu bakau aceh wilayah kerja puskesmas batang tumu.* Tuanku Tambusai: Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
- Waluyo. (2019). *100 Question & Answer: Menopause atau Mati Haid.* Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Widowati Hesty, Evi Rinata. (2020). *Buku Ajar Anatomi.* Jawa Timur: UMSIDA Press
- Yatim. (2019). *Penyakit Tulang dan Persendian Arthritis atau Arthralgia.* Jakarta: Pustaka Obor