

PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA LANSIA MENGENAI KOMPRES SERAI TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI RHEUMATOID ARTRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALIDONI PALEMBANG

Yofa Anggriani Utama
Email : yofaanggriani@ yahoo.co.id

Dosen Program Studi Keperawatan STIK Bina Husada Palembang
Alamat : Jalan Syech Abdul Somad No 28 Kel 22 Ilir Kec Bukit Kecil Palembang Sumatera Selatan

ABSTRAK

Penyakit Rheumatoid Arthritis merupakan salah satu penyakit kronis yang dapat menimbulkan sensasi nyeri pada lansia, salah satu upaya untuk mengurangi nyeri dengan menggunakan terapi non farmakologis. Adapun tujuan penelitian dari dilaksanakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk Peningkatan Pengetahuan Pada Lansia Mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid, Metode pelaksanaan dilaksanakan secara *off line* di posyandu lansia anggrek Wilayah Kerja Puskesmas Kalidoni Palembang. Kegiatan ini diikuti oleh 25 orang lansia, Berdasarkan hasil kegiatan didapatkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 19 orang peserta (76%) peserta memiliki pengetahuan yang kurang baik mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis. Setelah diberikan penyuluhan kesehatan terjadinya peningkatan pengetahuan sebanyak 21 orang peserta (84%) peserta memiliki pengetahuan baik mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis.

Kata Kunci : Pengetahuan, Lansia, kompres serei Rheumatoid Arthritis

ABSTRACT

Rheumatoid Arthritis is a chronic disease that can cause pain sensations in the erderly, one of the efforts to reduce pain by using non pharmacologi therapy. The purpose of this reseach is to carry out community service activities to increase knoeledge in the erderly regarding lemongrass compresses on reducing Rheumatoid pain scale, the method of implementation is carried out off line at the orchid erderly posyandu in the kalidoni health center in Palembang. This activity was attended by 25 erderly people. Based on the results of the activity, it was found that the level of knowledge befero being given counseling was 19 participants (76%) had poor knowledge about lemongrass compress against Rheumatoid Arthritis pain scale reduction. After being given health education, there was an increase in knowledge as many as 21 participants (84%) participants had good knowledge about lemongrass compresses on reducing Rheumatoid Arthritis pain scale.

Keywords : Knowledge, Elderly, lemongrass compresses ,Rheumatoid Arthritis

A. PENDAHULUAN

Lansia merupakan tahap akhir pada fase perkembangan pada siklus kehidupan manusia, menurut UU No. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia menyatakan bahwa seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun. Penduduk lansia yang termasuk dalam angkatan kerja termasuk lansia potensial. Lansia potensial banyak ditemukan di negara berkembang dan negara yang masih belum memiliki tunjangan hari tua. Lansia potensial akan bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga yang menjadi tanggung jawabnya (Dewi, 2014). Rheumatoid Arthritis merupakan suatu penyakit autoimun, yang ditandai dengan adanya suatu proses peradangan kronis yang bersifat sistemik, adapun faktor – faktor yang dapat mempengaruhi penyakit Rheumatoid Arthritis pada lansia yaitu konsumsi obat – obatan, memopause, fraktur, gaya hidup, obesitas keturunan, pengerahuan, alkohol dan gizi (Daryanti, 2020). Rheumatoid Arthritis merupakan penyakit yang memerlukan pengobatan dan kontrol dalam jangka waktu panjang. Dalam 15 tahun terakhir telah banyak dijumpai perkembangan dalam pengelolaan penyakit ini sehingga kualitas dan harapan hidup pasien Rheumatoid Arthritis bertambah baik. Pemahaman bahwa Rheumatoid Arthritis berkaitan dengan komorbiditas lain dan mortalitas dini membuat penatalaksanaan Rheumatoid Arthritis harus agresif dan sedini mungkin sehingga akan meningkatkan hasil jangka pendek dan jangka panjang yang lebih baik. (Larasuci Arini & T Eltrikanawati, 2020). Penyakit gangguan sendi dapat mengakibatkan nyeri pada persendian yang disertai kekakuan, merah, dan pembengkakan yang bukan disebabkan karena benturan/ kecelakaan. Penyakit sendi yang dimaksud termasuk osteoarthritis, nyeri akibat asam urat yang tinggi/ hiperurisemia akut maupun kronis, dan rematoid arthritis, Prevalensi penyakit sendi di Indonesia mencapai 7,30 % dari total populasi penduduk Indonesia, akan kejadian Rheumatoid Arthritis paling tinggi terdapat di provinsi Aceh mencapai 13,26%, angka kejadian terendah di provinsi Sulawesi Barat, sedangkan angka kejadian di Provinsi Sumatera Selatan sebanyak 6,48% dari total populasi penduduk. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Penyakit Rheumatoid Arthritis dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang karena dapat menyebabkan kecacatan, keterbatasan aktivitas fisik, rasa sakit, kelelahan dan masalah kesehatan mental sehingga dapat mempengaruhi aktivitas sehari – hari. Rheumatoid Arthritis paling sering terjadi pada usia 75 tahun atau lebih, sering terjadi pada wanita 2.3% dibanding pria 1,5% sekitar 458.000 orang Australia 1,9% dari total populasi memiliki penyakit radang sendi terutama Rheumatoid Arthritis (Welfare & Australian Institute of Health, 2019). Penyakit Rheumatoid Arthritis merupakan salah satu penyakit kronis yang dapat menimbulkan sensasi nyeri pada lansia, salah satu upaya untuk mengurangi nyeri dengan menggunakan terapi non farmakologis dengan stimulasi kutaneus yaitu metode noninvasif dalam mengatasi nyeri pada lansia, stimulasi kutaneus dapat menurunkan nyeri dengan cara mendorong endorfin, sehingga memblokir transmisi nyeri serta memberikan block pada transmisi nyeri serta mengaktifkan endorfin, memperlancar peredaran darah dan membuat relaksasi otot sehingga nyeri berkurang (Muliani, Suprapti, & Nurkhotimah, 2020). Hal ini didukung dengan hasil penelitian (Ridha Hidayat, 2020) mengenai efektivitas kompres serai hangat terhadap penurunan skala nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia didesa Naumbai wilayah kerja Puskesmas Kampar menyatakan bahwa adanya perbedaan secara bermakna antara skala nyeri responden setelah diberikan kompres serai hangat dengan nilai $p\text{-value}$ $(0,000) < \alpha (0,05)$

B. METODE

Pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan mengajukan surat permohonan kepada bagian LPPM PT STIK Bina Husada, kemudian mengajukan surat permohonan kepada Kepala Puskesmas Kalidoni Palembang. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 10 Mei 2020 pukul 09.00 wib di posyandu lansia anggrek wilayah kerja Puskesmas Kalidoni Palembang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan secara langsung/ *Off Line* pelaksanaan kegiatan ini menggunakan protokol kesehatan, kegiatan ini dilaksanakan dengan metode penyuluhan kesehatan mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Pengabdian Masyarakat

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat secara *off line* yang telah dilaksanakan pada tanggal 10 Mei 2022 terlaksana sesuai dengan rencana serta mendapatkan tanggapan yang baik dari para peserta di Posyandu lansia Anggrek Wilayah Kerja Puskesmas Kalidoni Palembang mengenai Peningkatan Pengetahuan Pada Lansia Mengenai Rheumatoid Arthritis.

Jumlah peserta sebanyak 25 orang lansia, adapun metode pelaksanaan dengan memberikan penyuluhan kesehatan mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis, sebelum dilaksanakan penyuluhan para peserta diberi kuesioner item pertanyaan mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis setelah itu dilakukan analisis terhadap kuesioner tersebut, selanjutnya dilaksanakan penyuluhan kesehatan Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis, kemudian dilakukan kembali evaluasi dengan menggunakan kuesioner item pertanyaan mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis setelah itu dilakukan analisis terhadap kuesioner tersebut.

Adapun hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis, di tampilkan pada tabel berikut ini :

No	Pengetahuan	<i>Pre test</i>		<i>Postest</i>	
		n	%	n	%
1	Baik	6	24	21	84
2	Kurang Baik	19	76	4	16
Total		25	100	25	100

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat Mengenai Peningkatan Pengetahuan Pada Lansia Mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalidoni Palembang.

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 19 orang peserta (76%) peserta memiliki pengetahuan yang kurang baik mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis. Setelah diberikan penyuluhan kesehatan terjadinya peningkatan pengetahuan sebanyak 21 orang peserta (84%) peserta memiliki pengetahuan baik mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis.

Dokumen kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan dapat dilihat pada gambar berikut





Gambar 1. Kontrak waktu kegiatan pengabdian masyarakat



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat



Gambar 3. Diskusi atau pertanyaan mengenai Rheumatoid Arthritis



Gambar 4. Foto bersama para peserta dan kader posyandu lansia

4.2. Pembahasan

Peserta pengabdian kepada masyarakat secara *off line* sebanyak 25 orang peserta. Hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 19 orang peserta (76%) peserta memiliki pengetahuan yang kurang baik mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis. Setelah diberikan penyuluhan kesehatan terjadinya peningkatan pengetahuan sebanyak 21 orang peserta (84%) peserta memiliki pengetahuan baik mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis. Pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya suatu tindakan atau perilaku yang menguntungkan bagi seseorang khususnya dalam pengambilan keputusan pengobatan. Pengetahuan pada manusia bertujuan untuk menjawab masalah kehidupan manusia, pengetahuan diibaratkan sebagai suatu alat yang dipakai manusia dalam menyelesaikan persoalan yang dihadapi. Pengetahuan merupakan khasanah kekayaan mental secara langsung atau tidak langsung turut memperkaya kehidupan kita (Soekidjo Notoadmojo, 2012).

Rheumatoid Arthritis merupakan penyakit kronis yang menyebabkan nyeri, kekakuan sendi, pembengkakan dan keterbatasan gerak sendi serta fungsi dari banyak sendi, salah satu cara untuk mengurangi keluhan nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia dapat dilakukan dengan tindakan nonfarmakologis yaitu kompres hangat dengan cara menghangatkan persendian yang sakit (Hardiani, 2019). Menurut (Pebrianti & Sari, 2022) menyatakan bahwa penyakit Rheumatoid Arthritis sebaiknya tidak dibiarkan, karena akan merusak sendi yang menimbulkan nyeri hebat. Salah satu tindakan yang terbukti efektif untuk mengurangi nyeri secara non farmakologi adalah dengan menghangatkan persendian yang sakit. Kompres hangat dapat digunakan pada pengobatan nyeri dan mereleksasikan otot-otot yang tegang. Tanaman yang memiliki zat sebagai penghangat, anti radang dan dapat memperlancarkan aliran darah seperti serai. Rheumatoid Arthritis salah satu penyakit yang menyerang sendi, otot dan jaringan tubuh, manajemen nyeri bisa dilakukan dengan farmakologi dan non farmakologi salah satu intervensi non farmakologi yaitu dengan melakukan kompres dengan jahe dan serai, tanaman jahe merah dan serai mengandung minyak atsiri yang bersifat pedas dan bersifat hangat sebagai anti radang dan menghilangkan rasa sakit atau nyeri. (Yanti, Arman, & Rahayuningrum, 2018).

Penyakit Rheumatoid Arthritis adalah penyakit peradangan pada lansia dengan gejala kaku dan nyeri pada persendian, untuk mengurangi nyeri dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi salah satunya dengan terapi kompres hangat serai rebus, air serai memiliki banyak bahan kimia yang mengandung 0,7% minyak esensial, geraniol (20%) dan sitonellal (66-85%) ketiga komponen tersebut memiliki sifat kimia dan efek farmakologi yaitu pedas (Amelia Sarma, 2018). Berdasarkan hasil penelitian Anne Rufaridah, Ayuro Cumayunaro, (2020) pengaruh Kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri Rheumatoid Arthritis Sampel 10 orang pada kelompok intervensi dan 10 orang pada kelompok kontrol. Intensitas nyeri responden sebelum dilakukan kompres serai hangat dengan nyeri sedang 80% dan mengalami penurunan menjadi nyeri ringan 70%. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri *Rheumatoid arthritis*.

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat, teori dan hasil penelitian, bahwa pengetahuan lansia mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis, dapat meningkat dengan metode penyuluhan kesehatan dengan media komunikasi informasi dan edukasi (KIE) seperti leaflet, brosur dan booklet sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan lansia melalui kegiatan promosi kesehatan khususnya mengenai Kompres Serai Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis.

D. KESIMPULAN

Para lansia menyadari akan pentingnya pengetahuan penyakit Rheumatoid Arthritis sehingga dapat mengurangi rasa nyeri serta mencegah timbulnya komplikasi yang terjadi akibat Rheumatoid Arthritis pada penderita Rheumatoid Arthritis.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada :Ketua STIK Bina Husada, Anggota peneliti, unit penelitian dan pengabdian kepada masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada,

Puskesmas Kalidoni Palembang atas semua kontribusi dan bantuannya selama kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Amelia Sarma, S. A. R. (2018). Efektivitas Kompres Hangat Rebusan Air Serei Terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia di Puskesmas Deli Tua Tahun 2020. *Keperawatan Gerontik*, 3(1), 64–72. Retrieved from <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM>
- Anne Rufaridah, Ayuro Cumayunaro, N. R. P. (2020). Pengaruh Kompres Serai Hangat Terhadap Penurunan Intesitas Nyeri Rhematoid Arthritis. *Ensiklopedia of Journal*, 2(2), 77–83. Retrieved from <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Daryanti, dkk 2020. (2020). Literature Review Yang Berhubungan Dengan Rheumatoid Arthritis Pada Lansia. *Journal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 14(1), 7–12.
- Dewi, S. R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (1st ed.). Yogyakarta: Deepublish.
- Hardiani. (2019). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Yang Mengalami Reumatoid Arthritis Di Desa Kotasan Kecamatan Galang. *Kesehatan Gaya Hidup Modern Bisa Disebabkan Reumatik*, 4(1), 9–15.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. *Kemertrian Kesehatan RI*, 1–582.
- Larasuci Arini & T Eltrikanawati. (2020). *Asuhan Keperawatan Pada Klien dengan Reumatoid Arthritis*. Padang: Pustaka Galeri Mandiri.
- Muliani, R., Suprapti, T., & Nurkhotimah, S. (2020). Stimulasi Kutaneus (Foot Massage) Menurunkan Skala Nyeri Pasien Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 4(2), 461. <https://doi.org/10.52822/jwk.v4i2.111>
- Pebrianti, D. K., & Sari, M. T. (2022). Kompres Serai Hangat Mengurangi Nyeri Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(1), 52. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i1.211>
- Ridha Hidayat. (2020). Efektivitas Kompres Serei hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lansia di Desa Naumbai Wilayah Kerja Puskesmas Kampir, 4(23), 29–34.
- Soekidjo Notoadmojo. (2012). *Ilmu Perilaku Kesehatan* (2nd ed.). Jakarta: Rineka Cipta.
- Welfare, A. I. of H. and, & Australian Institute of Health. (2019). Rheumatoid arthritis. Cat. no. PHE 252. *Cat. No. PHE 252*, (December). Retrieved from [https://www.aihw.gov.au/reports/chronic-musculoskeletal-conditions/rheumatoid-arthritis/contents/what-is-rheumatoid-arthritis%0Ahttps://www.aihw.gov.au/getmedia/b98bd9c2-8a52-4499-9e7b-fe2ebea9059b/Rheumatoid arthritis.pdf.aspx?inline=true](https://www.aihw.gov.au/reports/chronic-musculoskeletal-conditions/rheumatoid-arthritis/contents/what-is-rheumatoid-arthritis%0Ahttps://www.aihw.gov.au/getmedia/b98bd9c2-8a52-4499-9e7b-fe2ebea9059b/Rheumatoid%20arthritis.pdf.aspx?inline=true)
- Yanti, E., Arman, E., & Rahayuningrum, D. C. (2018). Efektifitas Pemberian Kompres Jahe Merah (Zingiber Officinale Rosc) Dan Sereh (Cymbopogon Citratus) Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Rhematoid. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 1(August), 79–88. Retrieved from <http://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/244>