

PEMBERIAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH PADA PENURUNAN NYERI OSTEOARTHRITIS DI DESA LABUHAN

Muhammad Fauzi^{1*}, Endang Setiawaty², Brilyan Anindya Dayfi³, Sisma Reflika⁴, Lailatul Rizqi⁵

^{1*,3} Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Ners Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Samawa

² Program Studi D3 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Samawa

^{4,5} Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Samawa

Corresponding author: Fauzi.mmr19@gmail.com

Article Info	Abstrak
Article History	Jahe merupakan tanaman obat yang paling banyak digunakan di dunia, Rimpangnya yang mengandung zingiberol terbukti berkhasiat mengurangi peradangan dan nyeri sendi. Osteoarthritis ialah suatu penyakit sendi menahun yang di tandai oleh adanya kelainan pada tulang rawan (kartilago) sendi dan tulang didekatnya. Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan di Desa Labuhan tanggal 14 Oktober 2023 Pukul 08.00 wib s/d selesai dengan tujuan memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang pemberian kompres hangat jahe merah pada penurunan nyeri Osteoarthritis, memberikan pengetahuan kepada masyarakat terkait efektifitas pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri osteoarthritis dan sebagai bahan masukan dalam rangka memberikan motivasi untuk meningkatkan pengelolaan pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri osteoarthritis pada lansia. Hasil Kegiatan ini diharapkan kepada masyarakat agar dapat menjadikan kompres hangat jahe merah sebagai salah satu cara alternatif untuk mengurangi nyeri osteoarthritis.
<i>Received: February 2024</i>	
<i>Revised: March 2024</i>	
<i>Published: March 2024</i>	
Keywords	
<i>Kompres hangat, Nyeri Osteoarthritis, Jahe Merah</i>	

PENDAHULUAN

Kompres air hangat dapat memperlebar pembuluh darah sehingga kandungan yang terdapat di dalam jahe dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin menembus kulit dapat masuk melalui pembuluh darah yang dapat merangsang penurunan nyeri (Swarbick and Boylan, 2015 dalam Masyhurosydi dkk, 2016). Osteoarthritis ialah suatu penyakit sendi menahun yang di tandai oleh adanya kelainan pada tulang rawan (kartilago) sendi dan tulang didekatnya. Penanganan yang dapat dilakukan untuk kejadian osteoarthritis yaitu secara farmakologis dan nonfarmakologis seperti pemberian kompres hangat jahe merah. Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektifitas kompres hangat jahe merah sebagai penurun nyeri osteoarthritis.

Penanganan yang dilakukan untuk mengurangi nyeri yang dirasakan oleh penderita osteoarthritis yaitu secara farmakologi dan nonfarmakologi. Secara farmakologi Obat Anti Infalamsi Non Steroid (OAINS) seringkali diberikan oleh pelayanan medis untuk menghilangkan nyeri pada penderita osteoarthritis. Namun pemakaian OAINS secara terus menerus dapat berefek samping yang berat yaitu perdarahan lambung, kerusakan ginjal, supresi sumsum tulang, anoreksia dan nausea (Sudoyo et all, 2016). Penanganan secara nonfarmakolgi dapat dilakukan dengan memberikan kompres hangat rebusan jahe merah, Penggunaan kompres hangat menimbulkan terjadinya respon fisiologis tubuh, yaitu meningkatkan aliran darah, relaksai otot, dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan (Potter & Perry, 2015).

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. nugroho (2018) 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 serta kekuatan otot mulai merosot sekitar usia 40 tahun, oleh sebab itu lansia mudah mengalami gangguan pada persendian.

Kozier dalam Suprati (2008) mengungkapkan bahwa panas mempunyai efek yang berbeda dalam tubuh, efek tersebut juga tergantung dari lamanya pemberian panas. Pemberian panas 15 – 30 menit memiliki efek vasodilatasi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan aliran darah. Peningkatan aliran darah akan menurunkan viskositas darah dan metabolisme lokal karena aliran darah membawa oksigen ke jaringan.

Sebagian besar responden yang telah menjalani terapi kompres hangat jahe merah mengatakan bahwa responden mengalami penurunan nyeri dan memberikan rasa nyaman pada sendi karena sensasi hangat dan kandungan jahe merah yang mampu menembus kulit. Kompres hangat jahe merah terbukti dapat menurunkan nyeri sendi pada osteoarthritis. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres hangat jahe merah efektif terhadap penurunan nyeri osteoarthritis pada lansia. Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. nugroho (2018) 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 serta kekuatan otot mulai merosot sekitar usia 40 tahun, oleh sebab itu lansia mudah mengalami gangguan pada persendian. Gangguan pada persendian merupakan penyakit yang sering dijumpai pada lansia, dan termasuk empat penyakit yang sangat erat hubungannya dengan proses menua. Salah satu gangguan tersebut adalah Osteoarthritis. Osteoarthritis merupakan penyakit sendi degeneratif, dimana keseluruhan struktur dari sendi mengalami perubahan patologis, ditandai dengan kerusakan tulang rawan (kartilago) hyalin sendi, meningkatnya ketebalan serta sklerosis dari lempeng tulang, pertumbuhan osteofit pada tepian sendi, meregangnya kapsula sendi, timbulnya peradangan, dan melemahnya otot-otot yang menghubungkan sendi. (Felson, 2018).

METODE

Kegiatan dilakukan tanggal 14 Oktober 2023 Pukul 08.00 wib s/d selesai di Desa Labuan Kecamatan Labuan Badas Kabupaten Sumbawa dengan sasaran masyarakat Karang Padak, dengan metode penyuluhan, yaitu :

1. Membuat perencanaan dan mengundang masyarakat untuk memberikan informasi terkait pelaksanaan kegiatan
2. Memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam melaksanakan kegiatan menjadi panitia.
3. Memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang pemberian kompres hangat jahe merah pada penurunan nyeri Osteoarthritis.
4. Memberikan pengetahuan kepada masyarakat terkait efektifitas pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri osteoarthritis
5. Sebagai bahan masukan dalam rangka memberikan motivasi untuk meningkatkan pengelolaan pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri osteoarthritis pada lansia

HASIL DAN PEMBAHASAN

Masyarakat yang hadir diberikan materi terkait Penyuluhan tentang pemberian kompres hangat jahe merah pada penurunan nyeri osteoarthritis. Hal ini dilakukan untuk membantu masyarakat memahami tentang pemberian kompres hangat jahe merah pada penurunan nyeri osteoarthritis. Tahapan selanjutnya adalah pemateri memberikan sesi tanya jawab kepada masyarakat terkait pemahaman terhadap materi yang diberikan. Panitia mendampingi masyarakat bertanya dan selalu mengarahkan. Rekomendasi untuk kegiatan ini sebaiknya memberikan kesempatan kepada masyarakat umum adalah :

1. Diharapkan kepada masyarakat agar dapat menjadikan kompres hangat jahe merah sebagai salah satu cara alternatif untuk mengurangi nyeri osteoarthritis
2. Kegiatan ini dapat dilakukan di lokasi lain, agar pengetahuan masyarakat terhadap jahe merah bertambah. Pengetahuan yang diberikan yaitu penanganan secara nonfarmakologi dapat dilakukan dengan memberikan kompres hangat rebusan jahe merah, Penggunaan kompres hangat menimbulkan terjadinya respon fisiologis tubuh, yaitu meningkatkan aliran darah, relaksasi otot, dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan (Potter & Perry, 2015). Kompres air hangat dapat memperlebar pembuluh darah sehingga kandungan yang terdapat di dalam jahe dapat meningkatkan permeabilitas oleoresin menembus kulit dapat masuk melalui pembuluh darah yang dapat merangsang penurunan nyeri (Masyhurosydi *et al.*, 2016).

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat telah dilaksanakan di desa Labuhn, Kecamatan Sumbawa. Acara dilakukan pada Sabtu, 14 Oktober 2023 Pukul 08.00 wib s/d selesai. Seluruh masyarakat yang mengikuti kegiatan paham tentang pemberian kompres hangat jahe merah pada penurunan nyeri osteoarthritis. Pengabdian masyarakat ini juga sebagai bahan masukan dalam rangka memberikan motivasi untuk meningkatkan pengelolaan pemberian kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri osteoarthritis pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Arissa, M.I., 2015, Pola Distribusi Kasus Osteoarthritis di RSUD Dokter Soedarso Pontianak Periode 1 Januari 2008-31 Desember 2009, Naskah Publikasi, Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura, Pontianak.
- Felson, D.T., 2018, Osteoarthritis, HARRISON's Principles of Internal Medicine, 17th Edition, 2158-2165, Mc Graw-Hill Companies Inc, New York.
- Felson, T. David. 2016. Osteoarthritis of the Knee. <http://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMcp051726> diunduh 20 Mei 2011.
- Kallo 2017. Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gouth arthritis di wilayah kerja puskesmas bahu manado. Universitas Sam Ratulangi Manado.
- Nur, A.S.W., 2019, Hubungan Obesitas dengan Osteoarthritis Lutut pada Lansia di Kelurahan Puncasawit. Kecamatan Jebres Surakarta, Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas.



- Rusnoto 2017. Pemberian kompres hangat memakai jahe untuk meringankan skala nyeri pada pasien asam urat di desa kedungwungu kecamatan tegowanu kabupaten grobogan. Stikes Muhammadiyah Kudus. Jawa tengah.
- Soeroso Joewono, Harry Isbagio, Handono Kalim, Rawan Broto, Riardi Pramudiyo. 2016. Edisi V. Jilid 2 Osteoarthritis. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. FK-UI. Jakarta.
- Sumual, A.S. 2015. Pengaruh Berat Badan Terhadap Gaya Gesek dan Timbulnya Osteoarthritis Pada Orang Di Atas 45 Tahun Di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. Skripsi. Bagian Fisika Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado: Manado.