

PERBANDINGAN EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT JAHE MERAH DAN SERAI TERHADAP NYERI *RHEUMATOID ARTHRITIS* PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS BATU BERSURAT

NURUL UTAMI^{1*}, AWALUDDIN², NURUL FADILLAH³
STIKes Tengku Maharatu Pekanbaru^{1,2,3}
Email: rulrul.utami04@gmail.com^{1,*}

Abstrak: *Rheumatoid arthritis* merupakan penyakit yang ditandai dengan nyeri atau perdarahan pada sendi. Terapi yang bisa untuk menghilangkan rasa sakit pada pasien dengan *rheumatoid arthritis*, salah satunya kompres hangat jahe merah dan kompres hangat serai yang bertujuan untuk merangsang permukaan kulit untuk meredakan nyeri. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbandingan efektivitas kompres hangat jahe merah dan hangat serai terhadap nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia. Desain penelitian digunakan adalah kuantitatif dengan metode *quasi eksperimental dengan rancangan penelitian pre test post test design*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 30 Desember 2024 – 12 Januari 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien penderita *rheumatoid arthritis* di wilayah kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat, sebanyak 75 jiwa dan sampel 40 orang dibagi menjadi 2 kelompok 20 orang intervensi kelompok kompres hangat jahe merah dan 20 orang intrvensi kompres hangat serai. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan wawancara. Analisa menggunakan uji *Wilcoxon* dengan *p – value* 0,000 (<0,05) maka artinya ada pengaruh kompres hangat jahe merah dan hangat serai terhadap nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di wilayah kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat. Disarankan untuk Puskesmas Batu Bersurat agar dapat menjadi sumber informasi tentang obat herbal/komplementer bagi pendeita *rheumatoid arthritis* dan penanganannya sehingga masyarakat bisa mengetahui tentang obat-obat herbal yang ada di sekitar yang bermanfaat bagi kesehatan.

Kata Kunci: Rematik arthritis, Nyeri, Jahe Merah, Serai

Abstract: *Rheumatoid arthritis is a disease characterized by pain or inflammation in the joints. Therapies that can relieve pain in patients with rheumatoid arthritis, one of which is a warm compress of red ginger and a warm lemongrass compress that aims to stimulate the skin surface to relieve pain. The purpose of this study was to determine the comparative effectiveness of warm red ginger and warm lemongrass compresses on rheumatoid arthritis pain in the elderly. The research design used is quantitative with a quasi-experimental method with a pre test post test design. This research was conducted on December 30, 2024 - January 12, 2025. The population in this study were all patients with rheumatoid arthritis in the work area of UPT Puskesmas Batu Bersurat, as many as 75 people and a sample of 40 people divided into 2 groups of 20 people in the red ginger warm compress group intervention and 20 people in the lemongrass warm compress intervention. The sampling technique used total sampling. Data collection tools using observation sheets and interviews. Analysis using the Wilcoxon test with a p-value of 0.000 (<0.05), it means that there is an effect of warm red ginger and warm lemongrass compresses on rheumatoid arthritis pain in the elderly in the UPT Puskesmas Batu Bersurat work area. It is recommended for Puskesmas Batu Bersurat to be a source of information about herbal / complementary medicine for rheumatoid arthritis sufferers and handling.*

Keyword : *Rheumatoid arthritis, Pain, Red Ginger, Lemongrass*

A.Pendahuluan

Masa tua adalah fase akhir dari siklus hidup manusia, pada umumnya orang yang memasuki masa tuanya mengalami penurunan fungsi organ tubuh sehingga mempengaruhi kemampuan aktivitas secara mandiri. Pada masa tua terdapat berbagai penyakit yang dirasakan antara lain seperti, hipertensi, stroke, diabetes melitus, penyakit paru-paru, serta masalah persendian salah satunya rematik (Lutfiyani and Haryati, 2024). Angka kejadian rematik

mencapai 20% populasi dunia, 5 hingga 10 % orang usia 5-20 tahun dan 20% usia diatas 55 tahun (Lutfiyani & Haryati, 2024). *Rheumatoid arthritis* lebih banyak di kenal oleh masyarakat dengan sebutan rematik, rematik merupakan suatu proses terjadinya inflamasi atau peradangan dengan tanda dan gejala nyeri pada sendi yang terserang, kemerahan, bengkak, rasa panas, yang terjadi pada sendi (Lutfiyani & Haryati, 2024).

Menurut *World Health Organization (WHO)*, pada tahun 2023 menjelaskan bahwa jumlah penderita *rheumatoid arthritis* sebanyak 18 juta orang di seluruh dunia dan sekitar 12,6 juta (70%) penderita *rheumatoid arthritis* wanita sebanyak 6,93 juta (55%) yang berusia lebih dari 55 tahun. Berdasarkan gejala khas data penyakit ini terjadi pada usia lebih dari 60 tahun pada orang dewasa, bahwa yang telah dijelaskan wanita lebih sering terkena dua hingga tiga kali di bandingkan pria. Hasil dari prevalensi penyakit *rheumatoid arthritis* lebih tinggi di negara industry, yang mungkin disebabkan oleh demografi (usia rata-rata yang lebih tinggi), paparan terhadap racun lingkungan dan faktor resiko gaya hidup, dan rendahnya diagnosa di negara-negara dengan kepadatan rendah dan menengah (Fadila, 2024).

Prevalensi (Badan Pusat Statistik, 2023) melaporkan, bahwa presentase penduduk lanjut usia di Indonesia sebesar 71,85 juta (11,75%). Dan kemudian angka tersebut naik menjadi 1,918 juta (1,27%) di tahun sebelumnya yang sebesar 20,1 juta (10,48%). Adapun dengan rentang usia 60 tahun sampai 69 tahun sebanyak 47,126 juta (65,59%) dan pada lansia yang berusia 70 tahun sampai 79 tahun sebanyak 19,227 juta (26,76%), sementara itu rentang usia tua 80 tahun keatas sebesar 6,215 juta (8,65%) selebihnya berdasarkan jenis kelaminnya pada lansia perempuan sebanyak 78,989 juta (52,28%), jumlah tersebut lebih tinggi dari pada lansia laki-laki yang sebesar 21.011 juta (47,72%). Berdasarkan laporan provinsi di Indonesia lebih lanjut mayoritas memiliki presentase penduduk lansia di atas 6%. Bahkan lansia di delapan provinsi di Indonesia yang presentase sudah melebihi 10% (Statistik, 2023).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), pada tahun 2021 penderita rheumtoid arthritis berjumlah 47 ribu/ 7.10% jiwa dari 680 ribu sampel dengan mayoritas penderita terdapat pada usia lansia sebesar 15-18% jiwa dan jenis kelamin perempuan 8%. Sedangkan pada provinsi di Indonesia penderita rheumatoid arthritis terbanyak terdapat di Provinsi Nanggro Aceh Darusallam (NAD), Bengkulu, Bali, dan Papua sebesar 10-13% jiwa (Saputra et al., 2024). Menurut data profil Dinas Kesehatan Provinsi Riau (DINKES), pada tahun 2021 penderita rheumatoid arthritis secara nasional adalah 30,3%, dengan prevalensi 14% berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan. Riau memiliki prevalensi 29% penyakit rheumatoid arthritis, Pekanbaru memiliki prevalensi 39,0% (Midanda et al., 2023). Menurut data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar pada tahun 2023 menduduki peringkat ke 5 sebesar 6700 kasus (6,3%) penyakit terbanyak rheumatoid arthritis (Arianita et al., 2024).

Gejala yang sering muncul dari penyakit rematik arthritis atau sendi ialah timbulnya rasa nyeri (Solihah, 2024). Nyeri merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan respons yang tidak menyenangkan yang hanya dapat dijelaskan oleh setiap orang yang mengalami nyeri karena pengalaman sakit dan ketidaknyamanan setiap orang berbeda. Nyeri sendi pada penderita RA sering menyebabkan penderita takut untuk bergerak lama kelamaan akan mengakibatkan penurunan fungsi otot dan sendi. Nyeri sendi juga menyebabkan produktivitas menurun karena dapat mempengaruhi kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari (*activity daily living*) atau ADL. Kamandirian pada lansia merupakan kemampuan atau keadaan dimana individu mampu mengurus atau mengatasi kepentingannya sendiri tanpa ketergantungan dengan orang lain (Adhari et al., 2023).

Tindakan nyeri bisa dilakukan dengan dua cara ialah dengan metode farmakologi dan non farmakologi. Metode farmakologi seperti, pemberian OAINS (Obat Anti Inflamasi Non Steroid), di antaranya seperti ibuprofen, naproskesn, dan piroksikin. Tindakan non farmakologi bisa dengan herbal seperti jahe, serai, kayu manis, daun kelor, aromaterapi lavender, dan lain-lain (Umaht et al., 2021). Tanaman jahe merah (*Zingiber Officinale Varietas Rubrum*) dengan serai (*Cymbopogen Citratus*) merupakan tanaman salah satu dari herbal yang telah di percaya di kalangan masyarakat secara luas manfaatnya. Kedua tanaman memberikan efek terapeutik yaitu melebarkan pembuluh darah (vasodilatasi) dan meberikan rasa nyaman, jahe merah dan

serai tidak membahayakan bagi tubuh tanpa memberikan efek samping tertentu pada penderita arthritis (Yora & Eka, 2024).

Jahe merah adalah tanaman rimpang dengan rasa pedas, hangat dan efek anti-inflamasi yang relatif besar. Tanaman jahe memiliki tiga jenis salah satu jahe merah. Komponen bioaktif jahe merah termasuk *gingerol*, *shangol*, *zingeron*, *flavonoid*. Salah satu senyawa *gingerol* sudah terbukti manfaatnya sebagai antipiretik, antitusif, anti inflamasi dan analgesik (Sofia et al., 2022). Serai adalah suatu tanaman yang memiliki kandungan zat penghangat, anti peradangan dan juga bisa memperlancar aliran darah. Serai merupakan tanaman yang masuk kedalam kategori famili rumput-rumputan (Arsi et al., 2024).

B. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode *quasi eksperimental* dengan rancangan penelitian *pre test post test design*. Pengukuran dilakukan pada dua kelompok, sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 30 Desember 2024-12 Januari 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang menderita *rheumatoid arthritis* di wilayah kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat sebesar 75 responden. Sampel dalam penelitian sebanyak 40 responden. Teknik penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dengan tatap muka gunanya untuk mendapat informasi mengenai karakteristik responden, NRS (*Numeric Rating Scale*), observasi dilakukan untuk melihat skala nyeri pada pasien sebelum dan sesudah intervensi sebelum kompres hangat jahe merah dan serai. Jahe merah sebanyak 100 gram dan diiris-iris, air sebelum rebusan jahe merah sebanyak 1000 ml menggunakan gelas ukur, rebusan jahe merah selama 5-10 menit dan sesudah di rebusnya sebanyak 400 ml, dengan suhu 40°C menggunakan alat pengukur thermometer air, masukkan washlap ke baskom setelah itu peras washlap dan tempelkan pada area yang bengkak, pengompresan dilakukan 3 kali berturut-turut berdurasi 5 menit selama 15 menit dan dilakukan pada pagi hari selama 7 hari. Serai sebanyak 100 gram dan dipotong menjadi 3 bagian, air sebelum rebusan serai sebanyak 700 ml menggunakan gelas ukur, rebusan serai selama 5 menit dan sesudah di rebusnya sebanyak 500 ml, dengan suhu 40°C menggunakan alat pengukur thermometer air, masukkan washlap ke baskom setelah itu peras washlap dan tempelkan pada area yang bengkak, pengompresan dilakukan 3 kali berturut-turut berdurasi 5 menit selama 15 menit dan dilakukan pada pagi hari selama 7 hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari hasil uji *Wilcoxon P-value 0,000 (<0,05)*.

C. Hasil

1. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk mendapatkan data karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, suku, pekerjaan, serta rata-rata skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah dan hangat serai. Hasil penelitian ini dapat dilihat dari tabel berikut :

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Tabel 1

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia pada Kelompok Kompres Hangat Jahe merah di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
45-59	6	30,0
60-70	9	45,0
75-90	5	25,0
Total	20	100,0

Sumber : Analisa Data Primer, Januari 2025

Tabel 1 menunjukkan responden terbanyak pada kelompok kompres hangat jahe merah dengan rentang usia 45-59 tahun sebanyak 6 responden (30,0%), rentang usia 60-70 tahun sebanyak 9 responden (45,0%), rentang usia 75-90 tahun sebanyak 5 responden (25,0%).

Tabel 2

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia pada Kelompok Kompres Hangat Serai di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
45-59	5	25,0
60-70	12	60,0
75-90	3	15,0
Total	20	100,0

Sumber : Analisa Data Primer, Januari 2025

Tabel 2 menunjukkan responden terbanyak pada kelompok kompres hangat serai dengan rentang usia 45-59 tahun sebanyak 5 responden (25,0%), rentang usia 60-70 tahun sebanyak 12 responden (60,0%), rentang usia 75-90 tahun sebanyak 3 responden (15,0%).

b. Jenis kelamin

Tabel 3

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Kelompok Kompres Hangat Jahe Merah di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase %
Laki-laki	9	45,0
Perempuan	11	55,0
Total	20	100,0

Sumber : Analisa Data Primer, Januari 2025

Tabel 3 karakteristik responden pada kelompok kompres hangat jahe merah berdasarkan jenis kelamin menunjukkan jumlah laki-laki 9 responden (45,0), dan jumlah perempuan yaitu 11 responden (55,0%).

Tabel 4

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Kelompok Kompres Hangat Serai di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase %
Laki-laki	6	30,0
Perempuan	14	70,0
Total	20	100,0

Sumber : Analisa Data Primer, Januari 2025

Tabel 4 karakteristik responden pada kelompok kompres hangat serai berdasarkan jenis kelamin menunjukkan jumlah laki-laki 6 responden (30,0%) dan jumlah perempuan 14 responden (70,0%).

c.Suku

Tabel 4. 5
 Karakteristik Responden Berdasarkan Suku pada Kelompok Kompres Hangat Jahe Merah di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat

Suku	Frekuensi	Persentase %
Pitopang	5	25,0
Melayu	11	80,0
Domo	4	20,0
Total	20	100,0

Sumber : Analisa Data Primer, Januari 2025

Tabel 5 karakteristik responden pada kelompok kompres hangat jahe merah berdasarkan suku menunjukkan jumlah suku pitopang 5 responden (25,0%), suku melayu 11 responden (80,0%), dan suku domo 4 responden (20,0%).

Tabel 6
 Karakteristik Responden Berdasarkan Suku pada Kelompok Kompres Hangat Serai di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat

Suku	Frekuensi	Persentase %
Pitopang	6	30,0
Melayu	9	45,0
Domo	5	25,0
Total	20	100,0

Sumber : Analisa Data Primer, Januari 2025

Tabel 6 karakteristik responden pada kelompok kompres hangat serai berdasarkan suku menunjukkan jumlah suku pitopang 6 responden (30,0%), suku melayu 9 responden (45,0%), dan suku domo 5 responden (25,0%).

d.Pekerjaan

Tabel 4. 7
 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan pada Kelompok Kompres Jahe Merah di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase %
IRT	9	45,0
Wiraswasta	9	45,0
ASN	2	10,0
Total	20	100,0

Sumber: Analisa Data Primer, Januari 2025

Tabel 7 karakteristik responden pada kelompok kompres hangat jahe merah berdasarkan pekerjaan menunjukkan jumlah IRT 9 responden (45,0%), wiraswasta 9 responden (45,0%), dan ASN 2 responden (10,0%).

Tabel 8
 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan pada Kelompok Kompres Serai di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase %
IRT	11	55,0
Wiraswasta	7	35,0
ASN	2	10,0

Total	20	100,0
--------------	----	-------

Sumber: Analisa Data Primer, Januari 2025

Tabel 8 karakteristik responden pada kelompok kompres hangat serai berdasarkan pekerjaan menunjukkan jumlah IRT 11 responden (55,0%), wiraswasta 7 responden (35,0%), dan ASN 2 responden (10,0%).

2. Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat Jahe Merah dan Hangat Serai

a. Kompres Hangat Jahe Merah

Tabel 9
 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah di berikan Kompres Hangat Jahe Merah

Kelompok Jahe Merah	<i>Median</i>	N	<i>Std. Diviation</i>
Sebelum	7,00	20	1,572
Sesudah	3,00	20	733

Sumber : Analisia Data Primer, Januari 2025

Berdasarkan tabel 9 bahwa hasil analisis statistik diketahui nilai *median* skala nyeri responden sebelum diberikan intervensi kompres hangat jahe merah adalah 7,00 dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah adalah 3,00. Nilai *std.diviatio* sebelum diberikan kompres hangat jahe merah adalah 1,572 dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah 733.

Tabel 10
 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah di berikan Kompres Hangat Serai

Kelompok Serai	<i>Median</i>	N	<i>Std. Diviation</i>
Sebelum	7,00	20	1.240
Sesudah	4,00	20	1.209

Sumber : Analisia Data Primer, Januari 2025

Berdasarkan tabel 10 bahwa hasil analisis statistic diketahui nilai *median* nyeri responden sebelum diberikan intervensi kompres hangat serai adalah 7,00 dan sesudah diberikan kompres hangat serai adalah 4,00. Nilai *Std. Deviation* sebelum diberikan kompres hangat serai adalah 1,240 dan sesudah diberikan kompres jahe hangat 1,209.

2. Analisa Bivariat

Sebelum dilakukan analisis bivariat, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data. Hasil uji normalitas menunjukkan skala nyeri pada kelompok intervensi berdistribusi tidak normal, maka di lakukanlah uji wilcoxon untuk melihat perbedaan skala nyeri responden sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah dan kompres hangat serai. Hasil penelitian dikatakan efektif apabila P-Value <0,005. Berdasarkan hasil pemeriksaan sebagai berikut:

Tabel 11
 Efektivitas Penurunan Skala Nyeri pada Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat Jahe Merah

Kelompok Jahe Merah	Median	N	Std. Diviation	P-value
Sebelum	7,00	20	1.572	0,000
Sesudah	3,00	20	733	

Sumber : Analisia Data Primer, Januari 2025

Berdasarkan tabel 11 nilai *median* responden kelompok intervensi sebelum diberikan kompres hangat jahe merah adalah 7,00 dan sesudah diberikan kompres hangat serai adalah 3,00. Nilai *std.diviation* sebelum diberikan kompres hangat jahe merah 1,572 dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah 733, dan didapatkan hasil analisa dari uji *Wilcoxon P-Value* 0,000 (<0,05) maka H_{a1} diterima artinya ada pengaruh kompres hangat jahe merah pada skala nyeri pada *rheumatoid arthritis*.

Tabel 12
 Efektivitas Penurunan Skala Nyeri Pada Kelompok Intervensi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat Serai

Kelompok Serai	Median	N	Std. Diviation	P-value
Sebelum	7,00	20	1.240	0,000
Sesudah	4,00	20	1.209	

Sumber: Data Primer, Januari 2025

Berdasarkan table 12 nilai median responden kelompok intervensi sebelum diberikan kompres hangat serai adalah 7,00 dan sesudah kompres hangat serai adalah 4,00, nilai *std.diviation* sebelum diberikan kompres hangat serai 1.240 dan sesudah diberikan kompres hangat serai 1.209, dan didapatkan hasil analisa dari uji *Wilcoxon P-Value* 0,000 (<0,05) maka H_{a2} diterima artinya ada pengaruh kompres hangat serai pada skala nyeri pada *rheumatoid arthritis*.

Tabel 13
 Efektivitas Antara Penurunan Skala Nyeri pada Kelompok Yang Diberikan Intervensi Hangat Jahe Merah dan Hangat Serai

Variabel	Selisih Median	N	P-Value
Jahe Merah	4,00	40	0,000
Serai	3,00		

Sumber Analisia Data Primer, Januari 2025

Pada tabel 13 didapatkan selisih *median* skala nyeri sesudah diberikan kompres hangat jahe merah lebih tinggi yaitu 4,00 dibandingkan dengan kompres serai hangat dengan nilai selisih *median* 3,00. Dan dilakukan uji *Mann-Whitney* perbandingan efektivitas antara kompres hangat jahe merah dan kompres hangat serai untuk menurunkan skala nyeri pada penderita *rheumatoid arthritis*, didapatkan hasil *P-Value* (0,000) (<0,05). Oleh karena itu, dapat diartikan bahwa

ada perbedaan antara kompres hangat jahe merah dan hangat serai. Intervensi yang diberikan kompres hangat jahe merah lebih efektif untuk menurunkan nyeri pada *rheumatoid arthritis* dibandingkan intervensi yang diberikan kompres hangat serai.

Pembahasan

a.Usia

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui responden terbanyak pada kelompok kompres hangat jahe merah dengan rentang usia 60-70 tahun (45,0%). Sejalan dengan penelitian (Fatmawati & Ariyanto, 2021), rentang usia 65-75 tahun (61,1%). Seseorang yang berada pada rentang usia 60 tahun ke atas telah mengalami penurunan sensitifitas terhadap nyeri yang signifikan. Faktor usia berpengaruh terhadap respon nyeri yang disebabkan kemampuan koping dan faktor fisiologis yang sudah berkurang karena proses penuaan (Oktavianti & Anzani, 2021).

b.Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui responden terbanyak pada kelompok kompres hangat jahe merah adalah perempuan yaitu sebanyak 11 orang (55,0%). Sejalan dengan penelitian (Fatmawati & Ariyanto, 2020), menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak terkena *rheumatoid arthritis* sebanyak 15 orang (83,3%). Dalam riset kesehatan dasar menyebutkan bahwa gejala penderita rematik cenderung lebih banyak pada perempuan (27,5%) lebih tinggi dari laki-laki (21,8%). Berdasarkan penelitian (Elviani et al., 2021) Perempuan mendapatkan penyakit autoimun dalam jumlah yang jauh lebih besar dari pada laki-laki, diperkirakan bahwa sistem kekebalan perempuan lebih kuat dan lebih reaktif, akan tetapi dampaknya seiring berjalannya waktu hormon tadi menjadi risiko kemungkinan peningkatan *rheumatoid arthritis*. Didukung oleh penelitian (Siebert et al., 2020).

c.Suku

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui responden terbanyak pada kelompok kompres hangat jahe merah adalah suku melayu yaitu sebanyak 11 responden (55,0%). Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui responden terbanyak pada kelompok kompres hangat serai adalah suku melayu yaitu sebanyak 9 responden (45,0%).

Berdasarkan hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Fadhila et al., 2024) Pasien *rheumatoid arthritis* di poli penyakit dalam RSUD Dr. H Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2024 sebagian besar bersuku Jawa sebanyak 23 orang (43,4%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan dengan 47 responden, 45 responden (95,7%) berasal dari suku Jawa dan 2 penderita (4,3%) berasal dari suku Tionghoa (Handono, 2020). Suku merupakan suatu kesatuan sosial yang dapat dibedakan dari kesatuan yang lain berdasarkan akar dan identitas kebudayaan, terutama bahasa. Hal ini sesuai dengan penelitian (Imelda, 2021).

d.Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui responden terbanyak pada kelompok kompres hangat jahe merah adalah IRT yaitu sebanyak responden (60,0%). Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui responden terbanyak pada kelompok kompres hangat serai adalah IRT yaitu sebanyak 12 responden (60,0%).

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian (Afridon, 2022), menunjukkan bahwa pekerjaan IRT lebih banyak terkena *rheumatoid arthritis* sebanyak 18 responden (45,0%). Menurut penelitian (Yuliawati et al., 2023) mengatakan bahwa pada umumnya ibu rumah tangga banyak melakukan pekerjaan yang memerlukan banyak pergerakan sendi. Ibu rumah tangga setiap hari harus mengurus pekerjaan rumah seperti mencuci, bersih bersih rumah dll. Kegiatan itu semua membuat sendi sering bekerja, dan dapat disimpulkan pekerjaan yang berat dapat berpengaruh terhadap kekambuhan nyeri rematik.

e. Kompres Hangat Jahe Merah

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa hasil analisis statistik diketahui nilai *median* skala nyeri responden sebelum diberikan intervensi kompres hangat jahe merah adalah 7,00 dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah adalah 4,00. Nilai *std.diviation* sebelum diberikan kompres hangat jahe merah adalah 1,572 dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah 733.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Suryani et al., 2021) Hasil analisa pengaruh ditunjukkan dengan adanya pengaruh tingkat skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan pemberian kompres larutan jahe menggunakan uji *statistik paired t test*, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,0001 atau kurang dari 0,05 ($p < 0.05$) dengan nilai t sebesar 39.192. hasil penelitian tersebut menunjukkan ada pengaruh pemberian kompres larutan jahe (*zingiber officinale roscoe*) terhadap nyeri *rheumatoid arthritis* di Posyandu Lansia Melati Desa Candisari Kabupaten Grobogan. Sejalan dengan penelitian (Wilda & Panorama., 2021).

Jahe mempunyai kandungan berbagai macam zat seperti, pati (52,9%), minyak atsiri (3,9%), dan ekstra yang larut dalam *alcohol* (9.93%). Jahe juga mempunyai komponen kimia, seperti *gingerol*, *shogaol* dan *zingeron* pada tanaman serai mengandung daun 0,4%, minyak atsiri mengandung tiga komponen penting seperti *sitron ela*, *geraniol* (20%) dan sitronelol (85%) yang dapat digunakan sebagai obat alternative untuk menghilangkan rasa nyeri pada penderita *rheumatoid arthritis* (Berta et al., 2023).

f. Kompres hangat serai

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa hasil analisis statistik diketahui nilai *median* nyeri responden sebelum diberikan intervensi kompres hangat serai adalah 7,00 dan sesudah diberikan kompres hangat serai adalah 4,00. Nilai *std.diviation* sebelum diberikan kompres hangat serai adalah 1,240 dan sesudah diberikan kompres hangat serai 1,209.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Andriati et al., 2024) hasil penerapan terapi diberikan pada setiap kelompok selama 7 hari, di pagi hari dengan durasi selama 15 menit per hari. Kompres air serai hangat melalui proses yakni serai sebanyak 100 gram dimasak dalam air 700 ml dengan suhu 90-100°C selama 5 menit. Air rebusan serai didinginkan sampai suhu 60-70°C. Sebelum memberikan kompres partisipan terlebih dahulu mengkaji skala nyeri pada sendi yang mengalami *rheumatoid arthritis*, selanjutnya membersihkan dan memastikan tidak ada luka terbuka pada sendi yang akan di kompres. Terakhir kompres pada sendi dengan menggunakan *hand towel* yang sudah direndam dalam rebusan serai hangat.

Pemberian kompres serai hangat pada daerah tubuh akan memberikan sinyal ke *hypothalamus* melalui sumsum tulang belakang. Ketika reseptor yang peka terhadap panas di hipotalamus dirangsang, sistem effektor mengeluarkan signal yang mulai berkeringat dan *vasodilatasi perifer*. Perubahan ukuran pembuluh darah diatur oleh pusat vasomotor pada medulla oblongata dari tangkai otak, dibawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi. Terjadinya vasodilatasi ini menyebabkan aliran darah kesetiap jaringan bertambah khususnya yang mengalami radang dan nyeri, sehingga terjadi penurunan nyeri sendi pada jaringan yang meradang (Oktavidiati et al., 2021).

D. Penutup

Dari hasil yang telah di lakukan penelitian tentang perbandingan efektivitas kompres hangat jahe merah dan hangat serai terhadap nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di wilayah kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat dapat di simpulkan bahwa :

- 1.Karakteristik responden mayoritas berusia 60-70 tahun untuk kompres hangat jahe merah sebanyak 9 responden, kompres hangat serai sebanyak 12 responden. Dan berjenis kelamin perempuan untuk kompres hangat jahe merah sebanyak 11 responden, untuk kompres hangat serai sebanyak 14 responden.
- 2.Nilai *median* responden kelompok intervensi sebelum diberikan kompres hangat jahe merah adalah 7,00 dan sesudah diberikan kompres hangat jahe merah adalah 3,00.
- 3.Nilai *median* responden kelompok intervensi sebelum diberikan kompres hangat serai adalah 7,00 dan sesudah diberikan kompres hangat serai adalah 4,00.

4. Kompres hangat jahe merah lebih efektif untuk menurunkan nyeri pada *rheumatoid arthritis* dibandingkan intervensi yang diberikan kompres hangat serai.

Saran

a. Bagi Penulis

Diharapkan penelitian ini menambah pengetahuan penulis tentang perbandingan efektivitas kompres hangat jahe merah dan serai terhadap nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di wilayah kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat.

b. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tentang perbandingan efektivitas kompres hangat jahe merah dan serai terhadap nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di wilayah kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi oleh peneliti lain baik secara teoritis maupun secara metodologis mengenai penelitian terkait perbandingan efektivitas kompres hangat jahe merah dan serai terhadap nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di wilayah kerja UPT Puskesmas Batu Bersurat.

Daftar Pustaka

- Adhari, Surya, Ida Suryawati, and Abdul Gani. 2023. "Nyeri *Rheumatoid Arthritis* Dengan Kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) Pada Lansia *Rheumatoid Arthritis Pain with Independence of Daily Living Activity (ADL) in the Elderly*." *Jurnal Assyifa' Ilmu Kesehatan* 8(2): 61–72.
- Arianita et. 2024. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kecamatan Kampar." 2: 272–80.
- Arsi et. 2024. "Terhadap Intensitas Nyeri *Rheumatoid Arthritis* Pada Lansia Pendahuluan Lansia Adalah Seseorang Yang Telah Memasuki Usia 60 Tahun Keatas , Lansia Mengalami Berbagai Perubahan Baik Secara Fisik , Mental Maupun Sosial , Perubahan Yang Bersifat Fisik Yaitu Pe." 9.
- Berta, dkk (2023). 2023. "Efektifitas Terapi Kompres Jahe Dan Kompres Serai Hangat Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri *Arthritis Rheumatoid* Pada Lanjut Usia." *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*. doi:10.36565/jab.v10i1.218.
- Eka, Yora &. 2024. "Perbandingan Kompres Hangat Jahe Merah (*Zinger Officinale Varietas Rubrum*) Dan Serai (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Skala Nyeri Arthritis Pada Lansia." *Jurnal Kesehatan Tambusai* 5 (2).
- Fatmawati, Tina Yuli, and Ariyanto Ariyanto. 2021. "Efektifitas Terapi Kompres Jahe Dan Kompres Serai Hangat Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri *Arthritis Rheumatoid* Pada Lanjut Usia." *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* 10(1): 1. doi:10.36565/jab.v10i1.218.
- Fadila. 2024. "Pemberian Kompres Hangat Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Pada Pasien Lansia Dengan Kasus *Rheumatoid Arthritis* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kartini Pematangsiantar."
- Lutfiyani, Nila, and Ratna Sri Haryati. 2024. "Penerapan Metode *Multy Attribute Utility Theory* (Maut) Untuk Menentukan Penerima Bantuan Lansia Berbasis Web." *JUREKSI (Jurnal Rekayasa Sistem)* 2(1): 337–50. <https://kti.potensi-utama.org/index.php/JUREKSI/article/view/1661/709>.
- Midanda, Nurul Awalia, Fitri Apriyanti, Putri Eka Sudiarti, Program Studi, S1 Keperawatan, Universitas Pahlawan, and Tuanku Tambusai. 2023. "Hubungan Riwayat Keluarga Dan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian *Arthritis Reumaotid* Di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja Upt Puskesmas Kampar Tahun 2022." *Journal Of Engineering Schience and Technology Management* 3(2): 2828–7886. <https://jes-tm.org/>.
- Statistik, Badan Pusat. 2023. 20 Sustainability (Switzerland) "Statistik Penduduk Lanjutusia." http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017Eng8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpu

sat_Strategi_Melestari.

Solihah, Alifia &. 2024. "Penerapan Terapi Kompres Jahe Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Dengan *Rheumatoid Arthritis* Dalam Konteks Keluarga Tahun 2023." *Jurnal Skala Kesehatan* 15.

Umaht, Rin Rin Karomattul, Hilman Mulyana, and Rita Purwanti. 2021. "Terapi Non Farmakologi Berbahan Herbal Untuk Menurunkan Nyeri Rematik: A Literature Riview." *Jurnal Keperawatan BSI* 9(2):18391. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/580/417>.