

Perbandingan Efektivitas Terapi Rendam Air Garam Epsom Hangat Dengan Terapi Rendam Air Serai Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Barat

Selpi Aziska Pratama¹, Muhammad Bagus Andrianto^{2*}

^{1,2}Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Article Info

Key words :

Boiling salt, Pain, Rheumatoid Arthritis

Corresponding author:

M. Bagus Andrianto

Email:

bagus@umb.ac.id

Abstract

The problem in this study is how to compare the effectiveness of warm salt water immersion therapy with warm lemongrass water soak therapy on reducing Rheumatoid Arthritis pain in the elderly in the working area of the West Lingkar Health Center in Bengkulu City, the research method in this study was quantitative with a pre-experimental research type. The research location for this research has been carried out at the residence of residents (houses) affected by Rheumatoid Arthritis, by visiting his house to conduct special research in the western rim area in the city of Bengkulu. Time of research This research was conducted from May 27 to June 27 2023, to be precise in the morning, 08.00-10.00, in the working area of the West Circle Public Health Center in Bengkulu City. The length of time used to soak in warm salt water and soak in warm lemongrass water is generally 20 minutes, the duration of soaking in warm salt water is 20 minutes, while the warm lemongrass water is reduced to 20 minutes. Results and discussion 1) before warm salt water immersion therapy with warm lemongrass water immersion therapy on pain intensity in the elderly suffering from Rheumatoid Arthritis in the working area of the West Circle Health Center in Bengkulu City with a scale of severe pain and moderate pain. 2) after warm salt water immersion therapy with warm lemongrass water immersion therapy on pain intensity in the elderly suffering from Rheumatoid Arthritis in the working area of the West Circle Health Center in Bengkulu City with a scale of severe pain and mild pain. 3) The effectiveness of warm salt water immersion therapy with warm lemongrass water immersion therapy on pain intensity in the elderly suffering from Rheumatoid Arthritis in the working area of the West Ring Health Center in Bengkulu City is proven by the results of the analysis of the value of $p (0.00) < \alpha (0.05)$.

PENDAHULUAN

Rheumatoid adalah bukanlah suatu penyakit, melainkan suatu sindrom dan kumpulan penyakit yang menunjukkan berbagai macam manifestasi sindrom Rheumatoid, yang semuanya memiliki ciri-ciri umum tertentu, terutama di negara-negara terbelakang (Mansjoer Arif, 2017). Adanya sinovitis erosif simetris, penyakit radang yang sebagian besar menyerang jaringan sendi tetapi sering juga menyerang organ lain, bersamaan dengan nyeri dan kekakuan pada sistem muskuloskeletal dan jaringan ikat, menjadi ciri kondisi ini. Lebih

sederhana mendefinisikan rheumatoid arthritis sebagai suatu kondisi yang mempengaruhi jaringan tubuh, otot, dan persendian (Utami, 2017).

Suatu kondisi yang mempengaruhi sistem muskuloskeletal adalah rheumatoid arthritis. Kekuatan otot mulai menurun sekitar usia 40 tahun, dan pada usia 60 tahun mulai menurun dengan cepat akibat perubahan gaya hidup dan kekuatan otot. Rheumatoid arthritis merupakan salah satu penyakit yang sering dialami oleh lansia. Suatu penyakit peradangan yang secara simetris menyebabkan peradangan pada persendian (tangan dan kaki), yang menimbulkan rasa tidak nyaman dan bengkak serta berpotensi merusak bagian dalam persendian (Handriani, 2019).

Faktor genetik, hormonal, dan virus semuanya dapat berkontribusi pada perkembangan rheumatoid arthritis (Noer, 2018). Terapi farmakologis dan nonfarmakologis keduanya dapat digunakan untuk mengurangi rasa sakit. Pemberian analgesik non-opioid dan obat antiinflamasi nonsteroid dikenal sebagai pengobatan farmakologis (medis). Pendarahan gastrointestinal adalah salah satu efek samping utama dari obat antiinflamasi nonsteroid, bersama dengan analgesik opioid dan obat tambahan (adjuvant) atau co-analgesik. Sedangkan keperawatan komplementer adalah nama lain dari terapi non farmakologis dalam keperawatan. Terapi alami, seperti pengobatan herbal, termasuk dalam terapi komplementer.

Menurut (Perry, 2019), manfaat menggunakan terapi komplementer dalam pengobatan klien dengan gangguan kronis yang secara konsisten menghabiskan uang mendapat manfaat dari mengadopsi terapi komplementer karena dapat meningkatkan kesehatan secara umum dan lebih murah. pengalaman pelanggan yang harus membeli obat dengan harga murah untuk menekan biaya pembelian obat setelah menggunakan obat komplementer. Oleh karena itu, pengobatan untuk rheumatoid arthritis mungkin melibatkan pengobatan herbal atau pengobatan tanaman seperti air garam hangat, jahe merah, dan rebusan serai, serta terapi relaksasi. Siapa pun yang menderita rheumatoid arthritis dapat mandi dengan air hangat dengan garam dan serai, dan ini lebih efektif daripada perawatan lainnya.

Menurut (Hidayat & Uliyah, 2020, rendaman air garam hangat memiliki kemampuan untuk meringankan atau menghilangkan rasa tidak nyaman, mengurangi atau menghindari kejang otot, dan memberikan rasa hangat). Perendaman air garam hangat seringkali hanya digunakan secara lokal di area tubuh tertentu. Mandi air garam hangat menyebabkan pembuluh darah melebar, yang meningkatkan sirkulasi darah di jaringan dengan mengarahkan nutrisi dan asam ke sel yang lebih besar dan meningkatkan pembuangan produk limbah. Akibatnya, prosedur pertukaran zat yang lebih baik akan muncul. Peningkatan aktivitas sel akan mengurangi rasa sakit dan membantu penyembuhan luka, abses, bisul, nyeri.

Menurut (Handriani, 2018), Dalam dua tahun pertama perjalanan penyakit, Rheumatoid Arthritis dapat menyebabkan trauma selain kerusakan dan kecacatan sendi. Penggunaan terapi farmasi harus diminimalkan karena obat-obatan tertentu memiliki efek samping dan dapat membuat orang ketergantungan. Oleh karena itu pengobatan non-farmakologis lebih penting untuk mencegah atau memungkinkan untuk menurunkan kejadian Rheumatoid Arthritis. Terapi non-farmakologis dapat

diberikan dalam berbagai metode, termasuk sentuhan terapeutik, relaksasi, pengalihan, stimulasi kulit, dan menciptakan perasaan hangat melalui pemberian serai hangat dan rendaman air garam karena hal itu mengurangi rasa sakit dan mempercepat penyembuhan. Menurut keadaan klien, berendam hangat diberikan sebagai intervensi. Berdasarkan urian latar belakang diatas, maka penulis tertarik meneliti dengan judul “*Perbandingan Efektivitas Terapi Rendam Air Garam Hangat Dengan Terapi Rendam Air Serai Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid Atritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu*”.

METODE

Pada penelitian ini penelitian melakukan pra eksperimen dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Rancangan penelitian ini dikenal dengan *one-group pre-post test*, yaitu melakukan intervensi atau tindakan dalam satu kelompok, kemudian memantau variabel dependen setelah intervensi selesai.

HASIL

Hasil Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh dan perbandingan terapi rendam air garam hangat dengan terapi rendam air garam hangat terhadap penurunan nyeri *Reumatoid Arthritis* pada lansia.

Pengaruh Pemberian Terapi Rendam Air Garam Hangat

Tabel 1 Pengaruh Penurunan Nyeri *Rheumatoid Atritis* pada Lansia Sebelum dan Sesudah Terapi Rendam Air Garam Hangat dan Terapi Rendam Air Serai Hangat

Variabel	Mean	N	Sd.Deviatio n	Min	Max
Sebelum Terapi Rendam Air Garam Hangat	3.986 8	15	45774	3.00	4.00
Sesudah Terapi Rendam Air Garam Hangat	2.603 6		.48795	2.00	3.00
Sebelum Terapi Rendam Air Serai Hangat	3.986 8	15	45774	3.00	4.00
Sesudah Terapi Rendam Air Serai Hangat	2.133 3		35187	2.00	3.00

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa terjadi penurunan rata-rata nyeri *Rheumatoid Atritis* pada lansia sebelum dilakukannya terapi rendam air garam hangat rata-ratanya 3.9868 dan sesudah dilakukan terapi rendam air garam hangat 2.6036.

Sedangkan, rata-rata penurunan nyeri *Rheumatoid Atritis* pada lansia sebelum dilakukannya rendam air serai hangat rata-ratanya 3.9868 dan sesudah dilakukan terapi rendam air serai hangat juga mengalami penurunan 2.1333.

Perbandingan Terapi Rendam Air Garam Hangat dengan Terapi Rendam Air Serai Hangat

Tabel 2 Perbandingan Terapi Rendam Air Garam Hangat dengan Terapi Rendam Air Serai Hangat terhadap penurunan nyeri *Rheumatoid Atritis* pada lansia

Variabel	Kelompok	Mean	t-hitung	N	Sd.Deviatio n
Terapi Rendam Air Garam Hangat	Terapi Rendam Air Garam Hangat	3.9868	7.50	15	45774
	Terapi Rendam Air Serai Hangat	2.6036			.48795
Terapi Rendam Air Serai Hangat	Terapi Rendam Air Serai Hangat	3.9868	8.00	15	45774
	Terapi Rendam Air Serai Hangat	2.1333			35187

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa rata-rata penurunan nyeri *Rheumatoid Atritis* pada lansia kelompok terapi rendam air Rendam hangat adalah 3.9868 mmHg dengan SD. 45774, sedangkan rata-rata penurunan nyeri *Rheumatoid Atritis* pada lansia kelompok terapi rendam air serai hangat adalah 2.6036 mmHg dengan SD.48795.

Hasil uji statistik independent t-test didapat *p-value* <0.05, artinya ada perbandingan yang signifikan antara pemberian kelompok terapi rendam air garam hangat dengan terapi rendam air serai hangat terhadap penurunan nyeri *Rheumatoid Atritis* pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu.

PEMBAHASAN

Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Rendam Air Garam Hangat dan Terapi Rendang Air Serai Hangat terhadap penurunan nyeri *Rheumatoid Artritis* pada lansia

Hasil penelitian terhadap 30 responden di wilayah kerja puskesmas lingkaran barat kota Bengkulu, dapat diketahui rata-rata penurunan nyeri *Rheumatoid Artritis* pada lansia kelompok terapi rendam air garam hangat adalah 3.9868 mmHg dengan SD. 45774, sedangkan rata-rata penurunan nyeri *Rheumatoid Artritis* pada lansia kelompok terapi rendam air serai hangat adalah 2.6036 mmHg dengan SD .48795.

Hasil penelitian terhadap 30 lansia di wilayah kerja puskesmas lingkaran barat kota Bengkulu, menunjukkan rata-rata penurunan nyeri *Rheumatoid Artritis* pada lansia kelompok terapi rendam air garam hangat adalah 3.9868 mmHg dengan SD. 45774, sedangkan rata-rata penurunan nyeri *Rheumatoid Artritis* pada lansia kelompok terapi rendam air serai hangat adalah 2.6036 mmHg dengan SD.48795. Sesuai dengan yang disampaikan dalam jurnal Kozier (2019) bahwa beberapa manfaat dari terapi rendam air garam hangat dan terapi rendam air serai hangat ini adalah salah satunya dapat mengurangi nyeri. Terapi rendam air garam hangat dan terapi rendam air serai hangat dapat dilakukan dengan sangat terjangkau dalam artian sangat mudah dilakukan.

Dalam Perry (2019), dikatakan bahwa penggunaan ketidaksamaan tindakan yang paling umum adalah untuk nyeri-reak. Menurut Kozier and Erb (2019), intervensi yang sudah lama dilakukan untuk keahlisan adalah terapi untuk mengobati nyeri karena dapat menimbulkan gejala mirip nyeri, meningkatkan relaksasi otot, meningkatkan sirkulasi, meningkatkan relaksasi psikologis, dan memberikan rasa nyaman karena bekreja digunakan sebagai sebuah counterirritant.

Terapi fisiologis digunakan untuk mengatasi nyeri dengan menggunakan tranmisi dimana sensasi hangat pada saat kompresi dapat menghambat pelepasan mediator inflamasi seperti obat pro inflamasi sitokin dan kemokin, yang dapat meningkatkan sensitivitas reseptor spesifik nyeri dan menyebabkan nyeri-nurunasi.

Peneliti sampai pada kesimpulan bahwa rendaman air garam hangat dan rendaman air serai hangat mengurangi intensitas nyeri karena ada penurunan skor nyeri antara dan sebelum menerima pengobatan, seperti yang dijelaskan oleh hasil penelitian di atas. Setelah mendapat terapi, mayoritas skor intensitas nyeri menunjukkan penurunan yang cukup besar.

Efektivitas terapi rendam air garam hangat dengan terapi rendam air serai hangat terhadap penurunan nyeri *Rheumatoid Arthritis* pada lansia di wilayah kerja puskesmas lingkor barat kota bengkulu

Dilakukan uji statistik menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan persyaratan data minimal skala normal untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah terapi rendaman air garam hangat dan terapi perendaman serai hangat terhadap penurunan nyeri *Rheumatoid Arthritis* pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lingkor Barat Kota Bengkulu. Menurut temuan penelitian, rata-rata penurunan nyeri *Rheumatoid Arthritis* pada lansia yang mengikuti terapi rendaman air garam hangat adalah 3,9868 mmHg dengan SD. 45774 dan rerata penurunan nyeri *Rheumatoid Arthritis* pada lansia yang mengikuti terapi rendaman air serai hangat adalah 2,6036 mmHg dengan SD. SD.48795. Jika dibandingkan dengan sebelum pemberian perlakuan rendaman air garam hangat dan rendaman air serai hangat dan setelah pemberian terapi rendaman air garam hangat dan terapi rendaman air serai hangat menunjukkan penurunan yang cukup besar. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Smeltzer, S.C bare B.G dalam Qittun (2018), bahwa skala paling efektif yang digunakan saat pengkajian intensitas nyeri sebelum dan sesudah melakukan intervensi dapat menggunakan penilaian numerik. Hasil penelitian) menyatakan bahwa tingkat nyeri pada pasien *rematik (osteoarthritis)* sesudah dilakukan kompres hangat aromaterapi lavender pada lansia di Panti Kasih Sayang Ibu Batusangkar sebagian besar mengalami penurunan skala nyeri sedang dan terapi aromaterapi lavender efektif terhadap penurunan nyeri pada lansia yang menderita rematik (*osteoarthritis*).

SIMPULAN

Peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa efektivitas terapi kompres air hangat pada perbandingan efektivitas terapi rendaman air garam hangat dengan terapi rendaman air serai hangat terhadap penurunan nyeri *Rheumatoid Arthritis* pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lingkor Barat. di Kota Bengkulu berdasarkan konsep teori dan temuan kajian terkait yang telah dilakukan.

REFERENSI

- Arif Mansjoer.(2017). *Osteoarthritis, Arthritis Reumathoid, dan Penyakit Sendi*. Januari(2017).
- Hidayat & Uliyah. (2020). *Tingkat Pengetahuan tentang Penyakit Arthritis Reumatoid*. Jurnal Keperawatan. Akademik Keperawatan Sandi Karsa Makassar: Makassar.
- Handriani. (2019). *Buku Ajar Boedhi-Darmojo Geriatri Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

- Kozier. (2017). *Kompres Hangat dan Senam Lansia. Dalam Menurunkan Nyeri Sendi Lansia*. Editor Adji Media Nusantara. Cetakan 2. Nganjuk: Penerbit Adji Media Nusantara.
- Noer, L. M. (2018). *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta: Graha .
- Perry, S. (2019). *Pengantar Osteoarthritis, Arthritis Reumathoid, dan Penyakit Sendi*. Januari(2019).
- Utami Asmadi.(2017). *Teknik Prosedur Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.