

PERBEDAAN INTENSITAS NYERI OSTEOARTRITIS PADA LANSIA SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN KOMPRES HANGAT DI KELURAHAN TLOGOMAS MALANG

Yohana¹⁾, Tanto Hariyanto²⁾, Yanti Rosdiana³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

²⁾ Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

³⁾ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

Email : jurnalpsik.unitri@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri osteoarthritis merupakan nyeri sendi yang berjalan secara lambat dan progresif yang sering diderita oleh orang dewasa hingga lansia. Di kabupaten Malang dan kota Malang ditemukan prevalensi osteoarthritis sebesar 10% dan 13,5%. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri osteoarthritis pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di Kelurahan Tlogomas RT 02 RW 06 Malang. Desain penelitian menggunakan desain analitik komparatif dengan pre-post design. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 25 lansia dan sampel penelitian menggunakan total sampling yang berarti jumlah populasi dijadikan sampel. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara. Metode analisa data yang di gunakan yaitu *Peired Simple T-Test* dengan menggunakan SPSS. Hasil penelitian membuktikan bahwa sebelum dilakukan kompres hangat terdapat 19 atau sebesar 76% lansia mengalami intensitas nyeri dan setelah dilakukan kompres hangat sebanyak 14 lansia atau sebesar 56% lansia mengalami intensitas nyeri, sedangkan hasil *Peired Simple T-Test* didapatkan $p_{value} = 0,00$, atau $0,00 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan intensitas nyeri osteoarthritis pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di Kelurahan Tlogomas RT 02 RW 06 Malang. Dengan demikian yang perlu dilakukan untuk mengurangi intensitas nyeri pada lansia yaitu dengan cara memberi kompres hangat pada bagian yang mengalami nyeri.

Kata Kunci: Intensitas nyeri osteoarthritis, lansia.

**INTENSITY DIFFERENCE IN ELDERLY OSTEOARTHRITIS PAIN
BEFORE AND AFTER DONE IN WARM COMPRESS
IN TLOGOMAS MALANG**

ABSTRACT

The pain of osteoarthritis is joint pain that runs slow and progressive that often affects adults to the elderly. In the district of Malang Malang and found the prevalence of osteoarthritis by 10% and 13.5%. The purpose of this study was to determine differences in the intensity of the pain of osteoarthritis in the elderly before and after warm compresses in the Village Tlogomas RT 02 RW 06 Malang. Research design using analytical comparative design with pre-post design. The population in this study were 25 elderly and sample using the mean number of total sampling population can be sampel. Data collection techniques used were observation and interviews. Data analysis method used is Peired Simple T-Test using SPSS. Research shows that prior to the warm compresses are 19 or older by 76% experienced pain intensity and after a warm compress as much as 14 seniors or 56% of elderly experiencing pain intensity, whereas the results of T-Test Simple Peired obtained p value = 0.00, or $0.00 < 0.05$ so it can be concluded that there are differences in the intensity of the pain of osteoarthritis in the elderly before and after warm compresses in the Village Tlogomas RT 02 RW 06 Malang. Thus needs to be done to reduce the intensity of pain in the elderly is by way of giving a warm compress on the part of experiencing pain.

Keywords: *Osteoarthritis pain intensity, elderly*

PENDAHULUAN

Bertambahnya usia mengakibatkan berbagai perubahan anatomi dan fisiologis tubuh diantaranya pada system muskuloskeletal, yang meliputi pengeroposan tulang, pembesaran sendi, penipisan discus intervetebralis, kelemahan otot sehingga menyebabkan terjadinya keterbatasan gerak (Darmojo, 1999).

Saat ini, diseluruh dunia jumlah orang lanjut usia diperkirakan ada 500 juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar. Di Negara maju seperti Amerika serikat pertambahan orang lanjut usia diperkirakan 1.000 orang per hari pada tahun 1985 dan diperkirakan 50% dari penduduk berusia di atas 50 tahun sehingga istilah Baby

Boom pada masa lalu berganti menjadi “Ledakan Penduduk Lanjut Usia”.

Ketakutan-ketakutan yang dialami oleh lanjut usia meliputi: ketergantungan fisik dan ekonomi, sakit-sakitan yang kronis. Misalnya (Arthritis 44%, Hipertensi 39%, Berkurangnya pendengaran atau tuli 28% dan penyakit jantung 27%), Kesepian, dan Kebosanan yang disebabkan oleh rasa tidak diperlukan.

Di Indonesia osteoarthritis merupakan penyakit reumatik yang paling banyak ditemui dibandingkan kasus penyakit reumatik lainnya. Berdasarkan data Badan Kesehatan Dunia (WHO), penduduk yang mengalami gangguan osteoarthritis di Indonesia tercatat 8,1% dari total penduduk. Sebanyak 29% diantaranya melakukan pemeriksaan dokter, dan sisanya atau 71% mengonsumsi obat bebas pereda nyeri. Di kabupaten Malang dan kota Malang ditemukan prevalensi osteoarthritis sebesar 10% dan 13,5%. Di Jawa Tengah, kejadian penyakit osteoarthritis sebesar 5,1% dari semua penduduk.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Kelurahan Tlogomas RT 02/ RW 06, di ketahui bahwa lansia yang mengalami nyeri sendi tidak mendapatkan pengobatan khusus dan cenderung membiarkan nyeri yang diderita. Keterbatasan kemampuan fisik dan kurangnya pengetahuan menyebabkan lansia cenderung membiarkan rasa nyeri yang dialami.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 5 orang lansia (100%) di kelurahan tlogomas RT 02 RW 06 Malang diketahui sebanyak 2 orang lansia (40%) mengalami nyeri sendi dikarenakan Osteoarthritis.

Tindakan nonfarmakologis untuk penderita nyeri osteoarthritis diantaranya adalah kompres hangat. Kompres dingin dan kompres hangat dapat menghilangkan nyeri (Potter, 2005). Kompres hangat adalah pengompresan yang dilakukan dengan menggunakan buli-buli panas yang dibungkus kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan akan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang (Perry & Potter, 2005). Efektifitas kompres hangat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesic dan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang (Lemone & Burke, 2001).

Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui secara umum perbedaan intensitas nyeri osteoarthritis pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di Kelurahan Tlogomas RT 02 RW 06 Malang dan tujuan secara Khusus untuk mengidentifikasi intensitas nyeri sendi pada lansia, mengidentifikasi pemberian kompres hangat pada lansia dan menganalisis perbedaan intensitas nyeri osteoarthritis pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di

Kelurahan Tlogomas RT 02 RW 06 Malang.

DESAIN PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan desain analitik komparatif dengan *pre-*

post design. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 25 lansia dan sampel penelitian menggunakan total sampling yang berarti jumlah populasi dijadikan sampel. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara. Metode analisa data yang di gunakan yaitu *Peired Simple T-Test* dengan menggunakan SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Intensitas Nyeri	f	(%)
Tidak sakit	0	0
Sedikit sakit	0	0
Agak mengganggu	2	8
Mengganggu aktifitas	19	76
Sangat mengganggu	4	16
Tidak tertahankan	0	0
Total	25	100

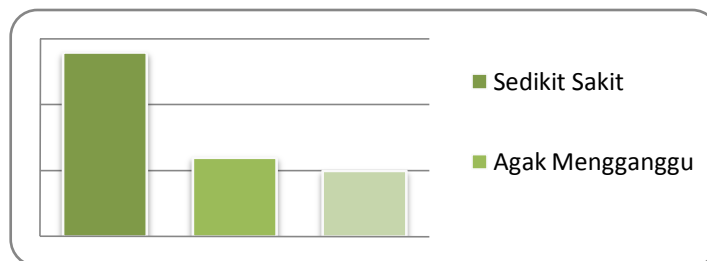
Tabel 1. Distribusi frekuensi intensitas nyeri sebelum dilakukan perlakuan

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat bahwa intensitas nyeri sebelum dilakukan perlakuan pada responden, sebagian besar (76%) mengganggu aktifitas sebanyak 19 orang.

Tabel 2. Distribusi frekuensi intensitas nyeri sesudah dilakukan perlakuan

Intensitas Nyeri	f	(%)
Tidak sakit	0	0
Sedikit sakit	14	56
Agak mengganggu	6	24
Mengganggu aktifitas	5	20
Sangat mengganggu	0	0
Tidak tertahankan	0	0
Total	25	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa intensitas nyeri sesudah dilakukan perlakuan pada responden, sebagian besar (56%) merasakan sedikit sakit sebanyak 14 orang.



Gambar 1. Grafik hasil uji *Peired Simple T-Test* menunjukkan karakteristik ekspresi wajah sesudah perlakuan

Uji statistik pada penelitian ini menggunakan teknik komputerisasi SPSS 17 for windows, dengan uji statistik yang digunakan adalah *Peired Simple T-Test*. Analisis dengan menggunakan teknik ini dengan tingkat signifikansi (α) sebesar 0,05 dan tingkat kesalahan 95%. Berdasarkan hasil perhitungan di dapat p value = $0,00 < \alpha$ (0,05) yang berarti H_0 ditolak. Hasil yang didapat peneliti ada perbedaan intensitas nyeri osteoarthritis pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di Kelurahan Tlogomas RT 02 RW 06 Malang.

Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Kompres Hangat

Berdasarkan data khusus yang didapat oleh peneliti, diketahuibahwa intensitas nyeri sebelum dilakukan kompres hangat pada responden, sebagian besar (76%) mengganggu aktifitas sebanyak 19 orang. Sebelum dilakukan kompres hangat pada responden, tiap individu tentunya memiliki rasa nyeri yang berbeda-beda. Faktor yang mempengaruhi nyeri juga bermacam-macam, salah satunya adalah usia responden. Orang dewasa menganggap nyeri merupakan hal yang alamiah, sesuai dengan umur setiap individu. Orang tua mangalami nyeri dikarenakan perubahan fisiologis dan mengalami kerusakan fungsi otot.

Pada orang dewasa kadang melaporkan nyeri jika sudah patologis dan mengalami kerusakan fungsi. Pada lansia cenderung memendam nyeri yang

dialami, karena mereka menganggap nyeri adalah hal alamiah yang harus dijalani dan mereka takut kalau mengalami penyakit berat atau meninggal jika nyeri diperiksakan.

Tingkat perhatian juga dapat mempengaruhi rasa nyeri pada setiap idividu. Perhatian yang berlebihan terhadap nyeri yang dirasakan akan mengakibatkan rasa nyeri tersebut semakin meningkat. Jika individu fokus kepada nyeri yang dialami maka rasa nyeri ayng dirasakan semakin sakit, bahkan bisa merasakan tidak tertahankan dengan rasa sakit yang dialami.

Intensitas Nyeri Sesudah Dilakukan Kompres Hangat

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa intensitas nyeri sesudah dilakukan perlakuan pada responden, sebagian besar (56%) merasakan sedikit sakit sebanyak 14 orang. Sebagian kecil (24%) rasa nyeri yang dirasakan responden agak mengganggu aktifitas, sebanyak 6 orang. Nyeri yang dirasakn oleh responden tentunya dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, salah satunya adalah pengalaman masa lalu. Seseorang yang pernah berhasil mengatasi nyeri dimasa lampau, dan saat ini nyeri yang sama timbul, maka ia akan lebih mudah mengatasi nyerinya. Mudah tidaknya seseorang mengatasi nyeri tergantung pengalaman di masa lalu dalam mengatasi nyeri.

Setelah dilakukan kompres hangat pada responden hasil yang didapat sangat

berbeda-beda. Kompres hangat yang diberikan dapat memberikan dampak yang efektif untuk individu yang merasakan nyeri. Kompres hangat dapat dapat memindahkan rasa panas ketubuh atau kulit, konduksi yang terjadi pada tubuh akan menyebabkan pelebaran pada pembuluh darah dan terjadi penurunan ketegangan otot, sehingga otot menjadi tidak tegang dan rasa nyeri akan berkurang.

Hal ini dibenarkan oleh Perry dan Potter (2005), kompres hangat dilakukan dengan mempergunakan buli-buli panas yang dibungkus kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan akan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang

Perbedaan Intensitas Nyeri Osteoarthritis Pada Lansia Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat

Berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji kolerasi *Peired T-Test* dengan menggunakan bantuan SPSS versi 17 *for Window*, didapat $p\text{ value} = 0,00 < \alpha (0,05)$ yang berarti H_0 ditolak, artinya ada perbedaan intensitas nyeri osteoarthritis pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di Kelurahan Tlogomas RT 02 RW 06 Malang. Hasil pengumpulan data sebelum dilakukan kompres hangat pada

responden didapatkan sebagian besar (76%) mengganggu aktifitas sebanyak 19 orang. Setelah dilakukan kompres hangat, sebagian besar (56%) merasakan sedikit sakit sebanyak 14 orang. Sebagian kecil (24%) rasa nyeri yang dirasakan responden agak mengganggu aktifitas, sebanyak 6 orang.

Hal ini jauh berbeda pada saat sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat. Sebelum dilakukan kompres hangat, individu merasakan nyeri yang dapat mengganggu aktifitasnya. Nyeri yang dirasakan individu sangat bervariasi sesuai dengan data yang telah didapat oleh peneliti. Setelah dilakukan kompres hangat pada responden, rasa nyeri pada responden dapat berkurang. Contohnya responden sebelum dilakukan kompres hangat, responden mengalami nyeri yang bersifat mengganggu aktifitas. Setelah dilakukan kompres hangat, terjadi penurunan rasa nyeri menjadi sedikit rasa sakit.

Menurut Sudoyo (2009) terdapat beberapa faktor risiko yang berhubungan dengan osteoarthritis seperti usia, jenis kelamin, suku bangsa dan genetik, kegemukan dan penyakit metabolik, cedera sendi, pekerjaan dan olah raga. Berdasarkan data umum tentang riwayat pekerjaan menunjukkan bahwa hampir sebagian (47,8%) dari responden mempunyai riwayat pekerjaan sebagai karyawan swasta (44%) dan ibu rumah tangga (44%), dan sebagian kecil sebagai wiraswasta (12%). Pekerjaan yang terlalu lama dan berulang-ulang yang dilakukan

oleh individu akan membuat individu merasakan nyeri. Lansia yang mengalami osteoarthritis yang bekerja terlalu lama dan monoton akan merasakan nyeri.

Jika responden yang merasakan nyeri diberikan kompres hangat maka terjadi perubahan rasa nyeri. Kompres hangat bertujuan melebarkan pembuluh darah dan meregangkan ketegangan otot pada bagian yang terasa nyeri. Tujuan dari kompres hangat adalah pelunakan jaringan fibrosa, membuat otot tubuh lebih rileks, menurunkan rasa nyeri, dan memperlancar pasokan aliran darah dan memberikan ketenangan pada klien (Azril Kimin, 2009). Kompres hangat yang digunakan berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah, menstimulasi sirkulasi darah, dan mengurangi kekakuan. Selain itu, kompres hangat juga berfungsi menghilangkan sensasi rasa sakit. Untuk mendapatkan hasil yang terbaik, terapi kompres hangat dilakukan selama 20 menit dengan 1 kali pemberian dan pengukuran intensitas nyeri dilakukan dari menit ke 15-20 selama tindakan. Jadi dapat disimpulkan bahwa, jika responden tidak diberikan kompres hangat maka nyeri yang dirasakan tidak akan berkurang. Begitu juga sebaliknya, jika responden diberi rangsangan kompres hangat maka, nyeri yang dirasakan akan berkurang menjadi sakit yang dirasakan hanya sedikit. Rasa sakit ini dapat kita lihat pada ekspresi wajah pada responden yang telah diberikan pengukuran skala nyeri.

Dijelaskan lebih lanjut oleh Smeltzer (2002) pada perempuan risiko osteoarthritis berkaitan dengan hormon estrogen yang mengatur adanya keseimbangan pembentukan tulang dan penyerapan kalsium dari tulang oleh osteoklas. Penurunan kadar estrogen saat lansia menyebabkan aktivitas osteoklas meningkat sehingga terjadi ketidakseimbangan antara pembentukan dan penyerapan tulang. Hal ini berimbas pada pembentukan kartilago sendi sehingga terjadi kerapuhan dan penipisan pada kartilago sendi. Selain itu, adanya faktor kebudayaan yang mempengaruhi respon seseorang terhadap nyeri, dimana perempuan lebih cenderung mengungkapkan rasa nyeri yang dirasakan, dibandingkan laki-laki yang dituntut harus berani dan tidak boleh menangis terhadap nyeri yang dirasakan (Potter & Perry, 2006).

Menurut Koziar & Erb (2009) respon nyeri setiap individu berbeda dan dipengaruhi oleh faktor usia dan tahap perkembangan salah satunya. Faktor usia dan tahap perkembangan sangat mempengaruhi respon terhadap nyeri. Pada lansia, nyeri dianggap suatu bagian dari proses penuaan dan mengakui rasa nyeri adalah hal yang sulit diterima sehingga terkadang diabaikan dan kurang mendapat penanganan. Sejalan dengan penjelasan Smeltzer (2002) bahwa pada lansia terjadi beberapa penurunan persepsi terhadap nyeri yang dirasakan. Skala intensitas nyeri sendi pada data pre tertinggi sebelum perlakuan adalah 76%

sebanyak 19 responden yaitu ekspresi wajah yang mengganggu aktivitas responden. Pada data post tertinggi sesudah perlakuan adalah 56% sebanyak 14 responden yaitu ekspresi wajah yang sedikit sakit.

KESIMPULAN

Penelitian tentang perbedaan intensitas nyeri osteoarthritis pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di Kelurahan Tlogomas RT 02 RW 06 Malang, menyimpulkan bahwa:

- 1) Sebelum dilakukan kompres hangat pada responden, sebagian besar (76%) intensitas nyeri mengganggu aktifitas, hal ini terdapat pada 19 responden.
- 2) Setelah dilakukan kompres hangat pada responden, sebagian besar (56%) responden merasakan sedikit sakit, hal ini terdapat pada 14 responden.
- 3) Hasil analisa yang di dapat dimana $p\text{-value} = 0,00$, atau $0,00 < 0,05$, artinya ada “perbedaan intensitas nyeri osteoarthritis pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di Kelurahan Tlogomas RT 02 RW 06 Malang”.

DAFTAR PUSTAKA

- Azril, Kimin, 2009. Kompres Alternatif Pereda Nyeri, <http://luluvikar.wordpress.com/2009/08/26/persepsi-ibu-tentang-metode-diakses> 25 Maret 2012.
- Darmojo, B. 2009. Teori Proses Menua In: H.Hadi Martono dan Kris Pranarka (eds): Buku Ajar Boedhi-Darmojo GERIATRI Edisi 4. Jakarta: Balai Penerbit FKUI. hal.3.
- Kozier & Erb. 2009. *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis*. Edisi 5. Jakarta : EGC.
- Lemone & Burke, 2001. *Medical Surgical Nursing; Critical Thinking in Client Care*, Third Edition, California : Addison Wesley Nursing.
- Perry & Potter. 2005. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik. Volume 1. Edisi 4. Jakarta : EGC.
- Smeltzer. S. 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah*, volume 3, Jakarta: EGC.
- Sudoyo. 2006. *Ilmu Penyakit Dalam Jilid III*. Jakarta: EGC