

Hubungan Indeks Masa Tubuh (Imt) Dengan Frekuensi Berkemih Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu

Jerema Sinendeo Mamola¹, Andri Kusuma Wijaya²¹² 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

This study investigates the efficacy of warm salt water immersion treatment compared to warm lemongrass water immersion therapy in relieving pain related to Rheumatoid Arthritis in senior patients at the West Lingkar Health Center in Bengkulu City. The research was conducted between May 27 and June 27, 2023, using a pre-experimental design to measure pain levels before and after each treatment. The findings revealed that both therapies significantly reduced pain, with warm salt water immersion demonstrating a greater average reduction in pain intensity (3.9868 mmHg) compared to warm lemongrass water (2.6036 mmHg). Statistical analysis using the Wilcoxon Sign Rank Test confirmed a significant difference between the two therapies ($p < 0.05$). These results underscore the potential of non-pharmacological interventions, such as warm water immersion therapies, as effective and affordable options for managing Rheumatoid Arthritis pain in the elderly population.

PENDAHULUAN

Rheumatoid tidak dicirikan sebagai penyakit melainkan sebagai sindrom yang mencakup berbagai penyakit, menunjukkan manifestasi yang beragam, terutama terlihat di negara-negara terbelakang (Mansjoer Arif, 2017). Kondisi ini dibedakan dengan adanya sinovitis erosif simetris, penyakit inflamasi yang sebagian besar memengaruhi jaringan sendi dan berpotensi memengaruhi organ lain dalam tubuh, yang mengakibatkan rasa sakit dan kekakuan di dalam jaringan muskuloskeletal dan jaringan ikat. Secara sederhana, artritis reumatoid merupakan kondisi yang memengaruhi jaringan, otot, dan sendi tubuh (Utami, 2017).

Sistem muskuloskeletal dipengaruhi oleh artritis reumatoid, yang mengakibatkan penurunan kekuatan otot secara bertahap. Penurunan ini dimulai pada usia 40 tahun dan semakin cepat pada usia 60 tahun akibat perubahan gaya hidup dan kelemahan otot. Orang lanjut usia biasanya mengalami rheumatoid arthritis sebagai salah satu penyakit umum. Penyakit inflamasi asimetris menyebabkan peradangan sendi, terutama di tangan dan kaki, menyebabkan ketidaknyamanan, pembengkakan, dan potensi kerusakan sendi internal (Handriani, 2019)..

Berbagai faktor seperti elemen genetik, hormonal, dan virus berkontribusi pada timbulnya rheumatoid arthritis (Noer, 2018). Manajemen nyeri dapat melibatkan pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Pengobatan farmakologis mengacu pada penggunaan analgesik non-opioid dan obat antiinflamasi nonsteroid. Khususnya, perdarahan gastrointestinal menonjol sebagai efek samping utama dari obat

antiinflamasi nonsteroid, di samping analgesik opioid dan obat adjuvan. Keperawatan komplementer menunjukkan terapi non-farmakologis dalam domain keperawatan, yang mencakup pengobatan alami seperti perawatan herbal.

Seperti yang disorot oleh Perry (2019), keuntungan konsisten dari mengintegrasikan terapi komplementer untuk individu yang menderita penyakit kronis mencakup peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan dan pengurangan pengeluaran, menjadikannya alternatif yang lebih hemat biaya untuk pengadaan obat tradisional. Oleh karena itu, penanganan artritis reumatoid dapat menggunakan campuran pengobatan alami, termasuk larutan garam hangat, jahe merah, infus serai, dan terapi relaksasi. Individu yang menderita artritis reumatoid dapat merasakan kelegaan dengan berendam dalam air hangat yang dicampur dengan garam dan serai, karena penelitian telah menunjukkan kemanjurannya yang unggul dibandingkan dengan pilihan pengobatan lainnya.

Menurut Hidayat dan Uliyah (2020), berendam air garam hangat memiliki kemampuan untuk meringankan atau menghilangkan rasa tidak nyaman, mengurangi atau mencegah kejang otot, dan menginduksi rasa nyaman secara umum. Umumnya, perendaman air garam hangat ditargetkan ke daerah tertentu dari tubuh. Mandi ini meningkatkan vasodilatasi, meningkatkan sirkulasi darah ke jaringan dengan memfasilitasi pengangkutan nutrisi dan pembuangan produk limbah. Akibatnya, peningkatan pertukaran zat dan aktivitas seluler yang meningkat mengurangi rasa sakit sambil mendorong penyembuhan luka, resolusi abses, pemulihan ulkus, dan pengurangan rasa sakit.

Dalam dua tahun awal kursus Rheumatoid Arthritis, trauma dapat timbul bersamaan dengan gangguan sendi dan kecacatan (Handriani, 2018). Ketergantungan pada terapi farmasi harus diminimalkan karena potensi efek samping dan masalah ketergantungan. Oleh karena itu, sangat penting untuk menempatkan intervensi non-farmakologis untuk mencegah atau mengurangi terjadinya Arthritis Reumatoid. Perawatan non-farmakologis mencakup berbagai metode, termasuk sentuhan terapeutik, teknik relaksasi, strategi pengalihan perhatian, stimulasi kulit, dan penggunaan sereh hangat dan rendaman air garam. Perawatan ini membantu mengurangi rasa sakit dan mempercepat penyembuhan. Perendaman air hangat diberikan sebagai intervensi berdasarkan kebutuhan dan kondisi spesifik klien.

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Perbandingan Efektivitas Terapi Rendam Air Garam Hangat dengan Terapi Rendam Air Serai Hangat terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu".

METODE

Penelitian saat ini melakukan eksperimen pendahuluan menggunakan metodologi penelitian kuantitatif. Desain penelitian khusus ini diakui sebagai tes pra-

pasca kelompok tunggal, yang memerlukan pengenalan intervensi atau tindakan ke satu kelompok, dan kemudian mengamati variabel dependen pasca-intervensi.

HASIL

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	3.9868	15	45774	3.00	4.00
Sesudah Terapi Rendam Air Garam Hangat	2.6036		.48795	2.00	3.00
Sebelum Terapi Rendam Air Serai Hangat	3.9868	15	45774	3.00	4.00
Sesudah Terapi Rendam Air Serai Hangat	2.1333		35187	2.00	3.00

Tabel 1, menunjukkan pengurangan rata-rata nyeri Rheumatoid Arthritis di antara populasi lansia sebelum menerima perawatan air garam hangat adalah 3,9868, yang menurun menjadi 2,6036 pasca pengobatan. Sebaliknya, rata-rata kejadian nyeri Rheumatoid Arthritis pada pasien sebelum menjalani perendaman air serai hangat adalah 3.9868, menunjukkan penurunan menjadi 2.133 setelah terapi.

Perbandingan Terapi Rendam Air Garam Hanat 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	Terapi Rendam Air Serai Hangat	2.6036			.48795

Terapi	Terapi	3.9868		45774
	Rendam Air		8.00	15
	Garam Hangat			
	Terapi	2.1333		35187
	Rendam Air			
	Serai Hangat			

Menurut data yang disajikan dalam Tabel 2, penurunan rata-rata rasa sakit yang disebabkan oleh rheumatoid arthritis di antara peserta yang lebih tua dalam kelompok terapi mandi air panas adalah 3.9868 mmHg, dengan penyimpangan standar 0.45774. Di sisi lain, kelompok terapi mandi jeruk lemon hangat mengalami penurunan rata-rata 2.6036 mmHg dalam rasa sakit arthritis rheumatoid di antara orang tua, dengan penyimpangan standar 0.48795.

Hasil tes t independen menunjukkan perbedaan signifikan ($p\text{-value} < 0,05$) antara efektivitas terapi mandi air garam dan terapi mandi lemongrass hangat dalam mengurangi rasa sakit rheumatoid arthritis pada pasien yang lebih tua di Pusat Kesehatan West Ring, Kota Bengkulu.

PEMBAHASAN

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

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa pengurangan rata-rata nyeri rheumatoid arthritis di antara individu lanjut usia yang menjalani terapi mandi air asin hangat adalah 3,9868 mmHg dengan standar deviasi 0,45774. Sebaliknya, penurunan rata-rata nyeri Rheumatoid Arthritis di antara individu lanjut usia yang mengambil bagian dalam terapi perendaman air serai hangat adalah 2,6036 mmHg dengan standar deviasi 0,48795. Seperti dilaporkan oleh Kozier (2019), terapi mandi air asin hangat dan terapi perendaman air serai hangat terutama difokuskan pada pengurangan rasa sakit, menawarkan pendekatan yang hemat biaya dan mudah diakses.

Perry (2019) mengklaim bahwa tujuan utama dari langkah-langkah ketidaksetaraan adalah untuk meringankan penderitaan. Kozier dan Erb (2019) menyatakan bahwa intervensi berkelanjutan untuk penguasaan keterampilan mencakup terapi yang bertujuan untuk meringankan rasa sakit yang timbul dari aktivitas darat. Terapi ini menginduksi gejala rasa sakit yang sebanding, memfasilitasi relaksasi otot, meningkatkan sirkulasi, mempromosikan relaksi psikologis, dan menawarkan kenyamanan dengan bertindak sebagai analgesik.

Terapi fisiologis melibatkan pemanfaatan transien untuk mengatasi rasa sakit

secara efektif. Selama kompresi, sensasi hangat diinduksi, yang berpotensi menghambat sekresi mediator inflamasi seperti sitokin pro-inflamasi dan kemokin. Mediator ini diketahui meningkatkan respons reseptor spesifik rasa sakit, yang pada akhirnya mengarah pada sensasi rasa sakit.

Para peneliti mencapai kesimpulan yang menunjukkan bahwa mandi air garam hangat dan mandi air serai hangat efektif dalam mengurangi intensitas rasa sakit. Hal ini dibuktikan dengan penurunan skor nyeri yang dicatat baik sebelum dan sesudah pemberian pengobatan, seperti yang diuraikan dalam penelitian tersebut. Setelah sesi terapi, penurunan yang signifikan pada sebagian besar skor intensitas nyeri diamati.

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

Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa pasien arthritis reumatoid tua yang menjalani terapi penyelaman air garam hangat mengalami penurunan rata-rata rasa sakit sebesar 3.9868 mmHg, dengan penyimpangan standar 45774. Penurunan rata-rata rasa sakit yang disebabkan oleh rheumatoid arthritis pada orang tua yang menjalani terapi air segar hangat adalah 2,6036 mmHG, dengan penyimpangan standar 48795. Setelah aplikasi terapi air asin hangat dan terapi air tawar hangat, penurunan yang signifikan diamati dibandingkan dengan kondisi awal sebelum pengobatan.

Smeltzer, S.C. dan Bare, B.G. (2018) menemukan bahwa pendekatan yang paling efektif untuk menilai tingkat rasa sakit sebelum dan setelah perawatan adalah melalui evaluasi numerik, seperti yang dinyatakan dalam penelitian mereka yang dipublikasikan di Qittun. Penelitian menunjukkan bahwa menerapkan kompres hangat lavender sebagai bentuk aromaterapi pada pasien reumatik tua dengan osteoarthritis di Pantai Carang menyebabkan penurunan tingkat rasa sakit. Kebanyakan pasien di Batusangkar mengalami penurunan sedikit dalam intensitas rasa sakit, yang menunjukkan bahwa pengobatan aromaterapi lavender secara efektif meringankan rasa sakit pada orang tua dengan reumatisme. dengan osteoarthritis.

SIMPULAN

penelitian ini menyimpulkan bahwa kompresi air hangat lebih unggul dari terapi penyiraman air asin hangat dan terapi penyedutan air tawar hangat dalam meringankan rasa sakit pada orang tua dengan arthritis reumatoid di area kerja Puskesmas West Circle City Bengkulu.

REFERENSI

Arif Mansjoer.(2017). *Osteoarthritis, Arthritis Reumatoid, 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 Reumatoid, dan Penyakit Sendi*. Januari(2019).
- Utami Asmadi.(2017). *Teknik Prosedur Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.