

**PENGARUH AIR REBUSAN JAHE MERAH (*ZINGIBER OFFICINALE*
ROSC) TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PENDERITA
ARTHRITIS RHEUMATOID DI DESA EMPAT BALAI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUOK**

Yenny Safitri
Dosen STIKes Tuanku Tambusai Riau
yennysafitri37@yahoo.co.id

ABSTRAK

Saat sekarang ini banyak sekali penyakit yang berhubungan dengan autoimun. Apabila system imun dalam tubuh kurang maka bisa menyebabkan pembengkakan dan nyeri, yang dikenal dengan penyakit arthritis rheumatoid (AR). Adapun cara untuk menurunkan nyeri pada penderita AR salah satunya dengan pengobatan herbal menggunakan air rebusan jahe merah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh air rebusan jahe merah terhadap penurunan nyeri pada penderita arthritis rheumatoid. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita arthritis rheumatoid yang ada di Desa Empat Balai Wilayah Kerja Puskesmas Kuok berjumlah 50 orang. Sampel yang digunakan adalah penderita arthritis rheumatoid yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *nonprobabilitas* dengan metode *purposive sampling*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara selisih skala nyeri responden sebelum dan setelah diberikan air rebusan jahe merah yaitu sebesar 3,43. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh air rebusan jahe merah terhadap penurunan nyeri pada penderita arthritis rheumatoid di Desa Empat Balai Wilayah Kerja Puskesmas Kuok, dan disarankan kepada petugas kesehatan di puskesmas kuok untuk memberikan masukan kepada pasien arthritis rheumatoid agar dapat memanfaatkan air rebusan jahe merah sebagai obat herbal untuk menurunkan nyeri pada penderita arthritis rheumatoid tersebut.

DaftarBacaan : 20 (2001 – 2015)
KataKunci : Jahe Merah, Nyeri, Penderita Arthritis Rheumatoid

PENDAHULUAN

Saat sekarang ini banyak sekali penyakit yang berhubungan dengan autoimun yang mengenai pergelangan tangan, jari, sendi-sendi lutut maupun organ tubuh lainnya. Apabila sistem imun dalam tubuh kurang maka bisa menyebabkan pembengkakan, nyeri serta edema pada sendi. Penyakit ini dikenal juga dengan peradangan pada sendi atau artritis reumatoid (Suzanne, 2001).

Arthritis Rheumatoid (AR) adalah penyakit peradangan sistemis kronis yang tidak diketahui penyebabnya dengan manifestasikan pada sendi perifer dengan pola simetris, yang sering melibatkan organ ekstra artikuler seperti kulit, jantung, dan paru-paru (Zairin, 2012).

Faktor pasien yang dapat mempengaruhi angka arthritis reumatoid mencakup faktor genetik, lingkungan, hormon, imunologi, dan faktor infeksi mungkin memainkan peran penting. Sementara itu, faktor sosial ekonomi, psikologi, dan gaya hidup dapat mempengaruhi progresivitas dari penyakit (Zairin, 2012).

Arthritis rheumatoid terjadi kira-kira 2,5 kali lebih sering menyerang wanita daripada pria (Price, 1995). Menurut Noer S (1996) perbandingan antara wanita dan pria sebesar 3:1, dan pada wanita usia subur perbandingan mencapai 5:1. Jadi, perbandingan antara wanita dan pria kira-kira 1:2,5-3. Penyakit ini biasanya pertama kali muncul pada usia 25-50 tahun, puncaknya adalah antara usia 40 hingga 60 tahun. Amerika Serikat setiap tahun timbul kira-kira 750 kasus baru per satu juta penduduk (Lukman, 2011).

Melihat kondisi diatas, upaya pencarian dan pengembangan obat-

obat untuk mengatasi nyeri sendi pada penderita artritis reumatoid harus terus diberikan. Secara umum penanganan nyeri sendi penderita artritis reumatoid terbagi dalam dua kategori yaitu pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Penanganan penyakit arthritis rheumatoid secara farmakologis dapat diatasi dengan terapi analgesic yang merupakan metoda paling umum yang digunakan untuk menghilangkan nyeri. Penggunaan OAINS (Obat Anti-inflamsi Non Steroid) yang dapat mengurangi rasa sakit/nyeri. Hingga saat ini penggunaan OAINS (Obat Anti-inflamasi Non Steroid) memiliki efek samping berat seperti hipersensitivitas, gangguan fungsi hati, ginjal dan lambung (Sri, 2007).

Sedangkan secara non-farmakologis antara lain pendidikan kesehatan, istirahat, latihan fisik, diet, pemberian kompres hangat, konsumsi air rebusan jahe merah (Zairin, 2012).

Jahe merah adalah jahe yang sangat cocok untuk dijadikan herbal dan lebih banyak digunakan sebagai obat, karena kandungan minyak atsiri dan oleoresinnya paling tinggi dibandingkan dengan jenis jahe yang lainnya sehingga lebih ampuh menyembuhkan berbagai macam penyakit. Minuman jahe merah mengandung gingerol diduga dapat memblok produksi prostaglandin sehingga dapat menurunkan nyeri sendi pada penderita artritis rheumatoid. Bagian yang dimanfaatkan untuk mengobati arthritis rheumatoid adalah rimpang jahe merah karena pada rimpangnya tersebut memiliki kandungan minyak atsiri dan oleoresin yang cukup tinggi, Penggunaan minyak atsiri dan oleoresin harus melalui proses

penyulingan dahulu. Selanjutnya minyak atsiri dan oleoresin hasil penyulingan tersebut dimanfaatkan sebagai bahan baku industri pembuatan obat-obatan (Lentera, 2002).

Menurut Puspaningtyas & Utami (2013), jahe merah sering sekali digunakan sebagai obat nyeri sendi karena kandungan gingerol dan rasa hangat yang ditimbulkannya membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah. Alhasil, suplai makanan dan oksigen menjadi lebih baik sehingga nyeri sendi akan berkurang.

Penelitian yang dilakukan oleh Izza (2014) yang berjudul “Perbedaan efektifitas pemberian kompres air hangat dan pemberian kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran”, dengan hasil penelitian yaitu ada perbedaan penurunan skala nyeri lansia yang mengalami nyeri sendi setelah dilakukan terapi kompres air hangat dan kompres jahe merah dengan jumlah rata-rata penurunan nyeri 1 skala untuk kompres air hangat dan 2 skala untuk kompres jahe merah.

Diseluruh dunia, kejadian tahunan arthritis reumatoid adalah sekitar tiga kasus per 10.000 penduduk, dan tingkatan prevalensi sekitar 1 % (Zairin, 2012). Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) memperkirakan bahwa sekitar 335 juta orang di dunia, artinya 1 dari 6 penduduk bumi menderita penyakit arthritis reumatoid (WHO, 2014). Di Indonesia prevelensi nyeri AR 23,3% -31,6% dari jumlah penduduk Indonesia. Pada tahun 2011 lalu, jumlah pasien ini mencapai 2 juta orang dengan perbandingan pasien wanita tiga kali lebih banyak dari

pria. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25 % akan mengalami kecacatan atau kelumpuhan (Zen, 2011).

Di Provinsi Riau penyakit pada sistem otot dan jaringan pengikat (termasuk radang sendi rematik) merupakan 10 penyakit terbanyak di Puskesmas, pada tahun 2012 tercatat jumlah penderita penyakit sistem otot dan jaringan pengikat sebanyak 5,51% (Profil Kesehatan Riau, 2012).

Berdasarkan Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar tahun 2014 dapat dilihat bahwa Puskesmas Kuok berada pada urutan ke-1 terbanyak, kemudian diikuti oleh Puskesmas Kampar pada urutan ke-II. Peneliti mengambil urutan nomor pertama paling banyak Menderita Arthritis Rheumatoid yang terdapat di Puskesmas Kuok dengan jumlah 1581 orang penderita. (Dinkes Kabupaten Kampar tahun 2014).

Berdasarkan data yang didapat di wilayah kerja Puskesmas Kuok, terdapat 5 desa yang terbesar menderita arthritis reumatoid tahun 2014 adalah desa Empat Balai 234 orang, desa Pulau Jambu 228 orang, desa Kuok 138 orang, desa Batu Langkah Kecil 83 orang, dan Bukit Melintang 70 orang. Selanjutnya data penderita arthritis reumatoid di wilayah kerja puskesmas kuok pada tahun 2015 terhitung dari bulan Januari sampai dengan bulan Maret adalah sebagai berikut.

Data diatas ditemukan jumlah penderita arthritis reumatoid terbanyak berada di desa Empat Balai dengan jumlah penderita 50 orang. Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan di puskesmas Kuok, dari 15 orang penderita arthritis

rheumatoid di puskesmas Kuok, 5 orang mengatakan pernah mencoba air rebusan jahe merah sebagai obat herbal penurun nyeri, 7 orang mengatakan bahwa mereka hanya mengetahui tanaman jahe merah, sedangkan 3 orang lainnya mengatakan bahwa mereka belum mengetahui jahe merah, cara mengkonsumsi serta manfaat dari tanaman jahe merah tersebut. Selama ini masyarakat penderita arthritis rheumatoid hanya mengkonsumsi obat-obat kimia untuk mengatasi rasa nyeri mereka tanpa memikirkan efek samping dari obat kimia tersebut.

Berdasarkan latar masalah dan fenomena yang terjadi diatas, maka peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian tentang **“Pengaruh Air Rebusan Jahe Merah (*Zingiber Officinale Rosc*) Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Arthritis Rheumatoid di Desa Empat Balai Wilayah Kerja Puskesmas Kuok”**.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Empat Balai Wilayah Kerja Puskesmas Kuok. Sedangkan waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16-22 bulan Oktober tahun 2015.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita arthritis rheumatoid yang ada di desa Empat Balai wilayah kerja Puskesmas Kuok yaitu sebanyak 50 orang. Sedangkan

Analisa Data

Analisa Univariat yaitu untuk mengetahui gambaran distribusi dan proporsi dari masing-masing variabel yang diteliti baik variabel independen (air rebusan jahe merah) maupun variabel dependen (penurunan nyeri). Sedangkan Analisa bivariat digunakan untuk

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian yang akan diteliti adalah bagaimanakah Pengaruh Air Rebusan Jahe Merah (*Zingiber Officinale Rosc*) Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Arthritis Rheumatoid di Desa Empat Balai Wilayah Kerja Puskesmas Kuok ?

Tujuan Penelitian

Untuk menganalisa pengaruh air rebusan jahe merah terhadap penurunan nyeri pada penderita arthritis rheumatoid di Desa Empat Balai Wilayah kerja Puskesmas Kuok.

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian Quasi eksperimental pre-post test one group design dengan intervensi pemberian jahe merah.

Sampel yang digunakan ialah penderita arthritis rheumatoid yang ada di Desa Empat Balai yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang berjumlah 30 orang.

Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang dipakai yaitu *non probabilitas* dengan metode *purposive sampling* atau *judgement sampling*, dimana pengambilan sampel berdasarkan seleksi khusus.

melihat hubungan antara variabel independen (pemberian air rebusan jahe merah) dengan variabel dependen (berkurangnya nyeri sendi pada penderita arthritis rheumatoid). Untuk mengetahui pengaruh air rebusan jahe merah dengan menggunakan *uji t* *Dependent*. Dengan cara

membandingkan variabel kategorik dengan variabel numerik bertujuan untuk melihat pengaruh intervensi terhadap kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pemberian air rebusan jahe merah terhadap penurunan nyeri pada penderita arthritis rheumatoid. Batas derajat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$). Apabila dari uji statistik didapatkan standar deviasi kurang dari 0,05 maka dapat disimpulkan air rebusan jahe merah efektif terhadap penurunan nyeri pada penderita arthritis rheumatoid

di desa empat balai wilayah kerja puskesmas kuok.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 16-22 Oktober 2015 dengan jumlah responden adalah 30 orang penderita Artritis Rheumatoid di Desa Empat Balai Wilayah Kerja Puskesmas Kuok. Hasil penelitian ini dianalisa dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1.1 Perbandingan Skala Nyeri Arthritis Rheumatoid Sebelum Dan Sesudah Diberikan Air Rebusan Jahe Merah di Desa Empat Balai Wilayah Kerja Puskesmas Kuok (n = 30)

Variabel	Mean	Selisih Mean	Min-Max	SD	95% CI	P Value
Skala Nyeri Sebelum Perlakuan	4,80	3,43	3-6	887	(3,021-3,846)	0,00
Skala Nyeri Sesudah Perlakuan	1,37		0-4	1,033		

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa rata-rata skala nyeri arthritis rheumatoid sebelum diberikan air rebusan jahe merah adalah Mean 4,80 dengan standart deviasi 887. Pada responden sesudah diberikan air rebusan jahe merah adalah Mean 1,37 dengan standart deviasi 1,033.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan nyeri pada penderita artritis rematoid di Desa Empat Balai wilayah kerja Puskesmas Kuok setelah diberikan air rebusan jahe merah, dimana sebelum diberikan air rebusan jahe merah rata-rata nyeri responden 4,80 (nyeri sedang) dengan standar deviasi 887 dan setelah diberikan air rebusan jahe merah rata-rata nyeri responden turun menjadi 1,37

(ringan) dengan standar deviasi 1,03. Hal ini menunjukkan bahwa air rebusan jahe merah berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada penderita artritis rematoid.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian air rebusan jahe merah dapat menurunkan skala nyeri rata-rata 1,37 dengan standar deviasi 1,03. Hal ini sesuai dengan teori bahwa air rebusan jahe merah mengandung gingerol diduga dapat memblok produksi prostaglandin sehingga dapat menurunkan nyeri sendi pada penderita arthritis rheumatoid.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Darman (2009) yang menjelaskan bahwa jahe merah adalah jahe yang sangat cocok untuk dijadikan herbal dan lebih banyak

digunakan sebagai obat, karena kandungan minyak atsiri dan oleoresinnya paling tinggi dibandingkan dengan jenis jahe yang lainnya sehingga lebih ampuh menyembuhkan berbagai macam penyakit salah satunya penyakit artritis rematoid. Pengobatan tradisional herbalis adalah suatu ilmu dan seni mengatasi berbagai macam penyakit dengan menggunakan tumbuhan berkhasiat yang tidak menimbulkan efek negatif seperti jahe merah.

Jahe merah mengandung beberapa senyawa, termasuk gingerol, shogaol dan zingeron memberikan aktivitas farmakologi dan fisiologis seperti efek anti-oksidan, anti-inflamasi, analgesik, anti-karsinogenik dan kardiotonik (Surh et al. 1998; Masuda et al. 1995).

Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian yaitu yang dilakukan oleh Izza (2014) yang berjudul “Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangat dan Pemberian Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran menemukan bahwa kompres jahe merah lebih efektif menurunkan nyeri sendi pada lansia. Selanjutnya Penelitian yang dilakukan oleh Arfiana (2014) dengan judul “Pengaruh Minuman Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Haid pada Mahasiswa D-IV Kebidanan STIKes NGUDI WALUYO Tahun 2014” yang mendapatkan hasil rata-rata penurunan nyeri haid sebesar 1,56 dengan standar deviasi 0,89.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian diatas, peneliti berpendapat bahwa ada Pengaruh Air Rebusan Jahe Merah Terhadap

Penurunan Nyeri Pada Penderita Arthritis Rheumatoid dibuktikan dengan Uji statistik hasil analisa nilai *T-test* menunjukkan bahwa probabilitas lebih kecil dari level of significant 5% ($0,00 < 0,05$) berarti dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebelum diberikan air rebusan jahe merah pada umumnya responden yang terbanyak adalah responden dengan nyeri sedang sebanyak 28 orang (93,3%).
2. Sesudah diberikan air rebusan jahe merah pada umumnya responden yang terbanyak adalah responden dengan nyeri ringan sebanyak 21 orang (70%).
3. Selisih skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan air rebusan jahe merah adalah 3,43.
4. Ada pengaruh skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan air rebusan jahe merah pada klien yang mengalami nyeri Arthritis Rheumatoid di Desa Empat Balai Wilayah Kerja Puskesmas Kuok tahun 2015.

B. Saran

1. Aspek Teoritis

Peneliti menyarankan untuk dapat dilakukan penelitian lebih lanjut tentang arthritis rheumatoid dengan menggunakan metode yang berbeda, variabel-

variabel yang berbeda dan desain penelitian yang berbeda pula.

2. Aspek Praktis

- a. Bagi institusi pendidikan
Hendaknya melengkapi dalam menyediakan buku-buku yang berhubungan dengan Arthritis Rheumatoid.

Sehingga Mahasiswa/Mahasiswa mudah mencari disaat yang diperlukan.

- b. Bagi Penderita
Diharapkan bagi penderita untuk dapat memanfaatkan air rebusan jahe merah ini untuk mengurangi nyeri yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Andaners. (2010). *Konsep Dasar Nyeri*. <http://andaners.wordpress.com>. Diakses tanggal 22 April 2015.
- Dinkes Kab. Kampar. (2014). *Data Penyakit Arthritis Rheumatoid di Kabupaten Kampar Tahun 2012-2014*.
- Izza, Syarifatul. (2014). *Skripsi Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangat Dan Pemberian Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Diperoleh tanggal 09 September 2015 dari <http://Info.Terkini.com>.
- Lentera. (2002). *Khasiat & Manfaat Jahe Merah Si Rimpang Ajaib*. Tangerang: PT AgroMedia Pustaka.
- Lentera, Utami Prapti. (2005). *Tanaman Obat Untuk Mengatasi Rematik & Asam Urat*. Tangerang: PT AgroMedia Pustaka.
- Lukman & Ningsih Nurna. (2011). *Asuhan Keperawatan Pada Klien*

Dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal. Jakarta: Salemba Medika.

- Miranda, Reisky. (2014). *Skripsi Pengaruh Pemberian Rebusan Buah Mahkota Dewa (Phaleria Macrocarpa) Terhadap Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang*. Diperoleh tanggal 29 Juli 2015 dari <http://Info.Terkini.com>.
- Mohamad, J, Sudarti, Afroh, F. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan*. Cetakan 1. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mubarak W & Nurul. (2008). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia dan Aplikasi dalam Praktik*. Jakarta: EGC.
- Noer S. (1996). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Prasetyo. (2010). *Teori Pengukuran Nyeri Dan Karakteristik Nyeri*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Price S.A. dan Wilson L.M. (1995). *Patofisiologi Proses-proses Penyakit*. Penerjemah: Peter Anugerah. Jakarta: EGC.

- Puskesmas Bangkinang Barat.
(2015). **Profil Kesehatan Puskesmas Kampar.**
- Utami, P., & Puspaningtyas, D. E.
(2013). ***The Miracle of Herbs: daun, Umbi, Buah, dan Batang Tanaman Ajaib Penakluk Aneka Penyakit.*** Jakarta: PT. AgroMedia Pustaka.
- Saryono & Widiyanti Tri Anggriyana.
(2011). ***Catatan Kuliah Kebutuhan Dasar Manusia (KDM).*** Cetakan ke-2. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sri, Winarsih. (2007). ***Budi Daya Mahkota Dewa, Sang Dewa Obat.*** Jakarta: CV Sinar Cemerlang Abadi.
- Suzanne. (2001). ***Kapita Selekta Kedokteran.*** Edisi 3 Jilid 1. Jakarta : Media Aesculapius.
- Tamsuri, Anas. (2007). ***Konsep & Penatalaksanaan Nyeri.*** Cetakan 1. Jakarta: EGC.
- Winarsih, Sri. (2007). ***Budi Daya Mahkota Dewa Sang Dewa Obat.*** Jakarta: CV Sinar Cemerlang Abadi.
- Zairin, Helmi Noor. (2012). ***Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal.*** Jakarta: Salemba Medika.