

## PENERAPAN TERAPI KOMPRES SERAI HANGAT UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN RHEUMATOID ARTHRITIS: *LITERATURE REVIEW*

Teja Rangga Sukmara<sup>1\*</sup>, Hopipah Dewi Iriani<sup>1</sup>, Arti Puteri Giani Lestari<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

### Informasi Artikel

#### Riwayat Artikel:

Diterima : 5 Mei 2023

Direvisi : 4 Juni 2023

Terbit : 23 Agustus 2023

#### Kata kunci:

Kompres Serai Hangat, Nyeri, Rheumatoid Arthritis

#### Kontak Penulis

Phone: (+62) 81572602705

E-mail:

[tejaranggasukmara@gmail.com](mailto:tejaranggasukmara@gmail.com)

### Abstrak

Rheumatoid arthritis adalah penyakit degeneratif dimana sistem kekebalan tubuh terganggu menyerang bagian sendi. Terdapat beberapa faktor yang berkaitan dengan kejadian rheumatoid arthritis antara lain faktor genetik, lingkungan, hormon, imunologi, dan faktor-faktor infeksi. Tujuan literatur review ini untuk mengetahui "Pengaruh Terapi Kompres Serai Hangat Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Rheumatoid Arthritis". Desain penelitian ini menggunakan metode literatur review dimana sebuah pencarian literatur baik nasional maupun internasional yang diperoleh dari Google Scholar. Hasil menunjukkan bahwa 8 artikel dengan menggunakan kompres serai hangat sangat membantu menurunkan intensitas nyeri pada lansia yang menderita reumatoid arthritis. Penggunaan panas mempunyai keuntungan meningkatkan aliran darah ke suatu area tubuh dan memungkinkan dapat menurunkan nyeri, panas dan lembab dapat menghilangkan kekakuan sendi akibat arthritis.

### PENDAHULUAN

Penyakit rheumatoid arthritis merupakan penyakit degeneratif yang menyebabkan peradangan kronis dan menimbulkan kerusakan pada sendi secara permanen sehingga penatalaksanaannya membutuhkan waktu yang cukup lama dan dalam jangka waktu yang panjang dimana akan menyebabkan terjadinya perubahan-perubahan pada sendi sejalan dengan makin meningkatnya usia keadaan demikian tampak pada semua sistem musculoskeletal dan

jaringan lain yang ada kaitannya dengan timbulnya rheumatoid arthritis (Idris, 2010) dalam Sri (2013).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2016 sebanyak 335 juta penduduk di dunia yang mengalami Rheumatoid Arthritis (Bawarodi & Malara, 2017). Sedangkan menurut Arthritis Foundation pada tahun 2015, sebanyak 22% atau lebih dari 50 juta orang dewasa di Amerika Serikat berusia 18 tahun atau lebih di diagnosa Arthritis. Dari data tersebut, sekitar 3% atau 1,5 juta orang dewasa

mengalami Arthritis Rheumatoid. (Chabib, dkk, 2016)

Di Indonesia prevelensi Arthritis Rheumatoid pada tahun 2004 mencapai angka 2 juta jiwa, dengan angka perbandingan pasien wanita tiga kali lipatnya dari laki-laki. Jumlah penderita Arthritis Rheumatoid di Indonesia pada tahun 2011 diperkirakan prevelensinya mencapai 29,35%, pada tahun 2012 prevelensinya sebanyak 39,47%, dan tahun 2013 prevelensinya sebanyak 45,59%. (Bawarodi & Malara 2017).

Artritis rheumatoid atau yang sering disebut rematik sering menunjukkan gejala-gejala berikut seperti : a) Nyeri sendi, terutama pada saat bergerak; b) umumnya terjadi sendi penopang beban tubuh, seperti panggul, tulang belakang dan lutut; c) terjadi kemerahan, inflamasi nyeri sendi dan dapat terjadi deformitas; d) rasa sakit bertambah hebat pada sendi pinggul, utut dan jari-jari serai pada saat perpindahan posisi bisa terdengar suara cracking) (Ratih Agustini et al., 2021).

Komplikasi yang dapat terjadi pada penderita arthritis rheumatoid adalah kerusakan tulang dan ligamen serta terjadi perubahan bentuk, efeknya akan permanen, kecacatan baik ringan seperti kerusakan sendi maupun berat seperti kelumpuhan (Rianiari, 2014). Dampak yang paling sering ditimbulkan oleh penyakit arthritis rheumatoid yaitu rasa nyeri, dari rasa nyeri tersebut dapat menimbulkan keterbatasan mobilitas dan aktivitas hidup sehari-hari. Rasa nyeri merupakan sensasi ketidaknyamanan dan pengalaman emosional yang timbul akibat kerusakan jaringan (Tamsuri, 2014).

Penatalaksanaan penyakit arthritis rheumatoid yaitu dengan penatalaksanaan farmakologis bisa

menggunakan obat NSAID yang dapat diberikan antara lain: aspirin, ibuprofen, naproksen, piroksikam, diklofenak (Putra, Suega, & Artana, 2013). Penanganan penyakit arthritis rheumatoid selain menggunakan penatalaksanaan farmakologis, dapat juga dilakukan dengan terapi komplementer. Penatalaksanaan penyakit arthritis rheumatoid dengan terapi komplementer bisa menggunakan tanaman herbal yaitu tanaman serai. Tanaman serai mengandung minyak atsiri yang memiliki sifat kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasa pedas dan bersifat hangat, sebagai anti radang dan menghilangkan rasa sakit yang bersifat analgesik serta melancarkan sirkulasi darah yang diindikasikan untuk penderita rematik, nyeri otot, nyeri sendi dan sakit kepala (Marlina, 2016).

Untuk menghilangkan nyeri Kompres hangat dan dingin dapat meningkatkan proses penyembuhan panas lembab menghilangkan kekakuan pada pagi hari akibat arthritis, tetapi kompres dingin mengurangi nyeri akut dan sendi yang mengalami peradangan akibat penyakit tersebut (Potter & Perry, 2005).

Pada dasarnya, kompres hangat memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu. Kompres hangat dapat digunakan untuk mengurangi maupun meredakan rangsang pada ujung saraf atau memblokir arah berjalannya impuls nyeri menuju ke otak meradang (Tamsuri & Hareni, 2011).

Pemberian kompres hangat juga dapat dikombinasikan dengan tanaman herbal untuk memberikan khasiat yang lebih, salah satunya dengan serai. Serai

merupakan tumbuhan herbal menahun dan merupakan jenis rumput-rumputan dengan tinggi antara 50-100 cm. Serai mengandung minyak atsiri yang berfungsi sebagai anti oksidan, anti inflamasi dan analgesik yang dapat membantu menurunkan nyeri (Novi Dwi Yanti dkk, 2019). Berdasarkan uraian tersebut maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai terapi kompres serai hangat untuk mengetahui bagaimanakah pengaruh kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri pada lansia penderita Rheumatoid Arthritis.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode studi

kepuustakaan atau literatur review. Literatur review merupakan rangkaian kegiatan dengan menggunakan metode pengumpulan data, membaca, mencatat, dan mengolah bahan tulisan. Kata kunci yang digunakan yaitu Rheumatoid Arthritis, Kompres Serai Hangat, dan Nyeri. kriteria inklusi menggunakan metode analisis jurnal. Dari jumlah artikel tersebut hanya terdapat 8 artikel yang sesuai dengan kreteria inklusi sampel. Selanjutnya artikel yang dipakai sebagai sample ini di identifikasi dan disajikan dengan bentuk tabel serta dibahas secara diskriptif untuk menjelaskan metode yang ada.

## HASIL

**Berdasarkan hasil literature review dapat dilihat pada tabel**

Peneliti	Judul	Sampel dan tempat	Intervensi	Hasil
IGA ratih Agustini, Si Putu Agung Ayu Pertiwi Dewi, Ni Kadek Ernawati	Pengaruh Pemberian Kompres Serai Hangat Terhadap Penurnan Intensitas Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Desa Sukawati	30 lansia yang mengalami nyeri arthritis rheumatoid di Posyandu Lansia Desa Sukawati.	Pemberian kompres serai hangat terhadap penurunan instensitas nyeri arthtitis rheumatoid.	Setelah diberikan kompres serai hangat, 30 responden mengalami penurunan skala nyeri. Dari hasil perhitungan di peroleh nilai Pvalue = 0,000 < a 0,05 yang menunjukkan ada pengaruh pemberian kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lanjut usia di posyandu Lansia Desa Sukawati.
Fadli Syamsuddin, Abdul Wahab Pakaya	Pengaruh Kompres serai hangat terhadap penurunan rheumatoid arthtiris pada anjut usia di wilayah kerja puskesmas bolyohuto.	20 orang di puskesmas bolyohuto	Pemberian kompres serai hangat dilakukan selama 20 menit.	Ada pengaruh signifikan pemberian kompres sereh hangat terhadap penurunan nyeri rheumatoid arthritis paada lanjut usia.
Valentina Saalino, Olgrid Algarini Allo, Martinus Tangga	Pengaruh kompres hangat air serai terhadap penurunan intensitas nyeri	11 orang di lembang embatau kecamatan tikala tahun 2021	Pemberian kompres hangat air serai	Ada pengaruh kompres hangat air serai terhadap penurunan intensitas nyeri arthrtisi rheumatoid pada

	arthritis rheumatoid pada lansia di lembang embatau kecamatan tikala tahun 2021			lansia.
Syahferi Anwar, Rizka Ramadana Barus.	Pengaruh kompres serai hangat terhadap pengurangan rasa nyeri pada penderita rematik di panti jompo babussalam Nurul Hikma kecamatan batang kuis	15 orang di panti jompo babussalam nurul hikma kecamatan batang kuis	Pemberian kompres serai hangat	Ada pengaruh kompres serai hangat terhadap pengurangan rasa nyeri pada penderita rematik di panti jompo babussalam nurul hikmah kecamatan batang kuis tahun 2018.
Anne Rufaridah, Ayuro cumayunaro, Nesa rahmi putri	Pengaruh kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri rheumatoid arthritis	Sampel berjumlah 10 orang pada kelompok intervensi dan 10 orang pada kelompok kontrol di kelurahan parak laweh wilayah kerja puskesmas lubuk begalung tahun 2018.	Pemberian kompres serai hangat	Hasil uji statistic menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri rheumatoid arthtiris .
Maita Sarah	Pengaruh kompres serai hangat terhadap intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lanjut usia di panti jompo graha residen senior karya kasih medan.	10 orang sampel yang mengalami nyeri di panti jompo graha residen senior karya kasih medan.	Melakukan kompres serai hagat	Kompres serai hangat yang diteliti mempunyai pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lanjut usia.
Yurida Olviani, Erna Lidia Sari	Pengaruh kompres hangat rebusan air serai terhadap penurnan nyeri Arthritis Rheumatoid pada lansia di panti sosial tresna erdha budi sejahtera banjarbaru provisi Kalimantan selatan	30 responden lansia di panti sosial tresna erdha budi sejahtera banjarbaru provisi Kalimantan selatan	Pemberian kompres hangat rebusan air serai	Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh kompres serai terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia.
Nurfitrian, Tina Yuli Fatmawati	Kompres serai hangat terhadap intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lanjut usia di panti sosial	15 responden yang mengalami arthritis rheumatoid	Pemberian kompres serai hangat pada nyeri arthritis rheumatoid	Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan terjadi penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia setelah diberikan

	tresna wardha budi luhur			kompres hangat ada pengaruh pemberian kompres serai hangat terhadap intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia di PSTW Kota Jambi.
--	-----------------------------	--	--	---

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan Andriani (2016) didapatkan bahwa lansia yang terkena penyakit arthritis rheumatoid adalah perempuan lebih besar terjangkau ketimbang laki laki.

Menurut peneliti perempuan lebih sering terkena Arthritis Rheumatoid disebabkan karena penurunan hormon estrogen yang bisa mengakibatkan tubuh mudah rapuh dan kekuatannya berkurang. Hormon estrogen sangat penting untuk menjaga kepadatan tulang. Kekurangan hormon estrogen mengakibatkan lebih banyak penghancuran tulang dari pada pembentukan tulang. Keadaan ini mempercepat dan memperberat penyakit Arthritis Rheumatoid. Dimana hal ini sejalan dengan teori Dugowson (2009), bahwa perempuan lebih banyak terkena Arthritis Rheumatoid dari pada laki-laki karena adanya peran hormonal pada pathogenesis Arthritis Rheumatoid. Adapun beberapa factor lain penyebab yaitu diantaranya mempunyai riwayat pekerja keras, petani, para kuli dan posisi tubuh yang membungkuk (Ekawati, 2012).

Hasil studi dalam kasus ini menunjukkan bahwa terapi kompres serai air hangat terdapat pengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri penyakit arthritis rheumatoid pada lanjut usia.

Hasil Penelitian dan studi penelitian sebelumnya (Hyulita,

2024). Menunjukan bahwa melalui pemberian kompres serai air hangat dapat mempengaruhi penurunan intensitas nyeri penyakit Arthritis Rheumatoid sehingga kualitas hidup lansia meningkat. Hal yang sama dilakukan oleh peneliti Meenapriya & Priya, (2017) dengan penelitian yang berjudul "Effect of Lemongrass Oil on Rheumatoid Arthritis" yang mengatakan bahwa senyawa limonene yang terkandung dalam serai bermanfaat, yang dapat membantu mengurangi peradangan dan membunuh bakteri. Dalam buku herbal Indonesia disebutkan bahwa khasiat tanaman serai mengandung minyak atsiri yang memiliki sifat kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasa pedas dan bersifat hangat sebagai anti radang dan menghilangkan rasa sakit yang bersifat analgesik serta melancarkan sirkulasi darah yang diindikasikan untuk penderita rematik, nyeri otot, nyeri sendi dan sakit kepala (Marlina, 2016).

Hasil yang sejalan juga dijelaskan bahwa kompres serai air hangat berpengaruh dalam menurunkan rasa nyeri arthritis rheumatoid penelitian Andriani,(2016) yang berjudul " pengaruh kompres serei hangat terhadap penurunan intensitas Nyeri artritis rheumatoid pada lanjut usia".

Dari sejumlah 8 artikel hasil penelitian yang tercantum pada tabel di atas, bahwa 8 artikel tersebut mendapati hasil bahwa terapi kompres serai hangat sangat membantu menurunkan intensitas nyeri pada lansia yang menderita reumatoid

arthritis. Dari 8 artikel penelitian 4 artikel menggunakan pre eksperimental, 4 artikel menggunakan quasy eksperimental dan kualitatif. Metode sampling yang digunakan masing-masing artikel berbeda-beda, dimana 3 artikel menggunakan total sampling, 4 artikel menggunakan purposive sampling, wawancara, dan observasi dan 1 artikel menggunakan wawancara, observasi dan studi dokumentasi yang dimana pengambilan sampel berdasarkan ukuran yang diambil dari sumber data yang aktual, dengan mempertimbangkan karakteristik dan distribusi populasi yang mendapat sample yang representatif dan mengatasi terjadinya bias pada pasien.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil telaah 8 artikel dapat ditarik kesimpulan yaitu sebagai berikut: Kompres serai hangat efektif untuk menurunkan nyeri pada lansia yang menderita reumatoid arthritis. Selain itu kompres serai hangat juga dapat meningkatkan aliran darah kesuatu area tubuh dan menghilangkan kekakuan pada sendi.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang sudah membimbing dan menyelesaikan literatur review ini, tidak lupa kepada orang tua, dan teman-teman yang selalu memberikan support selalu untuk tetap fokus dalam menyelesaikan studi kepustakaan atau literatur review ini.

## REFERENSI

Ratih agustini, i., putu agung ayu pertiwi dewi, s., kadek ernawati, n., & tinggi ilmu kesehatan bina usaha bali, s. (2021). Pengaruh pemberian kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada

lanjut usia di posyandu lansia desa sukawati. *Indonesian journal of health research*, 4(2), 71-77.

agustini, i. G. A. R., dewi, s. P. A. A. P., & ernawati, n. K. (2021). Pengaruh pemberian kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lanjut usia di posyandu lansia desa sukawati. *Indonesian journal of health research*, 4(2), 71-77.

Syamsuddin, f., pakaya, a. W., & tarsiyah, t. (2021). Pengaruh kompres serai hangat terhadap penurunan nyeri rheumatoid arthritis pada lanjut usia di wilayah kerja puskesmas boliyohuto. *Zaitun (jurnal ilmu kesehatan)*, 8(1).

Saalino, v., allo, o. A., & tangga, m. (2021). Pengaruh kompres hangat air serai terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia di lembang embatau kecamatan tikala tahun 2021. *Jurnal ilmiah kesehatan promotif*, 5(2), 155-165.

Slamet, t. A. C. Pemberian kompres hangat serai untuk mengurangi intensitas nyeri pada lansia penderita rematik (rheumatoid arthritis).

Anwar, s., & barus, r. R. (2020). Pengaruh kompres serai hangat terhadap pengurangan rasa nyeri pada penderita rematik di panti jompo babussalam nurul hikma kecamatan batang kuis. *Jurnal penelitian pendidikan, psikologi dan kesehatan (j-p3k)*, 1(1), 61-67.

Olviani, y., & sari, e. L. (2020). Pengaruh kompres hangat rebusan air serai terhadap penurunan nyeri arthritis rheumatoid pada lansia di panti sosial tresna werdha budi sejahtera banjarbaru provinsi kalimantan selatan. *Dinamika kesehatan: jurnal kebidanan dan keperawatan*, 11(1), 387-396.

- Sarah, m. (2019). Pengaruh kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lanjut usia di panti jompo graha residen seniorkarya kasih medan tahun 2018. *Jurnal mutiara ners*, 2(2), 238-243.
- Nurfitriani, n., & fatmawati, t. Y. (2020). Pengaruh kompres serai hangat terhadap intensitas nyeri arthrtitis rheumatoid pada lanjut usia di panti sosial tresna werdha budi luhur. *Jurnal akademika baiturrahim jambi*, 9(2), 260-267.
- Rufaridah, a., cumayunaro, a., & putri, n. R. (2020). Pengaruh kompres serai hangat terhadap penurunan intensitas nyeri rhematoid arthritis. *Ensiklopedia of journal*, 2(2).