

RENDAMAN DAUN KELOR TERHADAP NYERI SENDI PADA LANSIA DENGAN OSTEOARTHRITIS

¹Putri Pamungkas ²Dwi Olinda S

¹Dosen Institut Kesehatan dan Bisnis Surabaya, Jln Medokan Semampir Indah No 27 Surabaya

²Mahasiswa Institut Kesehatan dan Bisnis Surabaya, Jln Medokan Semampir Indah No 27 Surabaya

Email: putri.pamungkas@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri sendi merupakan hal yang cukup sering terjadi pada lansia, salah satu faktor pencetus nyeri adalah osteoarthritis. Berdasarkan hasil wawancara kepada salah satu penduduk desa Ampesari, Pasrepan, Pasuruan bahwa mereka terbiasa menggunakan rendaman daun kelor untuk mengatasi nyeri sendi yang dirasakan dari pada menggunakan obat-obatan penghilang rasa nyeri. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh pemberian rendaman daun kelor pada pasien OA (osteoarthritis) terhadap tingkat nyeri di desa Ampelsari RT 01 dan RT 02. Penelitian ini menggunakan quasi eksperiment dengan rancangan The one group pretest-posttest. Penelitian ini dilakukan kepada 20 sampel. Subjek diambil dari populasi dengan teknik total sampling. Nyeri sendi diukur dengan perhitungan skala nyeri numerik sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan dalam jangka waktu 7 hari. Hasil dianalisa dengan program SPSS dengan tingkat kepercayaan $p < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 13 lansia (65%) dengan hasil nyeri sedang sebelum diberikan perlakuan, menjadi 9 lansia (45%) dengan hasil nyeri sedang setelah diberikan perlakuan. Hasil analisis t-test $p = 0,000$ hasil ini lebih kecil dari nilai signifikansi 0,05.

Kata kunci : Nyeri sendi, rendaman daun kelor, lansia

MORINGA LEAF SOAK ON JOINT PAIN IN THE ELDERLY WITH OSTEOARTHRITIS

Abstract

Joint pain is a common things they happens in the elderly, one of the factor that trigger this pain is osteoarthritis. Based on the interview towards one of the Ampelsari, Pasrepan, Pasuruan village, the villagers used soaked marin leaf to overcome the joint pain rather than using painkillers. This study is conducted go analyze the effect of soaked marin leaf on osteoarthritis patient towards the level of joint pain in Ampelsari Villages RT 01 and RT 02. This study used quasi experiment with one group protest-posttest design. This study were conducted towards 20 samples. Subject are taken from population using total sampling technique. Joint paint are measured in numerical weight scale before and after treatment given in a span of 7 days. The results were analyzed using SPSS program with a confidence level of $p < 0,05$. The results of the study showed that 13 elderly (65%) with moderate pain before the treatment, became 9 elderly (45%) with moderate pain after the treatment. The result is t-test $p = 0,000$. This result is smaller than the 0,05 significance value

Key words: Joint Pain Soaked Moringa Leaf, Elderly

PENDAHULUAN

Lansia bukan suatu penyakit melainkan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Lansia merupakan suatu keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis. Kegagalan tersebut dikaitkan dengan penurunan daya kemampuan hidup dan peningkatan kepekaan secara individual (Efendi, 2009).

Salah satu faktor pencetus nyeri sendi pada lansia adalah osteoarthritis (OA) nyeri sendi Keluhan utama yang muncul pada penderita OA (Felson dan Schaible, 2010).

OA (Osteoarthritis) merupakan tipe arthritis yang paling sering dijumpai. Prevalensinya cukup tinggi, terutama pada lanjut usia dan merupakan penyebab disabilitas utama yang berhubungan dengan penyakit pada individu lanjut usia (Kenneth DB, 2005). Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi penderita osteoarthritis di dunia tahun 2004 mencapai 151,4 juta jiwa dan 27,4 juta jiwa berada di Asia Tenggara (Masyhurrosyidi, 2013). Di Indonesia, pada tahun 2009, penderita osteoarthritis mencapai 5% pada usia < 40 tahun, 30% pada usia 40-60 tahun, dan 65% pada usia > 60 tahun. osteoarthritis genu prevalensinya di Indonesia cukup tinggi yaitu mencapai 15,5% pada laki-laki dan 12,7% pada perempuan jumlah osteoarthritis di jawa timur mencapai 17,2 % dari seluruh penderita osteoarthritis (Soeroso dkk, 2009)

Strategi penatalaksanaan nyeri mencakup baik pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Pendekatan farmalogis dilakukan dengan cara pemberian obat-obatan analgesik oleh dokter. Analgetik adalah obat yang digunakan untuk meredakan rasa nyeri. Obat analgetik dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu obat golongan opioid dan NSAID. Golongan 3 Opioid bekerja pada sistem saraf pusat, sedangkan golongan NSAID bekerja di reseptor saraf perier dan sistem saraf pusat (Katzung BG, 2002).

Adapun pendekatan secara nonfarmalogis dan dapat menggunakan cara tradisional yaitu dengan cara pemberian

Rendaman Daun Kelor. Daun kelor memiliki kandungan pterigospermin yaitu berguna untuk meriksan otot-otot tubuh dan menghangat tubuh jika di buat merendam kaki bagi yang menderita nyeri sendi dan mineral seperti kalsium, magnesium dan fosfor yang bermanfaat untuk kesehatan tulang (Krisnadi, 2015). Daun kelor mengandung pterigospermin yang bersifat merangsang kulit (rubifasien), sehingga digunakan sebagai param yang menghangatkan dan mengobati kelemahan anggota tubuh, seperti tangan atau kaki, maka bisa mengurangi rasa nyeri analgesik (Tilong 2012). Daun kelor dalam 100 gram mengandung kadar air 93,02g, protein 24,5g, lemak 6,01g, serat 5,07g, karbohidrat 58,08g, mineral 6,21g (Melo et, al, 2013).

METODE

Penelitian Menggunakan jenis penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen ini ditujukan kepada lansia dengan osteoarthritis yang akan diberikan rendaman daun kelor (moringa oliefera). Data yang di peroleh kemudian di analisis untuk selanjutnya ditarik kesimpulan tentang pengaruh rendaman daun kelor (moringa oliefera) sebagai variabel bebas dan nyeri sendi sabagai varibel terikat (Notoatmodjo,2012)

Rancangan penelitian menggunakan Quasi eksperimen (penelitian semu), yaitu penelitian yang digunakan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari “sesuatu” yang dikenakan pada subjek yang diteliti dengan mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Bentuk desain Quasi eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan The one group pretestposttest yaitu experimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. (Nursalam 2013).

Populasi adalah keseluruhan elemen atau subjek riset, dalam arti, dalam arti lain populsi dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang memiliki nilai yang semua ingin diteliti sifatnya (Azrul Azwar, Joedo Prihartono, 2014). Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah S R 01 X 02 41 lansia dengan OA (osteosthritis) didesa Ampelsari RT 01 dan 02, Kecamatan

Pasrepan, Kabupaten Pasuruan sejumlah 20 orang

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebuah kuisioner kecemasan dan kesejahteraan psikologi. Uji statistic yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *uji t-test* untuk membandingkan atau menguji hipotesis dari dua mean.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Lansia Sebelum Perendaman Daun Kelor

| Skala nyeri | Jumlah | Presentase(%) |
|------------------------------|--------|---------------|
| Tidak nyeri | 0 | 0 |
| Nyeri ringan | 0 | 0 |
| Nyeri sedang | 13 | 65 |
| Nyeri berat terkontrol | 7 | 35 |
| Nyeri berat tidak terkontrol | 0 | 0 |
| Total | 20 | 100% |

Berdasarkan tabel 1 Menunjukkan bahwa hasil dari uji efektifitas Pengaruh Rendaman Daun kelor terhadap nyeri sendi pada lansia di Dusun Ampelsari RT 01 dan RT 02 paling banyak lansia dengan nyeri sedang yaitu sebanyak 13 orang (65%).

Tabel 2 Distribusi Rendaman Daun Kelor Terhadap Nyeri Sendi

| Skala nyeri | Jumlah | Presentase(%) |
|------------------------------|--------|---------------|
| Tidak nyeri | 0 | 0 |
| Nyeri ringan | 10 | 50 |
| Nyeri sedang | 9 | 45 |
| Nyeri berat terkontrol | 1 | 5 |
| Nyeri berat tidak terkontrol | 0 | 0 |
| Total | 20 | 100% |

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

| No | Jenis kelamin | Jumlah | Presentase (%) |
|----|---------------|--------|----------------|
| 1. | Laki-laki | 18 | 60% |
| 2 | Perempuan | 12 | 40,7% |
| | Total | 30 | 100% |

Berdasarkan tabel 2 Menunjukkan bahwa hasil dari efektifitas Pengaruh Rendaman Daun Kelor terhadap nyeri sendi pada lansia di Dusun Ampelsari RT 01 dan

RT 02 paling banyak lansia dengan nyeri ringan yaitu sebanyak 10 orang (50%)

Berdasarkan Distribusi Nyeri Sendi Pretest-Posttest Pada Lansia yang Mendapat Rendaman Daun Kelor Menunjukkan bahwa hasil penelitian berdasarkan pretest-posttest skala nyeri pada lansia dengan nyeri sendi didusun Ampelsari RT 01 dan RT 01 desa Ampelsari, Pasrepan, Pasuruan dengan rata-rata pretest 3,35 mg/dl nilai tengah 3,00 mg/dl dan standar deviasi 0,489 mg/dl, dan rata-rata posttest 2,55 mg/dl nilai tengah 2,50 mg/dl dan standar deviasi 0,605 mg/dl dengan nilai minimal 7 dan maximal 10.

Hasil Uji Normalitas Kolmogorof Pada Lansia Penderita Osteoarthritis adalah hasil uji normalitas dengan metode kolmogorov smirnov menggunakan SPSS 20 (terlampir) pada variabel skala nyeri sebelum perlakuan (pretest) dan dan sesudah perlakuan (posttest) pada tabel mendapatkan nilai signifikasi untuk variabel sebelum perlakuan nilai 59 p-value = 0,17 ($P < 0,05$), dan variabel sesudah perlakuan p-value = 0,17 kedua variabel tersebut berdistribusi normal

Hasil Uji Hipotesis Pada Lansia Penderita Osteoarthritis menggunakan program SPSS 20:00 pada variabel skala nyeri sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan berdasarkan tabel tersebut didapatkan 11,961 dan p-value 0,000 karna nilai signifikasi < alfa ($0,000 < 0,05$) maka hipotesis yang diterima H1 dan H0 ditolak maka dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan hasil yang sangat nyata antara variabel sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan artinya rendaman daun kelor berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada lansia penderita osteoarthritis.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di Dusun Ampelsari RT 01 dan RT 02 Desa Ampelsari Kecamatan Pasrepan Kabupaten pasuruan menunjukkan bahwa lansia dengan kategori sebelum sebanyak 13 orang (65%) dan sesudah sebanyak 10 orang (50%). Daun kelor memiliki fungsi sebagai pencahar, diterapkan sebagai tapal untuk luka, dioleskan pada kening untuk sakit kepala, digunakan untuk kompres demam, sakit tenggorokan, mengatasi asam urat dan

nyeri sendi, tonik penguat jantung, mencegah pembentukan tumor dan kanker, jus daun diyakini untuk mengontrol kadar glukosa darah dan digunakan untuk mengurangi pembengkakan kelenjar (Kurniasih, 2013).

Nastional institute of health (NIH) pada 21 maret 2008 bahwa manfaat daun kelor diantaranya adalah meningkatkan ketahanan alamiah tubuh, meningkatkan metabolisme tubuh, bersifat anti-peradangan dan masih banyak manfaat lain yang ada pada kelor. Menurut peneliti, daun kelor bermanfaat untuk tubuh untuk mengatasi berbagai masalah pada tubuh termasuk nyeri sendi. Nyeri sendi yang sebelum dilakukan perendaman dengan daun kelor akan membaik setelah dilakukan perendaman karena otot-otot akan lebih relaks dengan air hangat dan ternutrisi oleh kandungan yang ada didalam daun kelor.

DAFTAR PUSTAKA (FONT TIMES NEW ROMAN 11 TEBAL HURUF BESAR)

- WHO. (2016). *Mental Health Of Older Adults diabetes mellitus*. Geneva.
- Yulinah, E., Sukraso. dkk., 2011. *Aktivitas Antidiabetika Eksta Etanol Herba Sambiloto (Andrographis Paniculata Ness (Acanthaceae))*, JMS ITB Vol.6.
- Notoatmodjo S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka.
- Smaltzer & Bare. 2010. *Textbook of medical surgical Nursing*. Philadelphia.
- Lippincott Nordisk. 2016. *Diagnosis dan Klasifikasi Diabetes Mellitus*. In: Sudoyo, Aru W., Bambang Setyohadi, Idrus Alwi, Marcellus Simadibrata, Siti Setiati. Buku
- Nooatmodjo, S. 2008. *Kesehatan Masyarakat dan Seni*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Dulinah, E., Sukraso. dkk., 2011. *Aktivitas Antidiabetika Eksta Etanol Herba Sambiloto (Andrographis Paniculata Ness (Acanthaceae))*, JMS ITB Vol.6
- Reyes, N.A., Bautita., dkk., 2006, *Anti-diabetic potentials of Momordica Charantia and Andrographis Paniculata and their effects on estrous cyclicity of alxan-induced diabetic rats*. J. Ethnopharmacol. 105 (1-2): 196-200
- Sutanegara D., 2006, *Ilmu Penyakit Dalam Jilid III*, edisi FKUI, Jakarta. Hal: 1034-1042
- Hidayah, Rochmah. 2007. *Pengaruh Lama*

Pemberian Ekstrak Daun Sambiloto (Andrographis Paniculata Ness) Terhadap Glukosa Darah Dan Gambaran Histologi Pankreas Tikus (Rattus norvegicus) Diabetes. Skripsi Jurusan Biologi. Malang : Universitas Islam Negri Malang

Kariadi.Sri Hastuti, 2009, *Diabetes : Panduan Lengkap Untuk Diabetes*. Jakarta : Mizan Media Utama

Kemenkes RI. 2011. *Infodatin, Pusat data dan informasi*. kementrian kesehatan RI..