

Pengaruh Kompres Hangat Kayu Manis terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Pada Lansia : *Literature Review*

Auliya Fitri^{1*}, Dwi Widyastuti², Burhanto³

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

*Kontak Email: auliaf450@gmail.com

Diterima:19/07/21

Revisi:12/10/21

Diterbitkan: 19/04/22

Abstrak

Tujuan studi:Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat herbal kayu manis terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lansia.

Metodologi:Penelitian ini menggunakan metode *literature review* berdasarkan data dari jurnal ilmiah yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Hasil:Hasil analisis dari 17 jurnal, 6 jurnal (35%) menyatakan kompres hangat kayu manis efektif menurunkan skala nyeri sendi, 8 jurnal (47%) menyatakan terdapat pengaruh kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri sendi dan 3 jurnal (17,7%) menyatakan kompres herbal berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri sendi. Hal ini menunjukkan bahwa kompres hangat herbal kayu manis memiliki pengaruh terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lansia karena memberika rasa hangat dan fungsi kandungan kayu manis yang dapat mengurangi nyeri sendi pada lansia.

Manfaat: Manfaat penelitian ini dapat menambah pengetahuan dalam bidang keperawatan dan dapat diaplikasikan sebagai pengobatan non farmakologi untuk mengurangi skala nyeri sendi pada lansia dengan menggunakan kompres hangat herbal kayu manis.

Abstract

Purpose of study:This study aims to determine the effect of cinnamon herbal warm compresses on reducing joint pain scale in the elderly.

Methodology:This study uses a literature review method based on data from scientific journals that match the inclusion criteria.

Results:The results of the analysis of 17 journals, 6 journalas (35%) stated that cinnamon warm compresses were effective in reducing joint pain scales, 8 journals (47%) stated that there was an effect of warm compresses on reducing joint pain scales and 3 journals (17,7%) stated that compresses herbs have an affect on reducing joint pain scale. This shows that cinnamon herbal warm compresses have an effect on reducing joint pain scale in the elderly because it provides a warm feeling and the function of cinnamon content which can reduce joint pain in the elderly.

Applications:The benefits if this research can increase knowledge in the field of nursing and can be applied as a non-pharmacological treatment to reduce the scale of joint pain in the elderly by using cinnamon herbal warm compresses.

Kata kunci: *Kompres Hangat Kayu Manis, Nyeri Sendi, Lansia*

1. PENDAHULUAN

Bertambahnya usia fungsi fisiologis tubuh akan menurun karena proses penuaan maka timbullah penyakit pada lansia. Salah satunya penyakit tidak menular seperti stroke, hipertensi, radang sendi atau rematik dan diabetes mellitus (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2019), di Indonesia terdapat 9,60% atau sama dengan 25,66 juta lansia.

Semakin bertambahnya usia maka berbagai penyakit akan muncul, salah satunya penyakit pada sistem muskuloskeletal atau biasa disebut dengan penyakit atau masalah sendi. Penyakit sendi pada lansia biasanya dirasakan pada daerah lutut, tulang belakang, panggul, bahu, sendi jari tangan dan pergelangan kaki (Padila, 2013 dalam Putri, 2019). Seorang lansia akan mengalami beberapa perubahan pada sistem muskuloskeletal, seperti perubahan struktur otot, penurunan kemampuan kartilago dalam bergerasi, berkurangnya kepadatan tulang, perubahan jaringan penghubung (kolagen dan elastin), dan elastisitas sendi menurun (Black, 2014 dalam Olviani, 2020).

Menurut Lukman dan Ningsih (2013) dalam Fadlilah (2018) akibat gangguan di daerah sendi seperti dislokasi sendi maupun deformitas sendi dapat menimbulkan nyeri sendi. Nyeri merupakan suatu refleks sensoris yang tidak menyenangkan dari suatu emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan. Santoso (2009) dalam Idris (2017) mengatakan nyeri sendi merupakan suatu peradangan pada sendi dengan gejala seperti panas, warna kemerahan, gangguan gerak dan nyeri. Pada kondisi seperti ini lansia akan sangat terganggu apabila lebih dari satu sendi yang terserang.

Berdasarkan data Riskesdas (2018), prevalensi penyakit sendi di Indonesia menurut kelompok umur 55-64 tahun berjumlah 15,5%, umur 65-74 tahun berjumlah 18,6% dan umur diatas 75 tahun berjumlah 18,9%. Berdasarkan diagnosis penduduk Indonesia, provinsi Kalimantan Timur menduduki urutan ke 10 dari 34 provinsi. Menurut Potter (2013) dalam Fadlilah (2018) nyeri sendi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu umur, jenis kelamin, budaya, arti nyeri, perhatian, cemas, kelelahan, gaya koping, dorongan keluarga dan sosial.

Nyeri sendi akan menimbulkan rasa tidak nyaman bahkan hingga mengakibatkan kecacatan yang menyebabkan penurunan kualitas hidup lansia karena terganggunya aktivitas sehari-hari. Maka dari itu diperlukan upaya untuk meminimalisir dampak yang ditimbulkan. Intervensi yang digunakan dalam meminimalisir dampak nyeri sendi antara lain terapi farmakologi dan terapi non farmakologi (Sinaga & Ropyanto, 2015). Pemberian terapi farmakologi dengan berbagai macam obat bisa menimbulkan risiko dalam waktu lama. Alternatif lainnya berupa memanfaatkan bahan alami sebagai terapi non farmakologi yaitu dengan tumbuhan herbal yang dinilai relatif murah dan aman (Niken & Apriyeni, 2020).

Menurut Margowati & Priyanto (2017) metode non farmakologi lainnya untuk meredakan nyeri yaitu menggunakan terapi modalitas fisik berupa kompres hangat yang merupakan stimulasi kutaneus. Hal ini bisa meredakan nyeri sementara dengan efektif. Teknik ini dapat mendistraksi dan memfokuskan perhatiannya pada rangsangan sentuhan yang tidak menyakitkan sehingga persepsi nyeri yang dirasakan berkurang. Ischak et al (2021) menyatakan kompres hangat dapat melebarkan pembuluh darah sehingga aliran darah ke jaringan meningkat. Dengan meningkatnya aliran darah hal tersebut dapat menyingkirkan hasil inflamasi seperti histamin, bradikinin dan protaglandin. Selain itu, kompres hangat mampu merangsang serabut saraf yang menutup gerbang sehingga transmisi impuls rasa nyeri ke otak dan medula spinalis menjadi hilang.

Kemudian dalam penelitian Satralkar dan Dhudum (2018) mengkombinasikan kompres hangat dengan garam epsom untuk meredakan nyeri sendi lutut. Garam epsom memiliki sifat anti peradangan dan anti nyeri. Selain itu garam epsom tidak memiliki efek samping. Selain mengkombinasikan kompres hangat dengan garam epsom. Terdapat beberapa penelitian yang menggunakan kompres herbal untuk mengurangi skala nyeri. Herbal yang digunakan terdiri dari berbagai macam tumbuhan yang memiliki senyawa kimia. Seperti dalam penelitian Boonruab et al (2018) meneliti penggunaan kompres herbal yang salah satu tanaman yang digunakan yaitu *Citrus Hystrix* atau biasa dikenal dengan jeruk purut. *Citrus Hystrix* mengandung *Citronella* yang biasanya dimanfaatkan sebagai pengusir serangga, selain itu juga sefektif sebagai analgesik dan antiinflamasi.

Terdapat beberapa penelitian yang menyatakan bahwa penggunaan kompres hangat dengan menambahkan kayu manis dapat meningkatkan proses penurunan nyeri karena kayu manis memiliki kandungan anti reumatik dan anti inflamasi yang bertindak saat proses pemulihan sendi. Hal ini dapat dibuktikan dengan kandungan *Sinamaldehyd* pada kayu manis yang dapat menghambat proses inflamasi. Kayu manis memiliki minyak atsiri dengan kandungan *Eugenol* yang menghasilkan rasa panas sehingga pori-pori kulit dapat terbuka. Lalu senyawa kimia *Sinamaldehyd* melalui pori-pori kulit yang melebar tersebut agar dapat sampai ke dalam tubuh. *Sinamaldehyd* menahan lipoxigenase yang berperan sebagai perantara untuk menghasilkan *leukotrienes* hasil dari perubahan asam *free arachidonic acid*. Proses inflamasi akan berkurang saat *leukotrienes* menurun. Nyeri merupakan salah satu tanda terjadinya inflamasi, sehingga pemberian kompres hangat kayu manis dapat mengurangi nyeri (Amalia, 2013 dalam Niken, 2020).

2. METODOLOGI

Pada penelitian ini memakai desain penelitian berupa *literature review*. Menurut Mazali (2016) *literature review* merupakan metode penelitian yang menelusuri dan mengkaji dari beberapa jurnal atau artikel yang bersangkutan dengan pokok pembahasan penelitian untuk membuat suatu karya tulis dengan topik tertentu.

Sumber data penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh dari hasil penelitian terdahulu berupa jurnal yang sesuai topik pembahasan peneliti. Pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keyword* atau kata kunci yang sesuai dengan topik penelitian yaitu kompres kayu manis, kompres hangat, kompres herbal, nyeri sendi, lansia, *cinnamon compress*, *warm compress*, *hot compress*, *herbs compress*, *elderly* dan *joint pain*. Adapun kriteria inklusi jurnal atau artikel yang dicari adalah menggunakan populasi lansia atau pasien yang menderita nyeri sendi dengan melakukan intervensi pemberian kompres hangat herbal kayu manis dan memiliki hasil yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian kompres hangat herbal kayu manis terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lansia. Menggunakan *study design pre eksperimen, quasi experiment, single-blind randomized controlled*. Jurnal atau artikel yang berbentuk *fulltext* dan dipublikasi setelah tahun 2015 dengan menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris.

Jurnal yang didapat kemudian dilakukan seleksi studi dan penilaian kualitas agar mendapatkan jurnal yang relevan dengan penelitian. Pencarian jurnal/artikel melalui basis data elektronik *Google Scholar*, *Sage*, *Elsevier*, *GARUDA*, *Research Gate* dan *SINTA* didapatkan sebanyak 126 jurnal, kemudian menyaring jurnal yang sesuai dengan variabel independen yaitu kompres hangat, kompres herbal dan kompres kayu manis diperoleh sebanyak 57, setelah itu menyaring kembali jurnal yang sesuai dengan variabel dependen yaitu nyeri sendi didapatkan 36, lalu mengidentifikasi jurnal secara keseluruhan yang memenuhi kriteria inklusi diperoleh 26 dan jumlah akhir jurnal yang di *literature review* sesuai dengan kriteria inklusi dan metode analisis meliputi nama jurnal, volume dan angka.

3. HASIL DAN DISKUSI

3.1. Hasil

Tabel 1: Tabel Analisis Jurnal

No.	Penulis, Tahun	Nama Jurnal, Volume & Angka	Judul Artikel	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian	Databased
1.	Niken, Helena Patricia, Emira Apriyeni (2020)	Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory, Vol. 2, No. 2	Pengaruh kompres hangat kayu manis (<i>cinnamomun burmani</i>) terhadap penurunan nyeri penderita <i>Arthritis Gout</i>	D : <i>Quasi experiment</i> S : <i>Purposive sampling</i> V : Kompres hangat kayu manis & penurunan nyeri penderita <i>Arthritis Gout</i> I : <i>Numerical analog visual</i> A : Uji <i>Mann Whitney</i>	Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan kompres hangat kayu manis rata-rata skala nyeri pada kelompok perlakuan adalah 4-6 sedangkan sesudah kompres hangat kayu manis 1-4. Pada kelompok kontrol sebelum diberikan kompres hangat kayu manis rata-rata skala nyeri 4-6, sedangkan sesudah kompres hangat kayu manis 3-5. Berarti pemberian kompres hangat kayu manis memiliki pada penurunan skala nyeri penderita <i>Arthritis Gout</i>	<i>Google Scholar</i>
2.	Adi Antoni, Lola Pebrianthy, Desi Marwiyah Harahap, Suharto, Muchti Yuda Pratama (2020)	Jurnal Kesehatan Global, Vol. 2, No. 1	Pengaruh penggunaan kompres kayu manis terhadap penurunan skala nyeri pada penderita <i>Arthritis Gout</i> di wilayah kerja Puskesmas Batunadua	D : <i>Quasy experiment</i> S : - V : Kompres kayu manis & skala nyeri pada penderita <i>Arthritis Gout</i> I : <i>Numeric rating scale</i> A : Uji <i>Wilcoxon</i>	Hasil penelitian diperoleh bahwa sebelum kompres kayu manis rata-rata skala nyeri adalah 5-8, sedangkan sesudah kompres kayu manis skala nyeri 3-7. Dapat disimpulkan bahwa penggunaan kompres kayu manis berpengaruh untuk menurunkan skala nyeri pada penderita <i>Arthritis Gout</i>	<i>Google Scholar</i>
3.	Eva Marvia, Febriati Astuti, M. Fahrurrozi (2019)	Prima, Vol. 5, No. 2	Pengaruh kompres kayu manis terhadap perubahan tingkat nyeri sendi pada lansia di Balai Sosial Lanjut Usia "Mandalika" NTB	D : <i>Pra experiment</i> S : <i>Purposive sampling</i> V : Kompres kayu manis & tingkat nyeri sendi pada lansia I : Skala nyeri <i>Bourbanais</i> A : Uji <i>Wilcoxon</i>	Hasil penelitian didapatkan responden yang mengalami nyeri sedang berjumlah 10 responden (67%) dan nyeri ringan berjumlah 5 responden (33%) sebelum dilakukan kompres kayu manis. Setelah diberikan kompres kayu manis responden dengan nyeri ringan berjumlah 12 responden (80%) dan nyeri sedang berjumlah 3 responden (20%). Disimpulkan bahwa kompres kayu manis memiliki pengaruh untuk	<i>Google Scholar</i>

					mengubah tingkat nyeri sendi pada lansia.	
4.	Sri Margowati, Sigit Priyanto (2017)	The 5th Urecol Proceeding	Pengaruh penggunaan kompres kayu manis (<i>cinnamomun burmani</i>) terhadap penurunan nyeri penderita <i>Arthritis Gout</i>	D : <i>Pre experiment</i> S : <i>Propotional stratified random sampling</i> V : Kompres kayu manis & penurunan nyeri penderita <i>Arthritis Gout</i> I : <i>Numeric rating scale</i> A : <i>Uji Mann Whitney</i>	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skala nyeri sebelum diberikan kompres kayu manis selama 2 hari sebesar 4,92 dan setelah 2 hari diberikan kompres kayu manis sebesar 3,00. Artinya bahwa penurunan skala nyeri pada penderita <i>Arthritis Gout</i> dipengaruhi oleh kompres kayu manis.	<i>Google Scholar</i>
5.	Maya Cobalt Angio Seprianingtyas, Mega Yolanda (2021)	Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan, Vol. 5, No. 1	Penerapan kompres hangat kayu manis (<i>cinnamomun burmani</i>) terhadap penurunan nyeri penderita <i>gout arthritis</i> di Desa Kwaron Kelurahan Karangdowo Klaten	D : <i>Quasy experiment</i> S : <i>Stratified random</i> V : Kompres hangat kayu manis & penurunan nyeri penderita <i>gout arthritis</i> I : <i>Numeric rating scale</i> A : <i>Uji Wilcoxon, Uji Paired T-test & Uji Independen T-test</i>	Hasil penelitian dari 25 responden kelompok intervensi sebanyak 21 responden dengan skala nyeri berat menurun menjadi nyeri sedang & nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Sedangkan kelompok kontrol yang mengalami penurunan skala nyeri sebanyak 5 responden dengan skala nyeri berat menjadi nyeri sedang & nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Kesimpulannya kompres hangat kayu manis berpengaruh untuk menurunkan nyeri pada lansia dengan <i>gout arthritis</i> .	<i>Google Scholar</i>
6.	Nurul Hafiza, Yoga Pramana & Faisal Kholid Fahdi (2019)	Jurnal Pro Ners, Volume 4, Nomor 1	Perbedaan efektivitas kompres hangat kayu manis dan kompres hangat jahe putih terhadap skala nyeri kadar asam urat suhu lokal gout arthritis	D : <i>Quasy experimental</i> S : <i>Purposive sampling</i> V : Kompres hangat kayu manis dan kompres hangat jahe putih & skala nyeri kadar asam urat suhu lokal gout arthritis I : <i>Numeric rating scale, glukometer & termometer infra merah</i> A : <i>Uji T Berpasangan, Uji Wilcoxon & Uji Mann Whitney</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres kayu manis sejumlah 81,25% responden nyeri sedang & 18,75% nyeri berat. Setelah diberikan kompres kayu manis sebanyak 100% responden dengan nyeri ringan Kemudian kompres jahe putih sebelum dilakukan intervensi sebanyak 56,25% nyeri sedang dan 43,75% nyeri berat. Setelah diberikan kompres jahe putih sebanyak 100% responden dengan nyeri ringan. Artinya kompres jahe putih & kayu manis sama-sama memiliki efektifitas agar skala nyeri gout arthritis menurun.	GARUDA
7.	Wenny Ino Ischak, Harliani, Lilin	PalArch's Journal of Archaeology	Effect of the use of warm water	D : <i>Pre experimental</i> S : <i>Purposive</i>	Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan kompres air hangat sejumlah 22 responden	<i>Google Scholar</i>

	Rosianti, Suryani Manurung, Anna Veronica Pont dan Agussalim (2021)	of Egypt/Egyptology (PJAEE), Volume 18, Nomor 4	compresses on the decrease in pain intensity in the elderly at community area	<i>sampling</i> V : Warm water compresses & pain intensity in the elderly I : Visual analog scale A : Paired Simple T-Test	(73,3%) mengalami nyeri sedang & 8 responden (26,7%) nyeri ringan. Sesudah dilakukan kompres air hangat sebanyak 26 responden (86,6%) nyeri ringan & 4 responden (13,4%) nyeri sedang. Artinya kompres air hangat memiliki pengaruh untuk menurunkan skala nyeri pada lansia.	
8.	I Ketut Swastika & Kismiyati (2017)	International Journal of Science and Research (IJSR), Volume 6, Issue 10	Comparison between warm compress an massage to the pain intensity for elderly who have arthritic pain in Bina Lanjut Usia compound Jayapura	D : Quasy experiment S : Random sampling V : Warm compress and massage & pain intensity in elderly I : Numeric rating scale A : ANOVA	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan intervensi pijat skala nyeri dari 3,2 menjadi 1,3. Kemudian dengan intervensi kompres hangat skala nyeri dari 4 menjadi 2. Berarti kompres hangat dan pijat sama-sama efektif untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia	Google Scholar
9.	Shilpa Parag Satralkar & Basvant Dhudum (2018)	International Journal of Science and Research (IJSR), Volume 7, Issue 5	Effectivness of application of warm compress with epsom salt to reduce knee joint pain among women	D : Quasy experiment S : Non-probability purposive sampling V : warm epsom salt compress & knee joint pain among women I : Numeric rating scale A : Uji T-statistik	Hasil penelitian menunjukkan dalam kelompok kontrol nilai rata-rata nyeri sebelum intervensi adalah 7,8& setelah intervensi 8,1. Sedangkan pada kelompok eksperimen nilai rata-rata nyeri sebelum intervensi 2,75 dan setelah intervensi 1,03. Kesimpulannya penggunaan garam epsom dalam kompres hangat sangat efektif untuk mengurangi nyeri sendi lutut pada peempuan dengan arhritis	Google Scholar
10.	Steffi Eka Nindyastuti Wijaya, Andriyani Mustika Nurwijayanti & Dona Yanuar Agus Santoso (2020)	Proceedings of the International Conference on Nursing and Health Sciences (Global Health Science Group), Volume 1, Nomor 1	Effect of giving warm compress therapy and bay laef decoction to scale level gout arthritis pain	D : Quasy experiment S : Total sampling V : Warm compress therapy and bay leaf decoction & scale level gout arthritis pain I : - A : Uji Man Whitney	Penelitian menunjukkan hasil sejumlah 7 responden dengan nyeri ringan, 14 responden nyeri sedang & 5 responden nyeri berat sebelum dilakukan terapi kompres hangat dan rebusan daun salam. Setelah diberikan terapi kompres hangat dan rebusan daun salam 9 responden tidak mengalami nyeri, 15 esponden nyeri ringan dan 2 responden nyeri sedang. Berarti adanya perbedaan skala nyeri pada penderita nyeri gout arthritis sesudah dilakukan kompres hangat & rebusan daun salam.	SINTA
11.	Firdaningsih, Amirullah & A. Nurlaela Amin (2019)	Comprehensive Health Care, Volume 3, Nomor 1	Warm compress of pain level in patients elderly who suffers rematic	D : Pre experimental S : Simple random sampling V : Warm	Peneliti memperoleh sebanyak 2 responden menderit nyeri ringan & 28 responden nyeri sedang sebelum diberikan intervensi. Sesudah dilakukan intervensi responden dengan	Google Scholar

				compress & elderly who suffers rematic I : Lembar observasi A : <i>Paired T-test</i>	nyeri ringan berjumlah 20 dan responden nyeri sedang berjumlah 10. Disimpulkan bahwa adanya pegraruh dengan memberikan kompres hangat untuk menurunkan derajat nyeri reumatik pada lansia.	
12.	Agussalim & Josephine Lorica (2019)	The First International Conference on Health Profession (IHP), Volume 4, Nomor 15	Warm compress reduced pain intensity of arthritis rheumatoid for elderly people; pre- and post-test design study	D : Quasi experimental S : Purposive sampling V : Warm compress & pain of arthritis rheumatoid I : - A : <i>Paired T-test</i>	Peneliti mendapatkan nilai rata-rata nyeri sebelum tes adalah 4,60 dan sesudah tes 3,40. Artinya kompres hangat efektif untuk meminimalkan rasa nyeri <i>arthritis rheumatoid</i> pada lansia	Research Gate
13.	Selvia David richard & Dyah Ayu Kartika Wulan Sari (2020)	Journal of Innovation and Applied Technology, Volume 6, Nomor 2	The influence of warm compress and progressive muscle relaxation therapy in decreasing joint pain to elderly at Posyandu Lansia RW 04 Kelurahan Bangsal Kota Kediri	D : Pre experimental S : Purposive sampling V : Warm compress and muscle relaxation therapy & joint pain to elderly I : Numerical rating scale A : Uji <i>Wilcoxon</i>	Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan intervensi rata-rata nyeri sendi 4-7, sedangkan setelah dilakukan intervensi rata-rata skala nyeri sendi 2-6. Kesimpulannya bahwa pemberian terapi relasasi otot dan kompres hangat memiliki efek untuk meredakan nyeri sendi pada lansia	<i>Google Scholar</i>
14.	Hui Liang, Zhou-rong Li, Junwei Chen & Hui-wen Luo (2019)	World Journal of Acupuncture – Moxibustion , Volume 29, Issue 2	The influence of warm compress and progressive muscle relaxation therapy in decreasing joint pain to elderly at Posyandu Lansia RW 04 Kelurahan Bangsal Kota Kediri	D : Eksperiment S : - V : Five knee point acupuncture with herbal warm compress & knee asteoarthritis I : Visual analog scale & Lysholm knee scale A : One way ANOVA	Adanya efek akupuntur lutut 5 titik yang dikominasi dengan kompres hangat herbal terhadap osteoarthritis lutut. Dilihat dari skor VAS menjadi rendah setelah diberikan intervensi dan skor Lysholm menjadi lebih tinggi dari pada sebelum diberikan intervensi.	Elsevier
15.	Hanan Gaber Mohamed & Mervat Abdel Fattah Mohamed (2019)	American Journal of Nursing Research, Volume 7, Nomor 2	Effect of local heat application on complaints of patients with moderate knee oosteoarthritis	D : Quasy experimental S : - V : Local heat application & patients with moderate knee osteoarthritis I : Visual analog scale A : <i>Chi Square Test, Monte</i>	Hasil penelitian menunjukkan sebelum intervensi sebanyak 80,8% mengalami nyeri berat dan 19,2% nyeri sedang. Sedangkan setelah intervensi sebanyak 80,8% nyeri sedang dan 19,2% nyeri berat. Dapat disimpulkan bahwa pengaplikasian panas lokal yang dilakukan setiap hari pada penderita osteoarthritis dapat mengurangi rasa nyeri,	<i>Research Gate</i>

				<i>Carlo Correction, Paired T-Test, Pearson Coefficient</i>	kekakuan dan cacat fungsional fisik	
16.	Chitsirin Konkong & Athaphol Rodkaew (2018)	Rajabat Journal of Sciences, Humanities & Social Sciences, Volume 19, Nomor 2	Using thai herbal compress for pain relief among the elderly with early-stage osteoarthritis on knee	D : Quasy experimental S : Convenience sampling V : Thai herbal compress & pain in elderly with early stage osteoarthritis I : <i>Numeric rating Scale</i> A : <i>Paired T-Test</i>	Peneliti mendapatkan respon nyeri sebelum dilakukan tes adalah 8,03 dan setelah dilakukan tes selama 4 minggu respon nyeri menjadi 2,07. Artinya bahwa tingkat nyeri yang dialami lansia menurun secara signifikan setelah diberikan kompres herbal Thailand	<i>Google Scholar</i>
17.	Jurairat Boonruab, Netraya Nimpitakpong & Watchara Damjuti (2018)	Journal of Evidance-Based Integrative Medicine, Volume 23	The distinction of hot herbal compress, hot compress and topical diclofenac as myofascial pain syndrome treatment	D : Single-blind randomized controlled S : Random sampling V : Hot herbal compress, hot compress and topical diclofenac & myofascial pain syndrome I : VAS, CROM & PPT A : ANOVA	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres panas herbal, kompres panas dan topikal diklofenak efektif untuk menurunkan tingkat nyeri. Namun, kompres panas herbal dinyatakan lebih efektif menurunkan nyeri dibandingkan kompres panas dan topikal diklofenak.	<i>Sage</i>

3.2. Diskusi

Dari 17 jurnal yang telah dianalisis, sebanyak 12 jurnal menggunakan lansia sebagai respondennya. Dengan kelompok usia rata-rata mulai dari usia pertengahan (*middle age*) hingga lanjut usia tua (*old*). Dimana lansia tersebut disertai dengan keluhan nyeri sendi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Agussalim (2019) karakteristik usia responden terdapat 1 orang (10%) usia 45-59 tahun, 5 orang (50%) berusia 60 sampai 74 tahun dan 4 orang (40%) berusia 75 sampai 90 tahun. Sedangkan 5 jurnal lainnya tidak menyebutkan secara spresifik usia responden.

Berdasarkan konsep teori yang disampaikan oleh Ekasari et al (2018) penuaan merupakan sebuah proses bersinambung yang mengakibatkan anatomis, fisiologis dan biokimia pada tubuh berubah sehingga memengaruhi kemampuan dan fungsi tubuh seluruhnya. Penelitian yang dilakukan oleh Septyaningtyas dan Yolanda (2021) menjelaskan seorang lanjut usia akan mengalami beberapa perubahan pada sistem muskuloskeletal, seperti perubahan struktur otot, penurunan kemampuan kartilago dalam bergerasi, berkurangnya kepadatan tulang, perubahan jaringan penghubung (kolagen dan elastin), dan elastisitas sendi menurun. Sehingga terjadi gangguan sistem muskuloskeletal pada lansia yang ditandai dengan nyeri sendi. Beberapa penyakit nyeri sendi akibat gangguan sistem muskuloskeletal adalah osteoarthritis, arthritis rheumatoid, gout arthritis dan arthritis infeksi.

Hasil analisis dari 17 jurnal, 6 jurnal diantaranya menjelaskan nyeri sendi yang disebabkan oleh *Arthritis Gout*, kemudian 3 jurnal menjelaskan nyeri akibat *Osteoarthritis* pada lutut, lalu 3 jurnal menjelaskan nyeri karena *Arthritis Rheumatoid*, 2 jurnal menjelaskan nyeri akibat rematik, 1 jurnal menjelaskan nyeri karena *Myofascial* dan 4 jurnal lainnya menjelaskan nyeri sendi tanpa menjelaskan penyebabnya.

Lukman dan Ningsih (2013) dalam Fadlilah (2018) mengatakan akibat gangguan di daerah sendi seperti dislokasi sendi atau deformitas sendi hal tersebut dapat menimbulkan nyeri sendi. Menurut Santoso (2009) dalam Idris (2017) nyeri sendi merupakan proses meradang pada daerah sendi ditandai dengan adanya gangguan gerak, terasa panas, berwarna kemerahan dan nyeri. Di kondisi ini lansia akan terganggu jika lebih dari satu sendi yang terserang.

Hasil analisis jurnal menyatakan bahwa jenis kelamin juga merupakan faktor penyebab terjadinya nyeri sendi. Sebanyak 8 jurnal menjelaskan dalam penelitiannya bahwa responden perempuan lebih banyak menderita nyeri sendi dibandingkan responden laki-laki. Kemudian 3 jurnal dengan responden laki-laki paling banyak, 1 jurnal memiliki jumlah yang sama antara responden laki-laki dan perempuan. Sementara 5 jurnal lainnya tidak menyebutkan data jenis kelamin responden dalam penelitiannya.

Sesuai dengan teori yang disampaikan [Hafiza et al \(2019\)](#) dalam penelitiannya perempuan yang memasuki masa menopause hormon estrogen dalam tubuhnya akan berkurang bahkan berhenti untuk diproduksi lagi. Ketika jumlah hormon estrogen berkurang atau berhenti diproduksi maka menyebabkan peningkatan kadar asam urat karena terhambatnya pembuangan zat asam urat melalui urin. Dan perlahan akan memicu penyakit gout arthritis atau nyeri sendi.

Dari 17 jurnal yang telah dianalisis didapatkan sebanyak 3 jurnal menyatakan responden mengalami nyeri ringan dan nyeri sedang sebelum dilakukan intervensi, selanjutnya 4 jurnal menyatakan responden mengalami nyeri ringan hingga nyeri berat sebelum diberikan intervensi, kemudian 1 jurnal menyatakan responden mengalami nyeri sedang sampai nyeri berat sebelum diberikan intervensi dan 9 jurnal lainnya hanya memaparkan nilai rata-rata nyeri responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi. [Risnanto \(2014\)](#) mengategorikan skala nyeri menjadi 0 (tidak nyeri), 1-3 (nyeri ringan), 4-6 (nyeri sedang), 7-9 (nyeri berat) dan 10 (nyeri tidak terkendali).

Menurut [Sinaga & Ropyanto \(2015\)](#) nyeri sendi akan menimbulkan rasa tidak nyaman bahkan hingga mengakibatkan kecacatan yang menyebabkan penurunan kualitas hidup lansia karena terganggunya aktivitas sehari-hari. Maka dari itu diperlukan upaya untuk meminimalisir dampak yang ditimbulkan. Intervensi yang digunakan dalam meminimalisir dampak nyeri sendi antara lain terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Namun, pemberian terapi farmakologi dengan menggunakan obat-obatan dapat menimbulkan risiko dalam jangka panjang. Alternatif lainnya berupa pemanfaatan bahan alami sebagai terapi non farmakologi yaitu dengan tumbuhan herbal yang dinilai relatif murah dan aman ([Niken, & Apriyeni 2020](#)).

Berdasarkan hasil analisis didapatkan 6 jurnal yang menggunakan kompres hangat herbal kayu manis dalam mengatasi masalah nyeri sendi. Menurut [Amalia \(2013\)](#) dalam [Niken \(2020\)](#) Kayu manis memiliki minyak atsiri dengan kandungan *Eugenol* yang menghasilkan rasa panas sehingga pori-pori kulit dapat terbuka. Lalu senyawa kimia *Sinamaldehyd* melalui pori-pori kulit yang melebar tersebut agar dapat sampai ke dalam tubuh. *Sinamaldehyd* menahan lipoxigenase yang berperan sebagai perantara untuk menghasilkan *leukotrienes* hasil dari perubahan asam *free arachidonic acid*. Proses inflamasi akan berkurang saat *leukotrienes* menurun. Nyeri merupakan salah satu tanda terjadinya inflamasi, sehingga pemberian kompres hangat kayu manis dapat mengurangi nyeri.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [Marvia et al \(2019\)](#) pada lansia yang mengalami nyeri ringan dan sedang dengan memberikan 20 gram bubuk kayu manis yang dilarutkan ke dalam 250 ml air hangat, kemudian dikompreskan pada bagian yang mengalami nyeri selama 10-20 menit 1 kali pada pagi hari. Sehingga hasil penelitian didapatkan bahwa kompres hangat kayu manis memiliki pengaruh terhadap perubahan skala nyeri pada lansia.

Hasil analisis yang telah dilakukan, 4 jurnal menggunakan kompres hangat murni, 3 jurnal menggunakan kompres hangat dengan kombinasi intervensi lainnya, dan 1 jurnal membandingkan kompres hangat dengan intervensi lainnya. Dari 8 jurnal tersebut hasil penelitiannya menyatakan bahwa kompres hangat memiliki pengaruh terhadap penurunan skala nyeri sendi.

Sejalan dengan penelitian [Ischak et al \(2021\)](#) kompres hangat membuat vasodilatasi sehingga sirkulasi darah ke jaringan meningkat. Dengan meningkatnya aliran darah hal tersebut dapat menyingkirkan hasil inflamasi seperti histamin, bradikinin dan prostaglandin. Kompres hangat juga mampu merangsang serabut saraf yang menutup gerbang sehingga transmisi impuls rasa nyeri ke otak dan medula spinalis menjadi hilang.

Hasil analisis terdapat 3 jurnal yang menggunakan kompres herbal untuk menangani masalah nyeri. Seperti dalam penelitian [Boonruab et al \(2018\)](#) menggunakan kompres herbal dengan salah satu tanaman yang digunakan yaitu *Citrus Hystrix* atau biasa dikenal dengan jeruk purut. *Citrus Hystrix* mengandung *Citronella* yang biasanya dimanfaatkan sebagai pengusir serangga, selain itu juga efektif sebagai analgesik dan antiinflamasi. Dari ke 3 jurnal yang menggunakan kompres herbal untuk menangani masalah nyeri hasil penelitiannya menyatakan bahwa kompres herbal efektif untuk meredakan nyeri sendi.

Menurut [Margowati dan Prayitno \(2017\)](#) obat herbal adalah ramuan dari tanaman, hewan dan bahan mineral yang dipakai sejak zaman nenek moyang hingga saat ini oleh masyarakat. Obat herbal dikenal sebagai obat tradisional, obat alami atau obat alternatif dengan memanfaatkan bahan alam disekitar lingkungan masyarakat. Ada beberapa keuntungan menggunakan obat yaitu sebagai berikut : selain mengobati penyakit, obat herdd bal juga dapat meningkatkan daya tahan tubuh; mengandung anti toksin dan mampu mengeluarkan zat racun dalam tubuh; bisa mengobati beberapa penyakit dalam waktu yang sama; berasal dari bahan alami sehingga efek sampingnya sangat sedikit; bahan mudah didapat karena

biasanya tanaman herbal banyak ditanam atau dibudidayakan di sekitar rumah; tidak memerlukan teknologi canggih untuk mengolah obat herbal.

4. KESIMPULAN

Hasil penelusuran jurnal atau artikel didapatkan 17 jurnal terdiri dari 11 jurnal internasional dan 6 jurnal nasional yang sejalan dengan kriteria inklusi. Jurnal nasional dan jurnal internasional yang menggunakan intervensi kompres hangat, kompres herbal dan kompres kayu manis menunjukkan hasil perubahan skala nyeri sendi mulai dari nyeri berat menjadi nyeri sedang dan nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Hasil analisis dari 17 jurnal, 6 jurnal (35%) menyatakan kompres hangat kayu manis efektif menurunkan skala nyeri sendi, 8 jurnal (47%) menyatakan terdapat pengaruh kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri sendi dan 3 jurnal (17,7%) menyatakan kompres herbal memiliki pengaruh terhadap penurunan skala nyeri sendi. Peneliti dapatkan bahwa kompres hangat herbal kayu manis memiliki pengaruh yang sama dengan kompres hangat dan kompres herbal lainnya, yaitu untuk menurunkan skala nyeri sendi pada lansia. Dimana kompres tersebut memiliki kandungan yang fungsinya sama dan terbukti dapat meredakan nyeri sendi mulai dari nyeri berat menjadi nyeri sedang dan nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Kompres hangat herbal kayu manis ini dapat dijadikan terapi non farmakologi bagi lansia atau pasien yang mengalami nyeri sendi.

REFERENSI

- Agussalim, & Lorica, J. (2019). Warm Compress Reduced Pain Intensity of Arthritis Rheumatoid for Elderly People ; Pre-and Post-test Design Study. *International Conference on Health Profession*, 4(15). <https://doi.org/10.18502/kl.v4i15.5725>
- Antoni, A., Pebrianthy, L., Harahap, D. M., Suharto, & Pratama, M. Y. (2020). Pengaruh Penggunaan Kompres Kayu Manis Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Arthritis Gout Di Wilayah Kerja Puskesmas Batunadua. *Jurnal Kesehatan Global*, 3(1), 26–31.
- Badan Pusan Statistik. 2019. *Satistik Penduduk Lanjut Usia*. <https://www.bps.go.id/publication/2019/12/20/ab17e75dbe630e05110ae53b/statistik-penduduk-lanjut-usia-2019.html> diakses pada 20 November 2020.
- Bahrudin, M. (2017). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika : Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran Keluarga*, 13(1), 7–13.
- Boonruab, J., Nimpitakpong, N., & Damjuti, W. (2018). The Distinction of Hot Herbal Compress, Hot Compress, and Topical Diclofenac as Myofascial Pain Syndrome Treatment. *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*, 23, 1–8. <https://doi.org/10.1177/2156587217753451>.
- Ekasari, M.F., Ni M.R., dan Tien H. 2018. *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep dan Berbagai Strategi Intervensi*. Jakarta : Wineka Media.
- Fadlilah, S., & Widayati, R. W. (2018). Efektivitas Kompres Bawang Merah terhadap Nyeri Sendi pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 177–184.
- Firdaningsih, Amirullah, & Amin, A. N. (2019). Warm Compress Of Pain Level In Patients Elderly Who Suffers Rematic. *Comprehensive Care*, 3(1), 36–42.
- Hafiza, N., Pramana, Y., & Fahdi, F. K. (2019). Perbedaan Efektivitas Kompres Hangat Kayu Manis dan Kompres Hangat Jahe Putih terhadap Skala Nyeri Kadar Asam Urat Suhu Lokal Gout Arthritis. *Jurnal Pro Ners*, 4(1).
- Idris, D. N. T., & Astarani, K. (2017). Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 3(1), 23–32.
- Ischak, W., Harliani, Rosianti, L., Manurung, S., Pont, A. V., & Agussalim. (2021). Effect of The USE Warm Water Compresses on The Decrease in Pain Intensity in The Elderly at Community Area. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 18(4), 5256–5266.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-lansia.pdf> diakses pada 20 November 2020.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Hasil Utama RISKESDAS*. https://drive.google.com/file/d/1MRXC4IMDera5949ezbbHj7UCUj5_EQmY/view diakses pada 20 November 2020.
- Konkong, C., & Rodkaew, A. (2018). Using Thai Herbal Compress for Pain Relief Among The Elderly with Early-Stage Osteoarthritis on Knees. *Rajabhat J. Sci. Humanit*, 19(2), 205–214.
- Liang, H., Li, Z., & Luo, H. (2019). The effect of five-knee-point acupuncture combined with herbal package warm compress for knee osteoarthritis. *World Journal of Acupuncture - Moxibustion*, 29(2), 83–90. <https://doi.org/10.1016/j.wjam.2019.05.010>
- Margowati, S., & Priyanto, S. (2017). Pengaruh Penggunaan Kompres Kayu Manis (Cinnamomum Burmani) Terhadap Penurunan Nyeri Penderita Arthritis Gout. *The 5th Urecol Proceeding*, 598–607.
- Marvia, E., Astuti, F., & Fahrurrazi, M. (2019). Pengaruh Kompres Kayu Manis terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Sendi pada Lansia di Balai Sosial Lanjut Usia “Mandalika” NTB. *Prima*, 5(2), 31–36.
- Marzali, A.-. (2016). Menulis Kajian Literatur. *Jurnal Etnografi Indonesia*, 1(2), 27.
- Mohamed, H. G., Abdel, M., & Mohamed, F. (2019). Effect of Local Heat Application on Complaints of Patients with

- Moderate Knee Osteoarthritis. *American Journal of Nursing Research*, 7(2), 148–159. <https://doi.org/10.12691/ajnr-7-2-6>.
- Niken, Patricia, H., & Apriyeni, E. (2020). Pengaruh Kompres Hangat Kayu Manis (Cinnamomum Burmani) terhadap Penurunan Nyeri Penderita Arthritis Gout. *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory*, 1(2), 99–112.
- Olviai, 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. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(1), 387–396.
- Putri, O. R., Andarmoyo, S., & Sari, R. M. (2019). Efektivitas Terapi Kompres Air Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia. *Prosiding Ist Seminar Nasional Dan Call for Paper*, 135–139.
- Richard, S. D., & Sari, D. A. K. W. (2020). The Influence of warm Compress and Progressive Muscle Relaxation Therapy in Decreasing Joint Pain to Elderly at Posyandu Lansia RW 04 Kelurahan Bangsal Kota Kediri. *Journal Pf Innovation and Applied Technology*, 06(02), 1031–1037.
- Risnanto, dan Uswatun I. 2014. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medikal Bedah (Sistem Muskuloskeletal)*. Yogyakarta : Deepublish.
- Satralkar, S. P., & Dhudum, B. (2018). Effectiveness of Application of Warm Compress with Epsom Salt to Reduce Knee Joint Pain among Women. *International Journal of Science and Research*, 7(5), 2016–2019. <https://doi.org/10.21275/ART20182085>
- Septianingtyas, M. C. A., & Yolanda, M. (2021). Penerapan Kompres Hangat Kayu Manis (Cinnamomun Burmani) terhadap Penurunan Nyeri Penderita Gout Arthritis Di Desa Kwaron Kelurahan Karangdowo Klaten. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 5(1), 42–49.
- Sinaga, H. E., & Ropyanto, C. B. (2015). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia (60-74 Tahun). *Proceeding 3rd Adult Nursing in Practice: Using Evidence in Care*, 159–166.
- Swastika, I. K., & Kismiyati. (2017). Comparison between Warm Compress and Massage to the Pain Intensity for Elderly Who Have Arthritic Pain in Bina Lanjut Usia Compound Jayapura. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 6(10), 1623–1626. <https://doi.org/10.21275/ART20177537>
- Wijaya, S. E. N., Nurwijayanti, A. M., & Santoso, D. Y. A. (2020). Effect of Giving Warm Compress Therapy and Bay Leaf Decoction to Scale Level Gout Arthritis Pain. *Journal Global Health Science Group*, 1(1), 217–228.