



PENGARUH KOMBINASI BACK MASSAGE DAN KOMPRES AIR HANGAT TERHADAP TINGKAT NYERI RHEUMATOID ARTHRITIS PADA LANSIA DI KELURAHAN KARANGAYU

Siti Juwariyah ¹, Resa Nirmala Jona ², Muniatur Rohmaniyah ³

Email: jujuk@stikestelogorejo.ac.id

^{1,2,3} Stikes Telogorejo Semarang

Korespondensi penulis : jujuk@stikestelogorejo.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: lansia yang mengalami nyeri rheumatoid arthritis dengan mengalami gejala pergerakan lutut dan persendian membesar dan kaku, terjadi atrofi serabut otot sehingga pergerakan menjadi lamban, nyeri sendi (Priyoto, 2015). RISKESDAS tahun 2018 menunjukkan fakta yang memprihatinkan dimana jumlah penyakit rheumatoid arthritis di Indonesia termasuk dalam golongan penyakit sendi dari total populasi meningkat dari 2,47% menjadi 7,30% berdasarkan tanda dan gejala. Tujuan: untuk mengetahui pengaruh kombinasi back massage dan kompres air hangat terhadap tingkat nyeri rheumatoid arthritis pada lansia di Kelurahan Karangayu. Rancangan penelitian: merupakan penelitian quasi eksperimen dengan menggunakan One-Group Pretest-Posttest Design, yaitu menggunakan satu kelompok eksperimen. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 40 lansia rheumatoid arthritis teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan menggunakan uji Wilcoxon. Kesimpulan: penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian intervensi kombinasi back massage dan kompres air hangat berpengaruh terhadap tingkat nyeri rheumatoid arthritis pada lansia di Kelurahan Karangayu dengan p value 0,000. Rekomendasi: hasil penelitian ini adalah agar lansia diharapkan untuk menerapkan kombinasi back massage dan kompres air hangat untuk menurunkan tingkat nyeri rheumatoid arthritis. Bagi peneliti selanjutnya dapat memodifikasi intervensi sebelumnya seperti pemberian back massage dikombinasikan dengan intervensi lain, yaitu relaksasi nafas dalam maupun aromaterapi.

Kata kunci: Back massage, kompres air hangat dan nyeri rheumatoid arthritis.

ABSTRACT

Background: The research objects were elder people suffering from rheumatoid arthritis pain with indications of having difficulty moving the knee, enlarging and stiff joints, muscle atrophy, slower movement, and joint pain. The Basic Health Research in 2018 found concerning facts about the rheumatoid arthritis prevalence in Indonesia The prevalence increased from 2.47% to 7.30% based on the symptoms and the indications. This research determined the influence of black massage and warm water compress combination on the rheumatoid arthritis pain of elder people in Karangayu administrative village. The research design this quasi-experimental research used a one-group pretest-posttest design with one experimental group. The research sample consisted of 40 elder people suffering from rheumatoid arthritis. The conclusion the researchers took the sample with a total sampling technique and analyzed the data with the Wilcoxon test. The results showed the black massage and warm water compress combination influenced the rheumatoid arthritis pain of the elder people with a p-value of 0.000. Recommendations the results that elder people apply the back massage and warm water compress combination to relieve the rheumatoid arthritis pain levels. Further researchers could modify this intervention, the back massage, with other interventions, such as deep-

Received September 20, 2022; Revised Oktober 22, 2022; Accepted November 19, 2022

breathing relaxation or aromatherapy relaxation.

Keywords: *Back massage , warm water compress and rheumatoid arthritis.*

LATAR BELAKANG

Lansia merupakan kondisi dimana seseorang yang berumur lebih dari 60 tahun. bertambahnya usia memunculkan dampak berbagai penyakit kronis, dengan menurunnya fungsi-fungsi organ tubuh seperti pada sistem muskuloskeletal, sistem persyarafan, sistem pendengaran, sistem penglihatan, sistem kardiovaskuler, sistem pernafasan (Suryani, 2018). Secara biologis lansia adalah penduduk yang mengalami proses penuaan secara terus-menerus, ditandai dengan kelemahan daya tahan fisik, semakin rentan terhadap penyakit. Rentannya terhadap serangan penyakit disebabkan terjadinya perubahan dalam struktur dan fungsi sel, jaringan dan sistem organ (Pandji, 2012).

Badan Pusat Statistik (BPS, 2021) menyatakan hasil sensus penduduk lansia meningkat dari 10,43% menjadi 12,15% pada tahun 2020 di provinsi Jawa Tengah. Jumlah dan presentase lansia dengan usia penduduk 60 tahun ke atas akan terus bertambah dengan seiringnya usia harapan hidup hingga 10% keatas. Badan Pusat Statistik tahun 2020 Kota Semarang jumlah proporsi penduduk dewasa, terutama lansia di Kota Semarang terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2016 jumlah lansia mencapai 141 ribu jiwa atau sebesar 8,17% dari seluruh jumlah penduduk Kota Semarang kemudian naik menjadi 148 ribu jiwa atau sebesar 8,47% pada tahun 2017 hingga di tahun 2020 jumlah lansia di Kota Semarang meningkat menjadi 170 ribu jiwa atau sebesar 9,29%.

Kondisi ini terjadi dikarenakan adanya perubahan fisiologis pada tubuh lansia yang dapat terjadi penurunan sistem imun. Masalah yang banyak dijumpai pada lansia sangat beragam, dikarenakan menurunnya fungsi daya tahan tubuh dan terganggunya psikologis pada lansia. Penyakit yang sering terjadi pada lansia salah satunya mengalami nyeri pada persendian. *Rheumatoid Arthritis* adalah gangguan peradangan kronis autoimun, di mana respon imun pada tubuh seseorang dapat terganggu yang menimbulkan kerusakan tulang sendi, sendi menjadi kaku pada sistem muskuloskeletal dan lapisan pada sendi. Sehingga kemampuan tubuh turun terutama pada tangan, kaki dan lutut (Sakti & Muhlisin, 2019).

Angka kejadian menurut *World Health Organization* (WHO) di seluruh dunia penderita *rheumatoid arthritis* mencapai angka 355 juta jiwa berarti berbanding 1 dari 6 orang di dunia ini menderita *rheumatoid arthritis*, bahwa 20% penduduk dunia terserang penyakit *rheumatoid arthritis*, meliputi 5-10% yang berusia 5-20 tahun dan 20% adalah mereka yang berusia 55 tahun (WHO, 2016). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) di Indonesia tahun 2018, penyakit terbanyak terjadi pada lansia adalah *rheumatoid arthritis* yang termasuk penyakit tidak menular kedua pada masalah penyakit usia lansia. Prevalensi dari tahun 2013 ke tahun 2018 menunjukkan fakta yang memprihatinkan dimana jumlah penyakit *rheumatoid arthritis* di Indonesia termasuk dalam golongan penyakit sendi dari total populasi meningkat dari 2,47% menjadi 7,30% berdasarkan tanda dan gejala. Hasil data *rheumatoid arthritis* yang terjadi di Jawa Tengah mencapai 6,78% penderita.

Adanya nyeri pada penderita *rheumatoid arthritis* kerap membuat takut untuk bergerak sehingga dapat berpengaruh pada aktivitas sehari-hari. Secara progresif lansia menjadi semakin tidak aktif beraktivitas, membawa pada kondisi morbiditas karena berkurangnya aktivitas fisik. Umumnya nyeri yang disebabkan penyakit *rheumatoid arthritis* seperti nyeri

pada tangan, lutut, pinggul, kaki. kasus *rheumatoid arthritis* akan terus meningkat seiring bertambahnya usia, hal ini yang mengakibatkan usia lansia yang lebih banyak dan rentan mengalami *rheumatoid arthritis*, serta keluhan- keluhan penyakit (Samuel, 2018).

Berdasarkan keluhan nyeri pada *rheumatoid arthritis* yang dialami lansia, sangat dibutuhkan intervensi untuk menangani nyeri *rheumatoid arthritis*. Intervensi untuk mengurangi nyeripada *rheumatoid arthritis* salah satunya yaitu intervensi non farmakologis. Pemberian perlakuan efektivitas manajemen nyeri non farmakologi dengan terapi komplementer dapat berupa kompres hangat dan *massage* tubuh yang berpengaruh terhadap tingkat skala nyeri. Fungsikompres air hangat adalah memeberikan sensasi pereda nyeri yang dapat melancarkan aliran darah pada bagian tubuh, menyebabkan pelebaran pada pembuluh darah akibat prosesvasodilatasi sehingga terjadi respon tubuh lebih *rileks*. Adapun pemberian kompres hangat dapat menyebabkan spasme otot berkurang,penurunan intensitas nyeri yang berpengaruh pada peningkatan kualitas hidup lansia(Muliawan, 2017).

Penelitian Asmawi & Sugiarti (2021) dari pemberian kompres air hangat efektif dan dapat dijadikan alternatif untuk menurunkan intensitas nyeri, memberikan sensasi relaksasi dan mengurangi ketegangan otot dari proses vasodilatasi pada klien lansia penderita nyeri sendi. Terdapat hasil perbedaan yang signifikan antara pemberian kompres hangat antara sebelum dan setelah pemberian kompres air hangat. Pemberian intervensi dengan kombinasi kedua terapi non farmakologi yaitu, *back massage* dan kompres air hangat memberi hasil lebih maksimal dibandingkan hanya menggunakan satu terapi non farmakologi untuk penurunan tingkat nyeri.

Terdapat hubungan pemberian *back massage* untuk mengatasi nyeri *rheumatoid arthritis* dimana punggung tempat sumsum tulangbelakang berada, sumsum tulang belakang merupakan bagian dari sistem saraf pusat yang berfungsi sebagai pengendali utama tubuh, selanjutnya sumsum tulang belakang menyampaikan impuls ke otak dan otak bekerja menyampaikan informasi ke seluruh tubuh, termasuk sendi dan otot. Pemberian kompres hangat setelahnya akan menunjang dan memberikan relaksasi pada otot sehingga dapat menyebabkan nyeri berkurang pada seluruhsendi (Pearce, 2017).

Hasil ini sejalan dengan penelitian Nuzul *et al* (2020) di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar tentang pengaruh terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia. Dengan jumlah responden sebanyak 30 orang lansia, yang jenis kelamin perempuan menderita *rheumatoid arthritis* sebanyak 20 responden (66,7%) dan dari 10 responden (33,3%) jenis kelamin laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap penurunan nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansiasetelah pemberian terapi *back massage* di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020. Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik untuk menggabungkan terapi non farmakologi untuk menurunkan tingkat nyeri dan judul penelitian yang diambil adalah “Pengaruh Kombinasi *Back Massage* dan Kompres Air Hangat Terhadap Tingkat Nyeri *Rheumatoid Arthritis* Pada Lansia Di Kelurahan Karangayu”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian *Quasi Eksperimental Design* dengan model desain *one grup pretest-posttest design*. Pada desain ini terdapat *pretest*, sebelum diberi perlakuan dan *posttest* setelah diberi perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita *rheumatoid arthritis* pada lansia di Kelurahan Karangayu (data tahun 2020 sampai 2022). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling, jumlah sampel yang diperoleh dalam penelitian ini sebanyak 40 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen

pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan lembar observasi skala nyeri *Verbal Descriptor Scale* (VDS). Untuk menganalisis pengaruh dari kombinasi *back massage* dan kompres air hangat yang digunakan adalah uji Wilcoxon.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Lansia *Rheumatoid Arthritis* di Kelurahan Karangayu

25 Mei – 7 Juni 2022 (n = 40)

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Jenis kelamin		
	a. Laki-laki	5	12,5
	b. Perempuan	35	87,5
Total		40	100,0

Berdasarkan tabel 1.1 di atas diketahui bahwa hasil pada tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* di Kelurahan Karangayu adalah jenis kelamin laki-laki 5 responden dengan persentase 12,5% dan perempuan 35 responden dengan persentase 87,5%.

Tabel 1.2

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Lansia *Rheumatoid Arthritis* di Kelurahan Karangayu 25 Mei – 7 Juni 2022 (n = 40)

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
2.	Usia		
	a. <i>Elderly</i> (lanjut usia), usia 60-74 tahun	35	87,5
	b. <i>Old</i> (lanjut usia), usia 75 sampai 90	5	12,5
Total		40	100,0

Berdasarkan tabel 1.2 di atas diketahui bahwa hasil pada tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* di Kelurahan Karangayu berdasarkan usia *elderly*

(60-74 tahun) sebanyak 35 responden dengan

persentase 87,5%, *old* (75-90 tahun) sebanyak 5 responden dengan persentase 12,5%.

Tabel 1. 3
Gambaran Tingkat Nyeri *Rheumatoid Arthritis* Sebelum Diberikan Kombinasi *Back Massage* Dan Kompres Air Hangat Pada Lansia Di Kelurahan Karangayu 25 Mei – 7 Juni 2022 (n = 40).

Tingkat Nyeri <i>rheumatoid arthritis</i> sebelum diberikan intervensi kombinasi <i>back massage</i> dan kompres air hangat	Frekuensi (f)	Presentase (%)
0 (tidak nyeri)	0	0
1-3 (nyeri ringan)	4	10,0
4-6 (nyeri sedang)	36	90,0
Total	40	100,0

Berdasarkan dari hasil tabel 1.3 menunjukkan bahwa sebelum diberikan *back massage* dan kompres air hangat yaitu tidak nyeri sebanyak 0 responden, nyeri ringan sebanyak 4 responden dengan persentase 10,0%, nyeri sedang sebanyak 36 responden dengan persentase 90,0%.

Tabel 1. 4
Gambaran Tingkat Nyeri *Rheumatoid Arthritis* Sesudah Diberikan Kombinasi *Back Massage* Dan Kompres Air Hangat Pada Lansia Di Kelurahan

Karangayu 25 Mei – 7 Juni 2022 (n = 40).

Tingkat nyeri <i>rheumatoid arthritis</i> setelah diberikan intervensi <i>back massage</i> dan kompres air hangat	Frekuensi (f)	Presentase (%)
0 (tidak nyeri)	3	7,5
1-3 (nyeri ringan)	28	70,0
4-6 (nyeri sedang)	9	22,5
Total	40	100,0

Berdasarkan tabel 4. 4 di atas hasil setelah diberikan kombinasi *back massage* dan kompres air hangat yaitu tidak nyeri 3 responden dengan persentase 7,5%, nyeri ringan sebanyak 28

responden dengan persentase 70,0%, nyeri sedang sebanyak 9 responden dengan jumlah persentase 22,5%.

Tabel 1. 5
 Pengaruh Kombinasi *Back Massage* Dan Kompres Air Hangat Terhadap Tingkat Nyeri
Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Di Kelurahan Karangayu25 Mei – 7 Juni 2022 (n = 40).

Tingkat nyeri <i>rheumatoid arthritis</i> sebelum dan sesudah diberikan kombinasi <i>back massage</i> dan kompres air hangat	N	Mean	P value
Negative	38	19,5	0,000
Ranks Positive	0	0	
Ranks Ties	2	0,00	
Total	40	0	

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* pada tabel 1. 5 diatas diperoleh data sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi *back massage* dan kompresair hangat terhadap tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia. Dari hasil *negative ranks* yang mengalami penurunan dari *pre-test* ke nilai *post-test* terdapat 38 responden dengan mean 19,50. *Positive ranks* adalah sampel dengan nilaikelompok kedua (*post-test*) lebih tinggi dari nilai

PEMBAHASAN

Karakteristik berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan tabel 1.1 Hasil penelitian yang dilakukan didapatkan data bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan. Sesuai dengan faktor internal yang paling sering terdiagnosis *rheumatoid arthritis* adalah jenis kelamin perempuan dan mereka yang memiliki riwayat penyakit ini paling sering mengalami penyakit *rheumatoid arthritis* (Favalli *et al.*, 2019).

Hasil ini sebanding dengan teori Zubaili (2019) bahwa jenis kelamin merupakan perbedaan antara laki-laki dengan perempuan secara biologis sejak seseorang lahir. Lansia *rheumatoid arthritis* lebih banyak terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Perempuan lebih berisiko 2-3 kali lebih tinggi pada penyakit *rheumatoid arthritis*, kecenderungan insiden yang terjadi pada perempuan karena adanya gangguan dalam keseimbangan hormone estrogen tubuh.

Karakteristik berdasarkan usia

Berdasarkan hasil tabel karakteristik berdasarkan usia, dari semua faktor risiko untuk timbulnya *rheumatoid arthritis* yang terkuat adalah faktor ketuaan, penurunan sistem muskuloskeletal terutama pada sendi yang di pengaruhi faktor usia. Penyakit *rheumatoid arthritis* di pengaruhi kelompok *pre-test*. Ties menunjukkan terdapat 2 responden mempunyai nilai yang sama dari hasil antara *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil perhitungan uji statistic *Wilcoxon signed rank test* didapatkan *p-value* 0,000 ($\leq 0,05$) sehingga kesimpulannya adalah H_0 diterima dan H_1 ditolak. hal ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara kombinasi *back massage* dan kompres air hangat terhadap tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di Kelurahan Karangayu.

faktor usia dimana melewati fase menua. Adapun proses menua pada lansia dengan penyakit *rheumatoid arthritis* dipengaruhi oleh perubahan pada sistem autoimun. Bahwa sistem kekebalan tubuh memberikan perlindungan terhadap serangan penyakit. Perubahan tubuh pada lansia yang sudah menderita penyakit autoimun ditandai dengan keadaan yang berdampak pada sistem muskuloskeletal dan jaringan yang dapat mengalami gangguan salah satunya *rheumatoid arthritis*. Hasil dari presentase dan beratnya *rheumatoid arthritis* dipengaruhi oleh usia dengan rentang usia *elderly* terus mengalami peningkatan, semakin bertambahnya usia lansia semakin berisiko mengalami masalah kesehatan (Kristofferzon, 2015).

Tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* sebelum diberikan kombinasi *back massage* dan kompres air hangat

Berdasarkan hasil penelitian bahwa tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia sebelum diberikan intervensi (*pre-test*) kombinasi *back massage* dan kompres air hangat yaitu menunjukkan tidak nyeri sebanyak 0 responden, nyeri ringan sebanyak 4 responden (10,0%), nyeri sedang sebanyak 36 responden (90,0%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat nyeri sedang sebelum diberikan intervensi kombinasi *back massage* dan kompres air hangat. Hal ini sejalandengan Musrifatul (2021) yang menyatakan bahwa karakteristik tingkat nyeri dibagi menjadi lima, yaitu: tidak nyeri dengan skala 0, nyeri ringan skala 1-3, nyeri sedang skala 4-6, nyeri berat skala 7-9, dan nyeri tidak tertahankan skala

10. Hanya saja pada penerapan dan pemberian intervensi terapi nyeri non farmakologi diberikan hingga skala nyeri 6 atau tingkat nyeri sedang.

Nyeri yang disebabkan juga dapat di pengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal pada masing-masing lansia. Faktor internal antara lain usia, faktor genetik, jenis kelamin, faktor diet atau status kesehatan. Sedangkan faktor eksternal antara lain meliputi aktivitas kegiatan sehari-hari, beban kerja (Risnanto & Uswatun, 2014). Timbulnya nyeri juga bersifat subjektif dimana perasaan tidak nyaman dan perasaan nyeri setiap lansia berbeda-beda hanya lansia sendiri yang mengevaluasi terhadap tingkat nyeri (Sri, Devi, 2017). Sehingga untuk mengetahui hasil tingkat nyeri lansia *rheumatoid arthritis* sebelum diberikan kombinasi *back massage* dan kompres air hangat dilakukan *pre-test* dengan alat ukur tingkat nyeri VDS.

Tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* setelah diberikan kombinasi *back massage* dan kompres air hangat

Berdasarkan hasil pengukuran nyeri setelah diberikan kombinasi *back massage* dan kompres air hangat menunjukkan tidak nyeri sebanyak 3 responden dengan persentase 7,5%, nyeri ringan sebanyak 28 responden dengan persentase 70,0%. Sedangkan nyeri sedang sebanyak 9 responden dengan jumlah persentase 22,5% terdiri dari 9 responden mengalami nyeri pada skala 4. Dengan keterangan penurunan terjadinya berdasarkan tingkat skala nyeri tetapi sesuai gambar skala nyeri lembar (*Verbal Descriptor Scale*) VDS masuk dalam kode tingkat nyeri sedang. Hal ini 9 responden tetap pada tingkat nyeri sedang disebabkan oleh faktor lingkungan sekitar yang mengganggu responden saat berlangsungnya diberikan intervensi. Disimpulkan bahwa terdapat penurunan secara signifikan terhadap tingkat nyeri lansia *rheumatoid arthritis* setelah diberikan kombinasi *back massage* dan kompres air hangat. Perlakuan kombinasi *back massage* dan kompres air hangat banyak memberikan pengaruh penurunan tingkat nyeri setelah diberi perlakuan sebanyak 2 kali selama 20 menit.

Hasil penelitian tersebut didukung oleh penelitian (Rizka Mailani Putri, Amir Lutfi, 2020) dengan judul Pengaruh Terapi *Back Massage* Terhadap Penurunan Nyeri *Rheumatoid Arthritis* Pada Lansia. Dilihat dari nilai rata-rata skala tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia sebelum diberikan terapi *back massage* berada pada kategori nyeri sedang 4,97 standar deviasi 0,669. Tingkat skala nyeri setelah diberikan terapi *back massage* pada kategori nyeri ringan 3,27 dengan standar deviasi 0,868. Dimana pada kategori nyeri sedang terjadi penurunan yang signifikan dari sebelum (*pre-post*) pada kategori nyeri sedang dan setelah (*post-test*) yang dikategorikan nyeri ringan. Perbedaan dengan penelitian peneliti yaitu dalam penelitian tersebut hanya memberikan intervensi 1 variabel berupa terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia.

Pengaruh kombinasi *back massage* dan kompres air hangat terhadap tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di Kelurahan Karangayu

Nyeri pada lansia *rheumatoid arthritis* dipengaruhi oleh keadaan degenerasi pada area lutut dan ekstremitas bawah yang digunakan selama tubuh bertumpu pada sendi tersebut, menimbulkan nyeri selama dan setelah berjalan atau beraktivitas. Sendi akan mengalami inaktivitas dimana inaktivitas merupakan keadaan sendi sering terjadi kekakuan dan nyeri yang meningkat pada pagi hari setelah bangun tidur. Selain itu, perubahan suhu dapat menimbulkan rasa nyeri yang menyebabkan suhu dingin dan aktivitas dapat meningkatkan kekakuan sendi (Risnanto & Uswatun, 2014).

Nyeri secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan lansia dan membuat penderita seperti lansia seringkali takut dan akan membatasi untuk bergerak. Sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari dan dapat menurunkan produktivitasnya. Selain mengalami nyeri, keadaan mental lansia terganggu dalam menjalani hidupnya sehari-hari dan dapat mengganggu kenyamanan lansia (Kristanto, 2017). Oleh karena itu, rasa sakit ataupun nyeri yang dialami lansia perlu ditangani untuk memberikan kesempatan kepada lansia untuk istirahat dan merasakan nyaman, serta terpenuhinya kualitas hidup lansia yang optimal. Salah satu teknik non farmakologi yang dapat mengatasi nyeri *rheumatoid arthritis* yaitu *back massage* dan kompres air hangat.

Hasil analisis pengaruh kombinasi *back massage* dan kompres air hangat terhadap tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di Kelurahan Karangayu menunjukkan hasil *Wilcoxon* dengan nilai $p \text{ value} \leq 0,000$ ($\leq 0,05$) dengan kesimpulan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara kombinasi *back massage* dan kompres air hangat terhadap tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di

Kelurahan Karangayu.

Tingkat keefektifan dalam penurunan tingkat nyeri lansia *rheumatoid arthritis* berupa pemberian kombinasi *back massage* dan kompres air hangat lebih tinggi karena menggunakan 2 intervensi dalam menangani masalah tingkat nyeri. Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yang hanya menggunakan 1 intervensi saja berupa *back massage* maupun kompres air hangat. Berdasarkan hasil analisis penelitian ini yang menunjukkan hasil terdapat pengaruh yang signifikan. Sedangkan dalam penelitian (Hardiani, 2019) yang hanya menggunakan 1 intervensi berupa pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* di Desa Kotasan Kecamatan Galang. Hasil penelitian diperoleh *p value* sebesar 0,000 ($\leq 0,05$) yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini terdapat pengaruh yang signifikan pada kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* di Desa Kotasan Kecamatan Galang. Teknik manajemen nyeri yang dimodifikasi atau dikombinasi yaitu *back massage* dan kompres air hangat akan lebih efektif dalam penurunan rasa nyeri.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh kombinasi *back massage* dan kompres air hangat terhadap tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di Kelurahan Karangayu, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

Karakteristik lansia *rheumatoid arthritis* di Kelurahan Karangayu berdasarkan jenis kelamin laki-laki dengan jumlah responden mayoritas perempuan dengan jumlah . sedangkan usia *elderly* 60 – 74 tahun dan *old* 75 – 90 tahun dengan jumlah.

Gambaran tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* sebelum diberikan kombinasi *back massage* dan kompres air hangat pada lansia di Kelurahan Karangayu didapatkan responden dengan tidak ada nyeri sebanyak 0 responden, nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 4 responden (10,0%), nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 36 responden (90,0 %).

Gambaran tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* sesudah diberikan kombinasi *back massage* dan kompres air hangat pada lansia di Kelurahan Karangayu didapatkan responden dengan tidak nyeri skala 0 sebanyak 3 responden (7,5%), nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 28 responden (70,0%), nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 9 responden (22,5%).

Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan hasil *p value* 0,00 ($\leq 0,05$) dengan kesimpulan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara kombinasi *back massage* dan kompres air hangat terhadap tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia di Kelurahan Karangayu.

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dalam mempertahankan dan meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya pemberian intervensi secara benar. Dan lansia diberikan informasi kombinasi *back massage* dan kompres air hangat secara rutin sehingga dapat memahami pentingnya penerapan intervensi terhadap tingkat nyeri dengan cara penyuluhan. Bagi pendidikan keperawatan penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber *literature* keperawatan dan bahan informasi terutama kombinasi *back massage* dan kompres air hangat terhadap tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia. Untuk peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini

sebagai referensi dalam proses pembelajaran dan mengembangkan penelitian selanjutnya tentang metode penanganan tingkat nyeri *rheumatoid arthritis* pada lansia. Bagi peneliti selanjutnya dapat dikembangkan dengan memodifikasi intervensi sebelumnya seperti pemberian *back massage* dikombinasikan dengan pemberian intervensi lain yaitu relaksasi nafas dalam ataupun aromaterapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmawi, & Sugiarti. (2021). Pengaruh kompres air hangat terhadap kualitas nyeri sendi pada lansia di panti bina usia lanjut jayapura. *Healthy Papua*, 4(1), 206–212.
- BPS. (2021). Hasil Sensus Penduduk 2020 di Provinsi Jawa Tengah. Kementerian Dalam Negeri, 07, 1–11.
<https://semarangkota.bps.go.id/publication/2021/11/02/1531ed8c98e49b1ff32617f/profil-lansia-kota-semarang-2020.html>
- Favalli, E. G., Biggioggero, M., Crotti, C., Becciolini, A., Raimondo, M. G., & Meroni, P. L. (2019). Sex and Management of Rheumatoid Arthritis. *Clinical Reviews in Allergy and Immunology*, 56(3), 333-345.
<https://doi.org/10.1007/s12026-018-8672-5>
- Hardiani. (2019). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Yang Mengalami Reumatoid Arthritis Di Desa Kotasan Kecamatan Galang. *Kesehatan Gaya Hidup Modern Bisa Disebabkan Reumatik*, 4(1), 9–15.
- Kristanto. (2017). Pengaruh Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Reumatik Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Pembantu Karang Asem.
- Kristofferzon, M. L. (2015). Coping, Social Support and Quality of Life Over Time After Myocardial Infarction. *Journal of Advanced Nursing* 52(2):113-114.
- Muliawan, H., & W. R. C. Adi. (2017). *The Effectiveness Of Pain Management Of Non Pharmacology Warm Compres And Back Massage Therapy To A Decrease Of The Joint Pain Scale To Elderly at Nursing Home Of Wreda Pangesti Lawang*. *Nursing News*. 2(3). 653-662.
- Nuzul, A., Alini, & Sudiarti, P. E. (2020). Hubungan Nyeri Arthritis Rheumatoid Dengan Tingkat Kemandirian Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020. *Journal Ners*, 4(2), 90–95.
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners%0AHUBUNGAN>
- Pandji, Dewi. (2012). *Menembus Dunia Lansia*. Jakarta: PT. Alex Media Komputindo
- Pearce, EC. (2017). *Anatomi dan Fisiologi untuk Paramedis*. Jakarta: Gramedia.
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), 44(8).
<https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Rizka Mailani Putri, Amir Lutfi, A. (2020). JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science RHEUMATOID ARTHRITIS PADA LANSIA Kata Kunci : Lansia , Rheumatoid Arthritis , Terapi Back Massage. *Jurnal Ners LENTERA*, Vol. 5, No. 1, Maret 2017 *PENGALAMAN KELUARGA DALAM MERAWAT LANSIA DI RUMAH (STUDI FENOMENOLOGI)*, 4(23), 40–46.
- Saida, N. H., Setiawan, S., & Shalahuddin, I. (2019). Nonpharmacological

