

PENINGKATAN PENGETAHUAN KADER KESEHATAN MENGATASI NYERI SENDI LANSIA

Muhammad Syahwal^{1*}, Aluddin¹, Muhammad Uksim¹

¹Prodi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Kesehatan, Kendari

*Korespondensi: awaljhe@gmail.com

Dipublikasikan: 22 September 2024

ABSTRAK. Sekitar 713 ribu lansia di Indonesia mengalami nyeri sendi yang jika tidak ditangani dengan tepat menyebabkan aktifitas lansia terhambat dan semakin ketergantungan dengan orang lain, kondisi ini semakin memperburuk stigma lansia sebagai kelompok yang dipandang non produktif. Penanganan nyeri sendi pada lansia membutuhkan waktu yang cukup lama, sehingga terapi yang menggunakan pendekatan berbasis tanaman herbal seperti jahe dan bawang merah lebih disarankan. Wilayah kerja Puskesmas Ranomeeto Kabupaten Konawe Selatan mencakup 12 desa, dengan 36 kader lansia sebagai sumber daya pendukung dalam memberikan pelayanan kepada lebih dari 200 lansia yang sebagian besar mengalami nyeri sendi sehingga dibutuhkan peningkatan pengetahuan dalam mengatasi nyeri sendi melalui penyuluhan kesehatan. Peningkatan pengetahuan kader dan masyarakat diawali dengan penyampaian materi tentang kondisi fisiologis dan penyakit yang berkaitan dengan keluhan nyeri sendi, dilanjutkan dengan pengenalan tanaman lokal menggunakan jahe dan bawang merah yang bermanfaat dalam mengurangi nyeri sendi serta mekanisme kerjanya. Penilaian pengetahuan menggunakan kuesioner dengan kriteria pengetahuan terdiri dari: Sangat baik (>80%), Baik (>50-80%) dan Kurang (\leq 50%). Hasil kegiatan menunjukkan pengetahuan responden sebelum diberi penyuluhan kesehatan, frekuensi tertinggi adalah kategori Baik sebanyak 24 orang (66,7%) sedangkan frekuensi terendah adalah kategori Sangat Baik sebanyak 4 orang (11,1%). Selanjutnya terjadi perubahan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan dimana 27,8% responden berada pada kategori Baik dan 72,2% responden berada pada kategori pengetahuan Sangat Baik. Faktor yang dianggap berkontribusi terhadap pengetahuan kader adalah tingkat pendidikan dimana sebagian besar berlatar belakang pendidikan SMA/ sederajat sebanyak 27 orang (75,0%) dan selanjutnya adalah faktor umur yang didominasi 35-45 tahun sebanyak 24 orang (66,7%). Kesimpulan kegiatan bahwa penyuluhan kesehatan meningkatkan pengetahuan kader tentang nyeri sendi pada lansia serta upaya penanganannya.

Kata kunci: Pengetahuan, Kader, Nyeri Sendi, lansia

ABSTRACT. Around 713 thousand elderly people in Indonesia experience joint pain, which, if not properly managed, can hinder their activities and increase their dependence on others. This condition worsens the stigma against the elderly as a non-productive group. Managing joint pain in the elderly requires considerable time, thus therapies using herbal plant-based approaches like ginger and shallots are recommended. The operational area of the Ranomeeto Community Health Center in South Konawe Regency covers 12 villages, with 36 elderly volunteers supporting the care of over 200 seniors, many of whom suffer from joint pain. There is a need to enhance knowledge about managing joint pain through health education. This effort begins with educating volunteers and the community about the physiological conditions and diseases related to joint pain, followed by introducing locally available plants like ginger and shallots that are beneficial in reducing joint pain and their mechanisms of action. Knowledge assessment was conducted using a questionnaire categorized as Very Good (>80%), Good (>50-80%), and Poor (\leq 50%). Before health education, most respondents had Good knowledge (66.7%), with the lowest in the Very Good category (11.1%). After the sessions, knowledge improved significantly, with 27.8% in the Good category and 72.2% in the Very Good category. Education level, mostly high school or equivalent (75.0%), and age group, predominantly 35-45 years old (66.7%), were considered contributing factors to this improvement. In conclusion,

health education significantly increased the knowledge of volunteers regarding joint pain in the elderly and its management efforts.

Keywords: Knowledge, Carde, Joint Pain, Elderly

1. PENDAHULUAN

Diperkirakan 18 juta orang mengalami penyakit yang berhubungan dengan nyeri sendi, 713 ribu di antaranya diketahui terjadi di Indonesia (Chairani, 2015; Kementerian Kesehatan RI, 2018; World Health Organization, 2023). Penanganan nyeri sendi yang kurang baik, dapat menimbulkan masalah baru dan semakin mengganggu seiring bertambahnya usia. Radang persendian juga sering kali disertai kekakuan sendi dengan gejala yang terus berulang (Miu & Chan, 2014; Nurarif, Amin Huda; Kusuma, 2015; Widyaningrum & Umam, 2020). Penanganan nyeri sendi pada lansia membutuhkan waktu yang cukup lama, sehingga pilihan terapi menggunakan pendekatan tanaman herbal lebih disarankan. Pertimbangan lainnya adalah terapi obat kimia memiliki potensi tinggi menyebabkan ketergantungan dan dapat memengaruhi fungsi tubuh yang sudah menurun (Dewi et al., 2020; Muhith & Siyoto, 2016).

Tanaman jahe (*Zingiber officinale var. amarum*) dan bawang merah (*Allium cepa L. var. aggregatum*) adalah jenis tanaman yang terbukti secara ilmiah mampu mengurangi nyeri karena kandungan *flavonoid*, *gingerol* dan *shogaol* pada jahe dan kandungan senyawa aktif *kaemferol* menghasilkan sensasi hangat dan efek analgesik (Fitaloka, 2021; Kuswardhani, 2016). Sensasi hangat pada area nyeri akan melebarkan pembuluh darah, sehingga sirkulasi darah menjadi lancar, otot berkontraksi dan nyeri berangsur-angsur menurun. Terapi menggunakan suhu hangat juga lebih nyaman dalam mengurangi nyeri dibanding terapi lain yang menggunakan suhu dingin (Andreinie, 2016; Anugraheni & Wahyuningsih, 2013).

Penguatan kesehatan lansia juga didukung oleh berbagai program pemerintah, yang mendorong masyarakat untuk terus meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan dalam meningkatkan kualitas hidup mereka (Kemenkes RI, 2019). Seperti halnya yang dilakukan oleh petugas kesehatan di Wilayah kerja Puskesmas Ranomeeto mencakup 12 desa, dengan 36 kader lansia sebagai sumber daya pendukung dalam memberikan pelayanan kepada lebih dari 200 lansia dimana nyeri sendi menjadi salah satu masalah utama yang memerlukan perhatian serius.

Sebagian besar penderita nyeri sendi di wilayah ini hanya mengandalkan terapi farmakologi yang diberikan saat mereka berobat di Puskesmas Ranomemeto. Padahal, disekitar tempat tinggalnya terdapat tanaman jahe dan bawang merah yang berpotensi dimanfaatkan sebagai terapi alami untuk mengurangi nyeri sendi, namun pengetahuan kader serta masyarakat penderita nyeri sendi dalam memanfaatkan tanaman sebagai bahan terapi masih sangat terbatas sehingga kegiatan-kegiatan pelatihan sangat diperlukan untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang kesehatan, serta untuk meningkatkan kemandirian masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan dengan memanfaatkan berbagai jenis tanaman.

2. METODE

Pelaksanaan kegiatan pelatihan kader kesehatan diawali dengan melakukan pemetaan masalah, konsultasi dan koordinasi dengan pihak mitra dalam hal pelibatan SDM puskesmas dan kader lansia yang akan dilibatkan pada kegiatan ini. Peningkatan pengetahuan kader melalui penyampaian materi tentang kondisi fisiologis dan penyakit yang berkaitan dengan keluhan nyeri sendi, dilanjutkan dengan pengenalan tanaman jahe dan bawang merah yang bermanfaat dalam mengurangi nyeri sendi serta mekanisme kerjanya. Penilaian pengetahuan menggunakan kuisioner, kriteria pengetahuan terdiri dari: Sangat baik (>80%), Baik (>50-80%) dan Kurang (\leq 50%). Evaluasi pengetahuan dilakukan dengan membandingkan skor nilai sebelum dan setelah diberikan penyuluhan kesehatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil pre-post test pengetahuan kader lansia (n=36)

Pengetahuan kader lansia	Pre test		Post test	
	n	%	n	%
Kurang	8	5,6	0	0,0
Baik	24	66,7	10	27,8
Sangat Baik	4	11,1	26	72,2
Total	36	100	36	100

Tabel diatas menggambarkan pengetahuan responden sebelum diberi penyuluhan kesehatan, frekuensi tertinggi adalah kategori Baik sebanyak 24 orang (66,7%) sedangkan frekuensi terendah adalah kategori Sangat Baik sebanyak 4 orang (11,1%). Selanjutnya terjadi perubahan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan dimana 27,8% responden berada pada kategori Baik dan 72,2% responden berada pada kategori Sangat Baik.

Beberapa faktor dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya adalah tingkat pendidikan dan umur (Notoatmodjo, 2018), jika dikaitkan dengan perubahan pengetahuan kader mengenai manajemen nyeri sendi memanfaatkan serai merah diketahui bahwa tingkat pendidikan kader sebagian besar berlatar belakang pendidikan SMA/ sederajat sebanyak 27 orang (75,0%) dan berpendidikan tinggi (Diploma dan Sarjana) sebanyak 9 orang (25,0%). Pendidikan juga merupakan suatu upaya meningkatkan sumber daya manusia, pendidikan yang tinggi akan meningkat wawasan pengetahuan dan membawa perubahan sikap dan perilaku, umumnya makin tinggi pendidikan seseorang menyebabkan semakin mudah diarahkan untuk berperilaku positif dan lebih terbuka menerima informasi (Anggraini et al., 2018; Mukhlis & Karminingtyas, 2021).

Tingkat pengetahuan ibu juga dipengaruhi oleh faktor umur responden yang didominasi umur 35-45 tahun yakni 24 orang (66,7%), rentang usia ini merupakan rentang usia dewasa akhir dimana kemampuan otak telah berfungsi dengan baik sehingga seseorang akan mampu berpikir logis, semakin matang umur seseorang maka tingkatan kemampuan

seseorang dalam mengambil keputusan dan menguraikan sebuah informasi juga akan semakin lebih baik (Notoatmodjo, 2018).



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan penyuluhan dan simulasi tindakan

4. SIMPULAN

Penyuluhan kesehatan menghasilkan peningkatan pengetahuan tentang terapi nyeri sendi dan penanganannya, dimana 10 orang (27,8%) kader memperoleh kategori pengetahuan Baik dan 72,2% kader lainnya pada kategori pengetahuan Sangat Baik.

REFERENSI

- Andreinie, R. (2016). Analysis of the Effectiveness of Warm Compresses for Reducing Labor Pain. *RAKERNAS AIPKEMA : Scientific Meeting of Research and Community Service Results*, 2(1), 311–317.
- Anggraini, N. R. F., Hariyanto, T., & Warsono. (2018). Perbedaan Tingkat Pengetahuan Tentang Diabetes Mellitus (DM) Tipe II Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi dengan Media Audio Visual pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Dusun Sentong Desa Karangduren Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang. *Nursing News*, 3(1), 492–500.
- Anugraheni, V. M. D., & Wahyuningsih, A. (2013). Jurnal STIKES. *Efektivitas Kompres Hangat Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Dysmenorrhea Pada Mahasiswi STIKES RS Baptis Kediri*, 6(1), 1–10.
- Chairani, S. U. B. (2015). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Arthritis Gout Pada Lanjut Usia Di Kampung Tegalgendu Kecamatan Kotagede Yogyakarta. *Repository Universitas Andalas*.
- Dewi, M., Sovia, S., & Adha, P. D. (2020). Efektifitas Terapi Rendam Air Hangat dengan Garam terhadap Skala Nyeri Arthritis Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(3), 862. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i3.1070>
- Fitaloka, D. T. (2021). *Rimpang Tanaman Jahe (Zingiber officinale) Sebagai Analgetik*. Universitas Bhakti Kencana.
- Kemendes RI. (2019). Materi Komunikasi, Informasi, Dan Edukasi Pedoman Puskesmas Dalam Pemberdayaan Lanjut Usia. In *Kementerian Kesehatan RI* (Vol. 561, Issue 3). Direktorat Kesehatan Keluarga Dirjen Kesehatan Masyarakat Kemendes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar* (D. H. Tjandrarini & B. A. Bowo (eds.)). Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan.
- Kuswardhani, D. S. (2016). *Seri Apotek Dapur: Sehat Tanpa Obat Dengan Bawang Merah Bawang Putih*. Andi Publisher.
- Miu, D. K. Y., & Chan, K. C. (2014). Under-detection of pain in elderly nursing home residents with moderate to severe dementia. *Journal of Clinical Gerontology and Geriatrics*, 5(1), 23–27. <https://doi.org/10.1016/j.jcgg.2013.09.001>

- Muhith, A., & Siyoto, sandu. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik* (putri christian (ed.)). CV Adi Offset.
- Mukhlis, S. H., & Karminingtyas, S. R. (2021). Tingkat Pengetahuan Masyarakat tentang Covid-19 dan Perilaku Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, 4(2), 491. <https://doi.org/10.35473/ijpnp.v4i2.1301>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurarif, Amin Huda; Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC Jilid 2*. Mediacion.
- Widyaningrum, D. A., & Umam, F. N. (2020). Pengaruh Nyeri Sendi Terhadap Kualitas Tidur dan Kualitas Hidup Pada Lansia Penderita Osteoarthritis. *Jurnal Keperawatan*, 12(2).
- World Health Organization. (2023). *Arthritis reumatoid*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/rheumatoid-arthritis>