



PENDIDIKAN KESEHATAN KADER LANSIA TENTANG PENANGANAN NYERI ARTHRITIS MENGGUNAKAN STIMULASI KUTANEUS DAN PEMANFAATAN TOGA DAUN SALAM

Anis Murniati^{1*}, Indah Rohmawati¹, Hizbullah Huda²

¹STIKES Utama Abdi Husada Tulungagung, Jl Dr. Wahidin Sudiro Husodo Kedung Indah, Kedungwaru, Tulungagung, Jawa Timur 66224, Indonesia

²RSUD dr Iskak Tulungagung, Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo, Kedung Taman, Kedungwaru, Tulungagung, Jawa Timur 66223, Indonesia

*anismurniati85@gmail.com

ABSTRAK

Arthritis merupakan peradangan sendi yang dapat disebabkan oleh berbagai penyakit misalnya osteoarthritis, gout arthritis maupun rheumatoid arthritis. Pada kebanyakan masyarakat belum mengetahui apa itu nyeri arthritis sehingga tidak dilakukan terapi yang tepat dan berdampak pada semakin parahnya peradangan dan nyeri yang timbul. Kader Lansia memiliki peran yang penting dalam pemberian konseling pada masyarakat saat pelaksanaan posyandu lansia sehingga perlu diberikan pendidikan kesehatan tentang penanganan sederhana berbagai masalah kesehatan yang sering timbul pada masyarakat salah satunya nyeri arthritis. Studi ini bertujuan untuk memberikan pendidikan kesehatan pada kader lansia di kabupaten Tulungagung mengenai penanganan nyeri arthritis menggunakan stimulasi kutaneus dan pemanfaatan toga daun salam. Metode pengabdian masyarakat dilakukan pada 40 kader lansia. Tahap persiapan dengan melakukan pertemuan dengan kader lansia, tahap ini bertujuan untuk menentukan skala prioritas masalah dan membuat perencanaan kegiatan yang akan diterapkan kemudian melakukan pre test kader untuk mengetahui pengetahuan penanganan arthritis, kemudian tahap pelaksanaan yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan penanganan arthritis dengan stimulus cutaneus, penanganan arthritis dengan pemanfaatan toga daun salam, selanjutnya evaluasi kegiatan dilakukan dengan cara melakukan post test pengetahuan kader lansia tentang penanganan arthritis dengan stimulus cutaneus, penanganan arthritis dengan pemanfaatan toga daun salam dan pendidikan kesehatan pengolahan daun salam. Pemberian pendidikan kesehatan metode ceramah dengan media powerpoint dan video tutorial.

Kata kunci: kader lansia; nyeri arthritis; stimulasi kutaneus; toga daun salam

TRAINING OF ELDERLY CADRES ON ARTHRITIS PAIN MANAGEMENT USING CUTANEOUS STIMULATION AND THE USE OF BAY LEAF TOGA

ABSTRACT

Arthritis is inflammation of the joints which can be caused by various diseases such as osteoarthritis, gouty arthritis or rheumatoid arthritis. Most people don't know what arthritis pain is so proper therapy is not carried out and this results in increasingly severe inflammation and pain. Elderly cadres have an important role in providing counseling to the community during the implementation of the elderly posyandu, so it is necessary to provide health education about simple treatment of various health problems that often arise in the community, one of which is arthritis pain. This study aims to provide health education to elderly cadres in Tulungagung district regarding the treatment of arthritis pain using cutaneous stimulation and the use of bay leaf toga. The community service method was carried out on 40 elderly cadres. The preparation stage involves holding meetings with elderly cadres, this stage aims to determine the priority scale of the problem and plan the activities that will be implemented, then carry out

a pre-test for cadres to find out knowledge of arthritis treatment, then the implementation stage is by providing health education on arthritis treatment with cutaneous stimulus, treatment arthritis by using the bay leaf toga, then the activity evaluation was carried out by conducting a post test on the knowledge of elderly cadres about treating arthritis with cutaneous stimuli, treating arthritis by using the bay leaf toga and health education on processing bay leaves. Providing health education using the lecture method using powerpoint and video tutorials.

Keywords: arthritis pain; bay leaf toga; cutaneous stimulation; elderly cadres

PENDAHULUAN

Arthritis adalah peradangan yang terjadi pada sendi atau mengenai semua bagian sendi seperti jaringan ikat, synovial, tulang rawan, tulang keras atau bagian lain pada sendi yang dapat menyebabkan kerusakan sendi. Penyakit ini biasanya muncul pada usia 40 tahun keatas dengan derajat ringan sampai berat sesuai pertambahan usia yang semakin meningkat mortalitasnya pada usia lansia serta perkembangan penyakit (Platini et al., 2018). Penyakit ini tiga kali lebih banyak terjadi pada kaum wanita. Artritis terutama menyerang persendian kecil dan besar (simetris), biasanya terdapat di jari tangan, lutut, siku, dan tumit. Artritis inflamasi adalah sekelompok radang sendi yang disertai nyeri, bengkak, hangat, nyeri, dan kekakuan pada sendi selama satu jam. Sebagian besar jenis peradangan arthritis bersifat sistemik, sehingga gejala peradangan dapat terjadi di bagian tubuh lain, seperti ruam kulit, radang mata, rambut rontok, mulut kering, dan demam. Ini dapat menyebabkan iritasi pada sendi, yang melemahkan tulang rawan dan membengkakkan sinovium karena jumlah sel dan zat inflamasi yang meningkat di dalam sendi (Poudel et al., 2024). Tanda gejalanya dapat diketahui dengan adanya peradangan sehingga terjadi pembengkakan yang disertai nyeri. Proses peradangan yang terjadi dalam jangka waktu lama akan menyebabkan kerusakan bagian dalam sendi. Sehingga semakin memperparah nyeri. (Rutter-Locher et al., 2023).

Nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual maupun potensial. Nyeri merupakan mekanisme fisiologis yang bertujuan untuk melindungi diri dan sebagai tanda peringatan bahwa terjadi kerusakan jaringan. Nyeri pada pasien artritis merupakan suatu akibat dari pengapuran sendi atau akibat penyakit lain yang disertai peradangan dan pembengkakan. Karakteristik nyeri artritis yaitu terjadi kekakuan pada sendi di pagi hari kurang lebih 1 jam, terdapat peradangan pada tiga atau lebih sendi, dan terasa nyeri pada sendi bila digerakkan (Trachsel et al., 2024). Dampak jangka panjang dari arthritis adalah terjadinya kerusakan sendi dan disabilitas yang banyak mengenai penduduk pada usia produktif sehingga memberi dampak sosial dan ekonomi yang besar, disabilitas ditemukan pada sekitar 60% pasien arthritis, sehingga berdampak pasien tidak dapat bekerja, setelah 10 tahun timbulnya gejala. Data mortalitas pada pasien arthritis juga didapatkan peningkatan secara signifikan, dengan angka harapan hidup berkurang dengan rata-rata 7 tahun untuk laki-laki dan 3 tahun pada wanita dibandingkan dengan populasi normal (Rudi Hidayat dkk, 2021).

Penanganan yang dapat diberikan pada nyeri arthritis dapat dilakukan secara farmakologis menggunakan analgesik akan tetapi karena nyeri bersifat kronis maka diperlukan konsumsi obat dalam jangka lama sehingga dapat berdampak pada hati dan ginjal. Terapi lain dapat dengan nonfarmakologis antara lain menggunakan stimulus cutaneus. Hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh body surface somatosensory stimulation terhadap intensitas nyeri

osteoarthritis sendi lutut didapatkan hasil signifikan dan terbukti dapat menurunkan nyeri penderita osteoarthritis, sehingga berdasarkan hasil penelitian tersebut akan diaplikasikan dalam kegiatan pengabdian Masyarakat. Selain itu hasil penelitian lain tentang khasiat daun salam dalam menurunkan nyeri osteoarthritis juga terbukti memiliki pengaruh sehingga hasil tersebut kami aplikasikan dalam pengabdian Masyarakat ini.

Ketika nyeri pada penderita arthritis menyerang perlu penanganan segera agar tidak menjadi lebih parah sehingga diperlukan pengetahuan yang baik mengenai penanganan nyeri arthritis. Dampak dari kurangnya pengetahuan masyarakat tentang mengatasi nyeri sendi akan berpengaruh pada berbagai hal yaitu tidak tepatnya cara penanganan saat nyeri, tidak tepatnya dalam pemberian obat, dan masyarakat cenderung menganggap ringan terhadap penyakit ini. Seorang penderita arthritis yang tidak mendapatkan pengobatan yang benar menyebabkan perkembangan penyakit akan terus berjalan dan kesakitan penderitapun akan berlanjut dan dapat menimbulkan kerusakan fungsi, kecacatan permanen pada tubuh bahkan kematian bagi penderitanya (Platini et al., 2018; Poudel et al., 2024). Selain itu masyarakat terkadang juga melakukan penanganan dengan terapi non farmakologis dengan pijat yang justru memperparah inflamasi atau penggunaan bahan alam seperti daun mimba tanpa mengetahui cara pengolahan yang benar dan dosis yang tepat sehingga bisa berdampak pada toksisitas terapi (Anis Murniati et al., 2024). Untuk mengatasinya perlu di berikan sebuah informasi atau pengetahuan berupa HE (Health Education) tentang penanganan arthritis dengan stimulasi kutaneus dan pemanfaatan toga daun salam yang benar dan dosis terapi yang tepat. Pada pengabdian masyarakat ini target adalah kader lansia yang sering berhubungan langsung dengan kegiatan-kegiatan lansia sehingga nantinya diharapkan dapat memberikan arahan dan penyuluhan tentang penanganan arthritis dengan stimulasi kutaneus dan pemanfaatan toga daun salam pada kader lansia.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada kader lansia di Kabupaten Tulungagung sebanyak 40 orang. Kegiatan ini dilakukan dengan cara dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan kemudian memberikan pendidikan kesehatan kepada kader lansia berupa penjelasan teknik stimulasi kutaneus dan cara pengolahan toga daun salam dengan dosis tepat menggunakan metode ceramah dengan media powerpoint dan video tutorial, setelah itu dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan kader setelah diberikan pendidikan Kesehatan. Adapun langkah-langkahnya yaitu :

- a. Tahap persiapan dengan melakukan pertemuan dengan kader lansia, tahap ini bertujuan untuk menentukan skala prioritas masalah dan membuat perencanaan kegiatan yang akan diterapkan kemudian melakukan pre test kader untuk mengetahui pengetahuan tentang arthritis dan penanganan arthritis
- b. Tahap pelaksanaan yaitu dengan memberikan penjelasan tentang penyakit arthritis secara umum, memberikan pendidikan kesehatan penanganan arthritis dengan stimulus cutaneus, penanganan arthritis dengan pemanfaatan toga daun salam dan pendidikan kesehatan pengolahan daun salam
- c. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan cara melakukan post test pengetahuan kader lansia tentang arthritis secara umum, penanganan arthritis dengan stimulus cutaneus, penanganan arthritis dengan pemanfaatan toga daun salam dan pendidikan kesehatan pengolahan daun salam

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan kesehatan tentang penanganan arthritis pada kader lansia di kabupaten Tulungagung dilakukan pengukuran tingkat keberhasilan pemahaman dan peningkatan pengetahuan kader terhadap penanganan arthritis dijelaskan dalam nilai pre-post test. Nilai pre test merupakan penilaian sebelum diberikan pendidikan kesehatan sedangkan nilai post-test adalah nilai setelah diberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan kepada kader ditampilkan dalam gambar berikut:



Gambar 1 dokumentasi pendidikan kesehatan kader lansia

Secara umum kegiatan berjalan lancar hal ini terlihat dari antusiasme dan keaktifan kader selama kegiatan berlangsung dan dari banyaknya jumlah peserta yang datang tiap pemberian materi yaitu sejumlah 40 kader lansia. Kegiatan diawali dengan pretest untuk mengetahui pengetahuan awal kader sebelum dilakukan pendidikan kesehatan. Adapun hasil pengukuran pengetahuan kader saat pretest sebagai berikut:

Tabel 1.

Tingkat pengetahuan kader lansia sebelum pendidikan kesehatan

Tingkat Pengetahuan	f	%
Kurang	19	47,5
Sedang	15	37,5
Baik	6	15

Tabel 1 tingkat pengetahuan kader lansia tentang penanganan arthritis sebelum diberikan pendidikan kesehatan hampir setengahnya sebanyak 19 responden (47,5%) memiliki tingkat pengetahuan kurang. Kata "tahu" adalah asal dari istilah "pengetahuan". Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, "tahu" berarti mengerti sesudah melihat (menyaksikan, mengalami, dan sebagainya), mengenal, dan mengerti, mendefinisikan pengetahuan sebagai semua yang diketahui berdasarkan pengalaman manusia dan akan berkembang seiring dengan proses pengalaman (Mubarak, 2011). Pengetahuan, menurut Bloom, adalah hasil dari tahu, yang terjadi setelah individu melakukan penginderaan terhadap sesuatu. Panca indra manusia, yang terdiri dari penciuman, rasa, pendengaran, penglihatan, dan raba, bertanggung jawab atas penginderaan. Telinga dan mata adalah sumber utama pengetahuan manusia. Tindakan (overt behavior) seseorang sangat dipengaruhi oleh pengetahuan mereka. Menurut penelitian tertulis, perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih lama bertahan dari perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Agus Cahyono et al., 2019).

Hasil pretest menunjukkan hasil yang berbeda-beda antar kader lansia, akan tetapi data terbanyak pengetahuan kader sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah dalam kategori tingkat pengetahuan rendah yaitu hampir setengahnya sebanyak 19 responden (47,5%) sehingga memang

dirasa perlu untuk dilakukan pendidikan kesehatan kepada kader agar terjadi peningkatan pengetahuan tentang penanganan arthritis, dengan harapan dapat disampaikan pada lansia agar nantinya lansia dapat dengan mandiri melakukan intervensi di rumah dan dapat mengurangi masalah yang muncul akibat arthritis sehingga kualitas hidup lansia meningkat.

Tabel 2.

Tingkat pengetahuan kader lansia sesudah pendidikan kesehatan		
Tingkat Pengetahuan	f	%
Sedang	14	35
Baik	26	65

Tabel 2 tingkat pengetahuan kader lansia tentang penanganan arthritis setelah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar sebanyak 26 responden (65%) memiliki tingkat pengetahuan baik. Pendidikan kesehatan adalah sebuah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara, dan meningkatkan taraf kesehatannya. Pendidikan kesehatan merupakan bentuk tindakan mandiri keperawatan untuk membantu klien baik individu, kelompok, maupun masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatannya melalui kegiatan pembelajaran yang didalamnya perawat sebagai perawat pendidik sesuai dengan tugas seorang perawat. Pendidikan kesehatan merupakan sebuah pemberian dukungan dengan cara memberikan informasi yang berkaitan dengan masalah kesehatan yang sedang dialami (Jurisa, 2014). Berdasarkan data hasil pengukuran setelah diberikan pendidikan kesehatan didapatkan peningkatan pengetahuan kader lansia tentang penanganan arthritis menggunakan stimulus cutaneus dan pemanfaatan toga daun mimba yaitu sebagian besar sebanyak 26 responden (65%) berada dalam kategori pengetahuan baik. Hasil pengujian pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan kader lansia didapatkan signifikansi 0,000 sehingga dapat dikatakan bahwa pendidikan kesehatan pada kader tersebut memiliki pengaruh yang besar terhadap peningkatan pengetahuan kader.

Hasil analisa data tentang peningkatan pengetahuan kader lansia tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ilan dkk yaitu tentang pengaruh antara pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan penyakit rematik pada lansia di RW 08 Dan 09 Puskesmas Griya Antapani dilakukan menggunakan uji non parametrik wilcoxon dan didapatkan hasil Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000 dengan kesimpulan pendidikan kesehatan memiliki pengaruh terhadap tingkat pengetahuan penyakit rematik pada lansia di RW 08 Dan 09 Puskesmas Griya Antapani (Purnama et al., n.d.). Selain hasil penelitian diatas juga sesuai dengan hasil pengabdian masyarakat lain yaitu Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung di Rumah Warga Masyarakat Pelem RT 02 / RW 13, Purwosari Kecamatan Wonogiri, Wonogiri, pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan lansia, terbukti pengetahuan lansia meningkat dari nilai rata rata 40,5 meningkat menjadi rata-rata 71, yang berarti bahwa pemberian informasi melalui pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan lansia (Marni, 2020). Kader lansia memiliki peran yang sangat penting sebagai ujung tombak di bidang kesehatan lansia. Kader sebagai *agent of change* yang merupakan salah satu bagian dari sistem. Seorang kader harus memiliki kemampuan untuk dapat mempengaruhi lansia dalam menjalankan fungsinya sebagai upaya meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup lansia. Agar kegiatan dan promosi kesehatan berjalan dengan baik maka perlu dukungan aktif kader, kader diharapkan dapat menjalankan perannya dalam upaya pembangunan kesehatan dengan memberikan dukungan dalam berbagai kegiatan pelayanan antara lain pengukuran tinggi dan berat badan, pengukuran tekanan darah, pengisian KMS (Kartu Menuju Sehat) memberikan penyuluhan atau

penyebarluasan informasi kesehatan, menggerakkan serta mengajak usia lanjut untuk hadir dan berpartisipasi dalam kegiatan posyandu lansia karena itulah kader dituntut untuk memiliki kemampuan membina, menuntun serta didukung oleh keterampilan dan berpengalaman, berdasarkan hal tersebut maka kader dituntut untuk memiliki kemampuan membina, menuntun serta didukung oleh keterampilan dan berpengalaman sehingga dianggap sangat perlu untuk mendapatkan pendidikan kesehatan dan pelatihan(Sarofah Ningsih et al., 2022)

Salah satu cara untuk memanfaatkan kegiatan kader lansia untuk memberikan program edukasi kesehatan adalah melalui penyuluhan, pelatihan, dan program khusus untuk lansia, sehingga sangat tepat untuk dilakukan pengabdian Masyarakat kepada kader lansia dengan harapan nantinya dapat disampaikan kepada lansia melalui program kerja kader untuk meningkatkan pengetahuan lansia dalam penanganan masalah kesehatan salah satunya mengenai penanganan arthritis(Chang et al., 2017).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat berdampak pada peningkatan pengetahuan kader lansia yang dibuktikan dengan data hasil pengukuran pengetahuan kader lansia sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan sehingga sangat diharapkan dilakukan peningkatan kegiatan-kegiatan pengabdian masyarakat seperti ini untuk meningkatkan peran serta kader dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan dan kualitas hidup lansia karena dalam menjalankan perannya kader dituntut untuk memiliki kemampuan membina, menuntun sehingga harus didukung oleh pengetahuan, keterampilan dan berpengalaman yang baik, sehingga sangat perlu dilakukan pembinaan kader kesehatan lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Cahyono, E., Studi Ilmu Keperawatan, P., Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, S., Korespondensi, A., Veteran Mancar, J., Peterongan, K., Jombang, K., & Timur, J. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. In Jurnal Keperawatan (Vol. 12, Issue 1).
- Marni, 2020. Peningkatan Pengetahuan Tentang Rematik Pada Lansia Di Desa Purwosari Wonogiri.
- Author, K., Murniati, A., Utama Abdi Husada Tulungagung, S., Masruroh, E., & Fuana, Y. (n.d.). Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Salam Sebagai Antiinflamasi Terhadap Nyeri Sendi Osteoarthritis (The Effect Of Consumption Bay Leaf Boiled As An Anti-Inflammatory Against Osteoarthritis Joint Pain). Jurnal Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban, 6(1), 30.
- Chang, K.-S., Tsai, W.-H., Tsai, C.-H., Yeh, H.-I., Chiu, P.-H., Chang, Y.-W., Chen, H.-Y., Tsai, J.-M., & Lee, S.-C. (2017). Effects of Health Education Programs for the Elders in Community Care Centers – Evaluated by Health Promotion Behaviors. *International Journal of Gerontology*, 11(2), 109–113. <https://doi.org/10.1016/j.ijge.2017.03.009>
- Hidayat, R. dkk. (2021). pengelolaan rheumatologi.
- Keperawatan, J. I., Jurisa, E., Keperawatanuniversitas, M., Kuala, S., & Aceh, B. (n.d.). Efektifitas Program Pendidikan Terhadap Pengetahuan Basic Life Support Pada Remaja

The Effectiveness of The Education Programs Toward The Student's Basic Life Support Knowledge.

- Platini, H., Maulana, I., & Rosidin, U. (2018). Self Management Program Of Client With Arthritis Literature Review. In *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada* (Vol. 18).
- Poudel, P., Goyal, A., & Lappin, S. L. (2024). Inflammatory Arthritis.
- Purnama, I., Fazriana, E., Solihin, A. H., Dharma, S., & Bandung, H. (n.d.). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Penyakit Rematik Pada Lansia Di Rw 08 Dan 09 Puskesmas Griya Antapani.
- Rutter-Locher, Z., Arumalla, N., Norton, S., Taams, L. S., Kirkham, B. W., & Bannister, K. (2023). A systematic review and meta-analysis of questionnaires to screen for pain sensitisation and neuropathic like pain in inflammatory arthritis. *Seminars in Arthritis and Rheumatism*, 61, 152207. <https://doi.org/10.1016/j.semarthrit.2023.152207>
- Sarofah Ningsih, E., Aisyah, S., Nur Rohmah, E., Nur Saida Sandana, K., & Kunci, K. (n.d.). Humantech Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia Peningkatan Peran Kader Dalam Posyandu Lansia.
- Trachsel, L. A., Munakomi, S., & Cascella, M. (2024). Pain Theory.

