



Pengaruh Kompres Hangat Serai Merah (*Cymbopogon Nardus*) terhadap Penurunan Skala Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Desa Latuhalat Kecamatan Nusaniwe

The Effect of Warm Red Citrai (Cymbopogon Nardus) Compres on Reducing the Scale Of Lower Back Pain in Fishermenin Latuhalat Village, Nusaniwe District

Dessy Latulette^{1*}, Sahrir Silehu², Yerry Soumokil³
^{1,2,3} STIKes Maluku Husada

Korespondensi penulis : Dessylatulette@gmail.com*

Article History:

Received: Juni 14, 2024;

Revised: Juni 30, 2024;

Accepted: Juli 16, 2024;

Published: Juli 31, 2024;

Keywords: Red Lemongrass Warm Compress, Pain, Lower Back

Abstract. Introduction: Low back pain is one of the most common musculoskeletal disorders in the world. In general, this pain is caused by muscle stretching and increasing age which will cause the intensity of exercise and movement to decrease. This will cause the back and abdominal muscles to become weak. Objective: In this study, to analyze the effect of warm compresses of red lemongrass (*cymbopogon nardus*) on reducing the scale of lower back pain in fishermen in Negeri Latuhalat, Nusaniwe District. Method: Using a one group pre test-post test design, this research design is included in the Pre-Experimental research type and the sample size is 56 fishermen using instruments in the form of SOPs and observation sheets. The analysis used is the Willcoxon test. Results: It was found that there was an effect of warm red lemongrass (*Cymbopogon nardus*) compresses on reducing the scale of lower back pain in fishermen ($p\text{-value} = 0.000$). Conclusion: There is an influence between the pain scale before and after being given a warm compress of red lemongrass (*cymbopogon nardus*) on reducing the scale of lower back pain in fishermen in Negeri Latuhalat, Nusaniwe District.

Abstrak

Pendahuluan: Nyeri punggung bawah merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang paling umum terjadi di dunia. secara umum nyeri ini disebabkan karena peregangan otot dan bertambahnya usia yang akan menyebabkan intensitas olahraga dan gerak semakin berkurang. Hal ini akan menyebabkan otot-otot punggung dan perut akan menjadi lemah. Tujuan : Dalam penelitian ini yaitu Untuk menganalisis Pengaruh Kompres hangat serai merah (*cymbopogon nardus*) terhadap penurunan skala nyeri punggung bawah pada Nelayan di Negeri Latuhalat Kecamatan Nusaniwe. Metode: Menggunakan desain *one group pre test- post test* desain penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian *Pre-Experimental* dan jumlah sampel sebanyak 56 nelayan dengan menggunakan Instrumen berupa SOP dan lembar observasi. Analisis yang digunakan yaitu uji *Willcoxon*. Hasil: Diperoleh adanya pengaruh Kompres hangat Serai merah (*cymbopogon nardus*) terhadap penurunan skala nyeri punggung bawah pada Nelayan ($p\text{-value} = 0.000$). Kesimpulan: Adanya pengaruh antara skala nyeri sebelum dan sesudah setelah diberikan Kompres hangat serai merah (*cymbopogon nardus*) terhadap penurunan skala nyeri punggung bawah pada nelayan di Negeri Latuhalat Kecamatan Nusaniwe.

Kata Kunci: Kompres hangat serai merah, nyeri, Punggung bawah

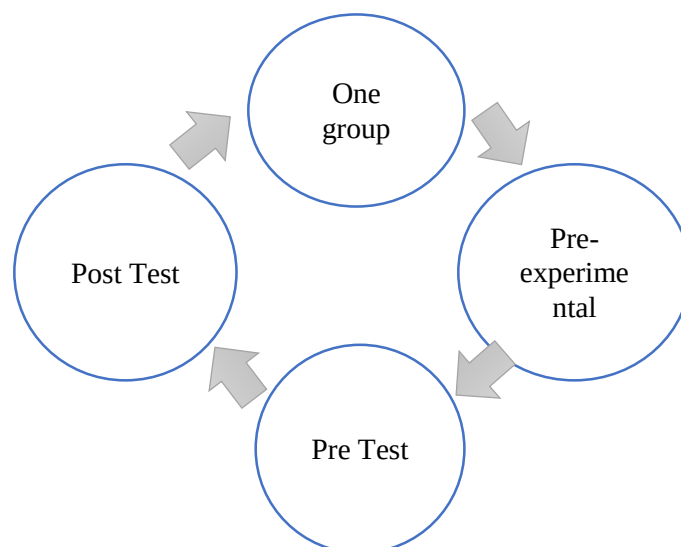
1. PENDAHULUAN

Nyeri punggung bawah merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang paling umum terjadi di dunia. Nyeri punggung nonspesifik merupakan jenis nyeri punggung bawah yang tidak memiliki penyebab tertentu (biasanya proses psikologis berperan khusus dalam rasa nyeri yang dialami) (Br Silitonga & Utami, 2021). *Low back pain* merupakan salah satu gangguan *muskuloskeletal* akibat dari *ergonomi* yang salah. Gejala utama *low back pain* adalah rasa nyeri di daerah tulang belakang bagian punggung. secara umum nyeri ini disebabkan karena peregangan otot dan bertambahnya usia yang akan menyebabkan intensitas olahraga dan gerak semakin berkurang. Hal ini akan menyebabkan otot-otot punggung dan perut akan menjadi lemah (Amin *et al.*, 2023)

2. METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One group Pre Test-Post Test* desain penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian Pre-Experimental. Jenis penelitian ini dilakukan dengan cara sebelum diberikan treatmen/perlakuan ,variabel diobservasi/diukur terlebih dahulu (pre-test) setelah itu dilakukan treatmen/perlakuan dan setelah treatmen,dilakukan pengukuran /observasi (Post-test).Dalam penelitian ini menggunakan satu kelompok perlakuan, dimana diberikan perlakuan kompres hangat yang bertujuan mengetahui pengaruh kompres hangat serai merah (*cymbopogon Nardus*) terhadap penurunan skala nyeri pada nelayan yang mengalami skala nyeri punggung bawah.

Contoh Diagram:



Gambar 1. Contoh Diagram

3. HASIL

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan *Kolmogrov smirnov* dengan bantuan SPSS sebagai berikut:

Tabel.1 Hasil Uji Normalitas Data Nelayan Di Negeri Latuhalat

Model	N	Sig	Keterangan
Skala nyeri Sebelum	56	0.000	Berdistribusi Tidak Normal
Skala nyeri Sesudah	56	0.000	Berdistribusi Tidak Normal

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan Uji Kolmogorov smirnov pada table diatas skala nyeri sebelum dan sesudah perlakuan diperoleh nilai signifikan $0.000 < 0.05$ yang berarti data berdistribusi tidak normal. Sehingga uji yang digunakan merupakan uji *nonparametric Wilcoxon* dengan nilai kemaknaan $< 0,05$.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Terhadap Skala nyeri Pada Nelayan Di Negeri Latuhalat

Skala Nyeri	N	Min	Max	Median	P= value
Hasil Pre Test	56	4	8	6	0.000
Hasil Post Test	56	1	6	3	

Berdasarkan uji wilcoxon diatas dapat diketahui 56 responden merasakan skala nyeri post-tes lebih baik dari pada pre-test. Nilai minimum dan maximum skala nyeri yang didapatkan sebelum diberikan Kompres 4-8 Sedangkan Nilai minimum dan maximum setelah diberikan kompres yaitu 1-6 .Nilai median pre post dan post-test yang yaitu 6-3 Singnifikasi pada *Wilcoxon test* menunjukan nilai *Pvalue* .000. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikasi lebih kecil dari $< 0,05$, sehingga hipotesis yang di terima yaitu H1 di yang berarti ada pengaruh kompres hangat serai merah terhadap penurunan skala nyeri punggung bawah pada Nelayan di Negeri Latuhalat Kecamatan Nusaniwe.

Contoh Tabel:

Tabel 3. Descriptive Statistics

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
56	1	6	3.25	1.443
56	2	4	3.66	.611
56	1	2	1.34	.478

4. DISKUSI

Menurut Yurida, dkk (2020) dalam Hesty *et.,al* (2023) perbedaan antara skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat ini terjadi karena responden diberikan perlakuan kompres hangat rebusan air serai dengan cara merebus daun serai setelah itu air rebusan serai di kompreskan ke bagian yang mengalami nyeri dan responden dapat mengurangi rasa nyeri tanpa meminum obat karena serai bersifat anti inflamasi sehingga dapat mengurangi nyeri. Pemberian air hangat memberikan rasa hangat pada seseorang dengan menggunakan cairan atau alat yang dapat memindahkan panas ketubuh sehingga dapat melancarkan aliran darah, mengurangi rasa sakit dan memberikan rasa nyaman dan meningkatkan aliran darah ke daerah sendi, dengan begitu proses radang dapat dikurangi dan sendi dapat berfungsi secara maksimal.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dalam mencari pengaruh kompres hangat serai merah (*cymbopogon nardus*) terhadap penurunan skala nyeri punggung bawah pada nelayan di negeri latuhalat kecamatan nusaniwe dapat disimpulkan sebagai berikut: Adanya pengaruh kompres hangat serai merah (*cymbopogon nardus*) terhadap penurunan skala nyeri punggung bawah pada nelayan di Negeri Latuhalat Kecamatan Nusaniwe

6. PENGAKUAN

Ucapan terima kasih ini penulis tujuikan kepada :

1. Hamdan Tunny S.Kep., M.Kes selaku Pembina Yayasan STIKes Maluku Husada.
2. Rasma Tunny, S.Sos selaku Ketua Yayasan STIKes Maluku Husada, yang telah menyediakan fasilitas-fasilitas kepada penulis selama menempuh pendidikan di STIKes Maluku Husada.
3. Dr. Sahrir Sillehu, S.KM., M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maluku Husada dan selaku Pembimbing I yang telah memberikan saran, masukan demi kesempurnaan skripsi ini.
4. Ira Sandi Tunny, S.Si., M.Kes selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maluku Husada .
5. Ns, Yerry Soumokil, S.Kep., M.Kes selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. DR.N.B.Marasabessy, S.Si., M.Kes selaku penguji I yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

7. Abd.Rizal Lapodi, S.Kep.,M.kes selaku penguji II yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh Staf dan dosen Pengajar di STIKes Maluku Husada terima kasih atas banyak ilmu yang diberikan pada penulis.

DAFTAR REFERENSI

- Amin, N. A., Muchsin, A. H., Khalid, N. F., Sam, A. D. P., & Rahmawati. (2023). Hubungan Lama dan Posisi Duduk dengan Kejadian Low Back Pain (LBP) pada Mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2019. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(4), 269–277. <https://doi.org/10.33096/fmj.v3i4.252>
- Br Silitonga, S. S., & Utami, T. N. (2021). Hubungan Usia dan Lama Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Kelurahan Belawan II. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 926–930. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i2.2194>
- Kasih, N. S., & Hamdani, I. (2023). Perbandingan Efektivitas Penilaian Skala Nyeri berdasarkan Visual Analog Scale (VAS), Verbal Rating Scale (VRS), dan Numeric Rating Scale (NRS) pada Pasien Pasca Operasi Sectio Caesarea (SC) di RSU Muhammadiyah Medan. *Jurnal Implementa Husada*, 4(4), 272–282. <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JIH/article/view/16741>