

EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT SERAI DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA LANSIA DENGAN *RHEUMATOID ARTHRITIS : LITERATUR REVIEW*

Oleh:

Nifah Nur Rohmah¹

Nina Pamela Sari,M.Kep²

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Alamat: JL. amansari No.KM 2, RW.5, Mulyasari, Kec. Tamansari, Kab. Tasikmalaya,
Jawa Barat (46196).

Korespondensi Penulis: nifah.nurrohmah2018@gmail.com,
ninapamelasari@gmail.com

Abstract. Rheumatoid arthritis (RA) is a chronic autoimmune condition that can worsen quality of life, especially in older adults. Although there are various ways to reduce pain, complementary therapies are increasingly popular, one of which is warm lemongrass compresses, which are considered safe, easy, and practical for daily care. This study used a systematic literature review guided by PRISMA to analyze the effectiveness of warm lemongrass compresses in elderly people with RA. The search was conducted on Google Scholar, Portal Garuda, PubMed, and ScienceDirect using relevant keywords. Of the 642 articles found, only six met the inclusion criteria and were analyzed narratively. The results of the analysis showed that warm lemongrass compresses were consistently able to reduce pain in elderly people with RA. This effect was due to a combination of muscle relaxation caused by heat and the essential oil content of lemongrass, which acts as a natural anti-inflammatory and pain reliever. This literature review confirms that warm lemongrass compresses are an effective non-pharmacological intervention for relieving pain in elderly people with RA. In addition to being effective, this therapy is easy to use, safe, and can complement conventional pain management by nurses. In conclusion, warm

Received November 12, 2025; Revised November 26, 2025; December 13, 2025

*Corresponding author: nifah.nurrohmah2018@gmail.com

EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT SERAI DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS : LITERATUR REVIEW

lemongrass compresses are beneficial in reducing pain levels in elderly individuals with rheumatoid arthritis and are recommended as part of a pain management strategy to enhance patient comfort

Keywords: *Rheumatoid Arthritis, Pain Intensity, Warm Lemongrass Compresses, Elderly*

Abstrak. *Rheumatoid Arthritis* (RA) adalah kondisi autoimun kronis yang dapat memperburuk kualitas hidup, khususnya pada lansia. Meskipun telah ada berbagai cara untuk mengurangi rasa sakitnya, terapi komplementer semakin diminati, salah satunya adalah kompres hangat serai yang dianggap aman, mudah, dan praktis untuk perawatan sehari-hari. Penelitian ini menggunakan systematic literature review dengan panduan PRISMA untuk menganalisis efektivitas kompres hangat serai pada lansia dengan RA. Penelusuran dilakukan pada Google Scholar, Portal Garuda, PubMed, dan ScienceDirect menggunakan kata kunci terkait. Dari 642 artikel yang ditemukan, hanya enam yang memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis secara naratif. Hasil analisis menunjukkan bahwa kompres hangat serai secara konsisten mampu mengurangi rasa sakit pada lansia dengan RA. Efek ini disebabkan kombinasi relaksasi otot akibat panas dan kandungan minyak esensial serai yang berfungsi sebagai antiinflamasi dan pereda nyeri alami. Kajian literatur ini menegaskan bahwa kompres hangat serai merupakan intervensi non-farmakologis yang efektif meredakan nyeri pada lansia RA. Selain efektif, terapi ini mudah digunakan, aman, dan dapat menjadi pelengkap penanganan nyeri konvensional oleh perawat. Sebagai kesimpulan, kompres hangat serai bermanfaat dalam mengurangi tingkat nyeri pada lansia yang menderita *Rheumatoid Arthritis* dan direkomendasikan sebagai bagian dari strategi manajemen nyeri untuk meningkatkan kenyamanan pasien.

Kata Kunci: *Arthritis Rhematoid, Intensitas nyeri, Kompres Serai Hangat, Lanjut Usia*

LATAR BELAKANG

Lansia mengalami transformasi fisik yang mempengaruhi semua sistem tubuh. Salah satu contohnya adalah penurunan kemampuan musculoskeletal. Seiring bertambahnya usia, massa otot berkurang, kekuatan otot menurun, dan secara keseluruhan, kartilago sendi mengalami kemunduran. Komponen kapsul sendi dapat

mengalami kerusakan, sementara kolagen dalam jaringan penyambung bertambah banyak seiring waktu. Jika tidak aktif, masalah ini dapat menyebabkan peradangan, rasa sakit, penurunan kemampuan bergerak sendi, dan deformasi. Sejalan dengan bertambahnya usia, tubuh manusia akan mengalami banyak perubahan, terutama di sistem muskuloskeletal dan jaringan yang berhubungan dengan potensi munculnya beberapa jenis rematik. (Stanley, 2016).

Salah satu jenis rematik yang paling umum dialami oleh orang lanjut usia adalah *Rheumatoid Arthritis*(RA). RA adalah tipe arthritis autoimun yang paling sering ditemui, di mana sistem kekebalan tubuh salah menyerang jaringan sehat, khususnya membran sinovial di persendian. Risiko untuk mengembangkan penyakit autoimun ini meningkat seiring bertambahnya usia, karena penuaan membawa perubahan pada sistem kekebalan yang menyebabkan peningkatan kerentanan terhadap gangguan autoimun. Dalam RA, aktifnya sistem imun memicu proses inflamasi yang berkepanjangan pada jaringan sinovial. Proses fagositosis yang terjadi menghasilkan enzim yang merusak kolagen, yang kemudian menyebabkan pembengkakan, peningkatan pertumbuhan membran sinovial, dan pembentukan pannus. Pannus ini dapat mengakibatkan erosi pada tulang rawan dan tulang subkondral, yang akhirnya mengurangi fungsionalitas sendi. Selain itu, perubahan degeneratif juga terjadi di jaringan otot, yang mengurangi elastisitas dan kekuatan otot, sehingga memperburuk masalah mobilitas (Smeltzer, 2017).

Tingkat beban penyakit RA di seluruh dunia menunjukkan angka yang cukup signifikan. Menurut laporan dari *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2017, sekitar 20% populasi global yang menderita penyakit rematik termasuk dalam kelompok *Rheumatoid Arthritis*. Angka ini meningkat menjadi 25% pada tahun 2019, yang menunjukkan adanya tren peningkatan jumlah penderita seiring waktu. RA tidak hanya menyebabkan rasa sakit dan pembatasan gerakan, tetapi juga dapat berpotensi menimbulkan kecacatan permanen akibat kerusakan sendi yang berlanjut. Di Indonesia, tingkat prevalensi RA tergolong tinggi, dengan estimasi berkisar antara 23,6% sampai 31,3%. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 juga mencatat bahwa sekitar 24,7% penduduk Indonesia mengalami *Rheumatoid Arthritis*, menunjukkan bahwa penyakit ini merupakan isu kesehatan masyarakat yang signifikan dan memerlukan perhatian khusus. (Doliarn'do, 2018).

EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT SERAI DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS : LITERATUR REVIEW

Keluhan utama yang dirasakan oleh pasien *Rheumatoid Arthritis* adalah nyeri sendi yang bersifat kronis dan sering mengganggu aktivitas sehari-hari. Penanganan nyeri yang tidak memadai bisa berujung pada penurunan kualitas hidup, pembatasan aktivitas fungsional, dan bahkan terjadinya komplikasi psikologis. Selain pengobatan dengan obat-obatan, metode nonfarmakologis semakin populer digunakan untuk membantu mengurangi intensitas nyeri, salah satunya adalah terapi kompres hangat. Terapi ini berfungsi melalui mekanisme vasodilatasi yang meningkatkan aliran darah setempat, mengurangi kejang otot, serta meningkatkan relaksasi jaringan, sehingga dapat mengurangi persepsi nyeri. (Maris dan Yuliana, 2016).

Penggunaan kompres hangat seringkali digabungkan dengan bahan herbal, termasuk serai (*Cymbopogon Citratus*). Serai adalah tanaman aromatik yang banyak ditemui di daerah tropis dan terkenal sebagai tanaman obat dalam pengobatan tradisional. Tanaman ini memiliki minyak atsiri yang mengandung berbagai senyawa aktif dengan sifat antiinflamasi, analgesik, serta memberikan sensasi hangat pada jaringan tubuh. Minyak atsiri yang terkandung dalam serai dapat meningkatkan sirkulasi darah dan memberikan efek relaksasi pada otot, sehingga efektif untuk meredakan nyeri otot dan sendi, termasuk pada pasien *Rheumatoid Arthritis*. Komponen kimia dalam serai, seperti sitral, geraniol, dan senyawa volatil lain, memiliki peran penting dalam memberikan efek antiinflamasi yang membantu mengurangi pembengkakan dan nyeri akibat proses peradangan kronis. (Widiyanto et al. , 2020)

Arthritis rheumatoid termasuk dalam kelompok penyakit autoimun yang bersifat progresif, dan jika tidak ditangani dengan benar, dapat berdampak pada berbagai organ tubuh lainnya. Penyakit ini ditandai oleh adanya peradangan kronis pada sendi, serta gejala sistemik seperti kelelahan, anemia, masalah tidur, hingga depresi. Peradangan yang berkepanjangan menyebabkan rasa sakit, kekakuan, dan pembengkakan pada sendi, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan penurunan fungsi sendi secara permanen akibat kerusakan pada tulang dan jaringan di sekitarnya. Kondisi ini berisiko menyebabkan kecacatan yang semakin parah, yang dapat sangat memengaruhi kemampuan mobilitas orang lanjut usia dan secara keseluruhan kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, dibutuhkan penanganan yang tepat, menyeluruh, dan berkelanjutan untuk mengurangi

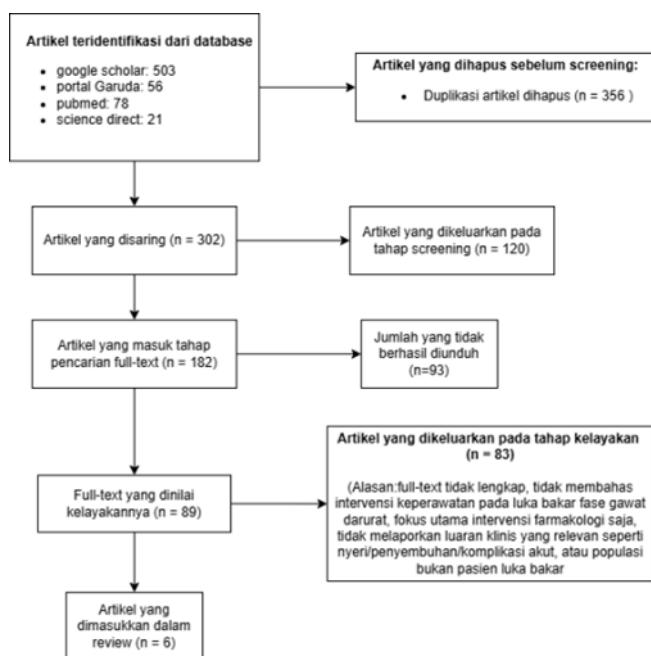
efek negatif penyakit ini dan membantu orang tua mempertahankan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari mereka. (Deri, 2016).

Dari berbagai penjelasan tersebut, nampak bahwa kompres hangat dari serai memiliki potensi sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang aman, mudah, dan terjangkau dalam mengurangi rasa nyeri pada lansia yang menderita *Rheumatoid Arthritis*. Oleh karenanya, penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut melalui studi literatur dengan judul “Efektivitas Kompres Hangat Serai Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthritis*”.

METODE PENELITIAN

Artikel ini disusun melalui kajian pustaka sistematis berpedoman pada protokol PRISMA untuk menyeleksi dan mengidentifikasi sumber. Pencarian dilakukan secara menyeluruh di berbagai basis data, baik nasional maupun internasional yaitu di Google Scholar, Portal Garuda, PubMed, dan ScienceDirect. Identifikasi awal menghasilkan 642 artikel dengan batasan waktu yang dipublikasikan antara tahun 2020 dan 2025, dengan menggunakan kata kunci “arthritis rematoid”, “intensitas nyeri”, “kompres serai hangat”, dan “lansia”. Setelah disaring berdasarkan judul, abstrak, serta kesesuaian dengan kriteria inklusi dan eksklusi, terpilih 6 artikel sebagai sampel penelitian. Artikel-artikel ini kemudian diringkas dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif untuk memberikan pemahaman yang komprehensif terkait karakteristik serta metode penelitian yang digunakan dalam setiap studi.

EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT SERAI DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS : LITERATUR REVIEW



Gambar 1. Proses Pencarian Jurnal

Tabel 1. Tabel Hasil Literature Review

No	Penulis, Tahun	Judul	Metode	Populasi dan Sampel	Hasil dan Uji Statistik	Kesimpulan
1.	Nurfitriai & Tina Yuli Fatmawati 2020	Pengaruh Kompres Serai Hangat terhadap Intensitas Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi	Design : Pre-experimental, one group pre-post test	Populasi: 43 lansia penderita <i>arthritis rheumatoid</i> di panti sosial Sampel: Sejumlah 15 penderita arthritis rheumatoid Teknik: purposive sampling	Hasil penelitian diperoleh intensitas nyeri Arthrtitis Rheumatoid lansia sebelum tindakan rata rata 6,90 dan setelah dilakukan tindakan nyeri berkurang menjadi rata rata 4,13. Uji Statistik : Uji Paired t-test	Terdapat pengaruh pemberian kompres serai hangat juga efektif terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia.
2.	Valentina Saalino, Olgrid Algarini Allo &	Pengaruh Kompres Hangat Air Serai terhadap	Design: Quasi eksperimental pre-post tes design.	Populasi : 21 orang lansia Sampel : 11 orang lansia penderita <i>arthritis rheumatoid</i>	Hasil penelitian diperoleh Sebelum intervensi :	Terdapat pengaruh signifikan kompres hangat air serai, dan juga efektif dalam menurunkan

	Martinus Tangga 2021	Penurunan Intensitas Nyeri <i>Arthritis Rheumatoid</i> pada Lansia di Lembang Embatau Kecamatan Tikala Tahun 2021		Teknik: purposive sampling	6 responden (54,5 %) mengalami nyeri sedang 5 responden (45,5%) mengalami nyeri ringan Setelah intervensi : 9 responden (81,8%) mengalami nyeri ringan 2 responden (18,2%) tidak nyeri Uji Statistik : Uji Paried Sampel T-test	intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia
3.	Ridha Hidayat 2020	Efektifitas Kompres Serai Hangat terhadap Penurunan Skala Nyeri <i>Arthritis Rheumatoid</i> pada Lansia di Desa Naumbai Wilayah Kerja Puskesmas Kampar	Design: Quasi eksperiment dengan one group pre test – post test design	Populasi : 127 lansia penderita <i>arthritis rheumatoid</i> Sampel : 33 orang lansia Teknik:purposive sampling	Hasil penelitian diperoleh Mean sebelum intervensi : 4,94 Mean sesudah intervensi : 2,97 Penurunan rata-rata : 1,97 Nilai p-value : 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah pemberian kompres serai hangat Uji Statistik : Uji T-test Devendent	Kompres serai hangat efektif menurunkan skala nyeri arthritis rheumatoid pada lansia.
4.	IGA Ratih Agustini, Si Putu Agung Ayu Pertiwi Dewi & Ni Kadek Ernawati 2021	Pengaruh Pemberian Kompres Serai Hangat terhadap Penurunan Intensitas Nyeri <i>Arthritis Rheumatoid</i> pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Desa Sukawati	Design : Pre-Experiment, one group pretest – post test design	Populasi : tidak tertulis Sampel : 30 orang lansia penderita <i>arthritis rheumatoid</i> Teknik:purposive sampling	Hasil penelitian diperoleh Sebelum pretest : 25 responden (83,3%) mengalami nyeri sedang (4-6) Setelah posttest : 26 responden (86,7%) mengalami nyeri ringan (1-3) Nilai Z-count : 5,385 p-value : 0,000 ($<0,05$) Menunjukkan adanya perbedaan signifikan sebelum	Terdapat pengaruh signifikan pemberian kompres serai hangat, juga efektif terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada lansia.

**EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT SERAI DALAM
MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA LANSIA DENGAN
RHEUMATOID ARTHRITIS : LITERATUR REVIEW**

					dan sesudah intervensi. Uji Statistik : Wilcoxon Sign Rank Test	
5.	Nurjannah & Tiara Desta Rahmawati 2024	Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Rebusan Air Serai terhadap Nyeri pada Lansia dengan <i>Arthritis Rheumatoid</i>	Design: Quasi Experimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design	Populasi : penderita <i>Rheumatoid Arthritis</i> di wilayah kerja puskesmas alang-alang lebar Palembang Sampel : 55 responden lansia penderita arthritis rheumatoid Teknik:purposive sampling	Hasil penelitian diperoleh Skor nyeri sebelum intervensi : median 6.00 (rentang 5-7) Skor nyeri setelah intervensi : median 4.00 (rentang 3-5) p-value : 0,000 (< 0.05) ada perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian kompres serai hangat. Uji Statistik : Uji Wilcoxon Signed Rank Test	Kompres hangat rebusan air serai berpengaruh signifikan menurunkan tingkat nyeri pada lansia dengan <i>Rheumatoid Arthritis</i> .
6.	Amelia Sarma & Syahfitri Adinda Riski 2021	Efektivitas Kompres Hangat Rebusan Air Serei terhadap Penurunan Nyeri <i>Rheumatoid Arthritis</i> pada Lansia di Puskesmas Deli Tua	Design: Eksperimen dengan Onegroup pretest-post tes design	Populasi : 30 orang lansia penderita arthritis rheumatoid Sampel : 20 orang responden Teknik:purposive sampling	Hasil penelitian diperoleh nilai rata-rata skala nyeri Sebelum interensi: Mean 2,25 Setelah intervensi : Mean 1,55 p-value : 0,006 (< 0,05) Ada perbedaan bermakna antara tingkat nyeri sebelum dan setelah pemberian kompres hangat rebusan air serai	Kompres hangat rebusan air serai efektif menurunkan intensitas nyeri <i>Rheumatoid Arthritis</i> pada lansia di Puskesmas Deli Tua.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari enam artikel tersebut, dua menggunakan desain pra-eksperimental, tiga menggunakan kuasi-eksperimental, dan satu artikel lainnya menggunakan eksperimen. Metode sampling yang digunakan di setiap artikel adalah purposive sampling. Berdasarkan analisis, semua penelitian menunjukkan konsistensi yang sangat tinggi bahwa penggunaan kompres hangat dari serai adalah metode nonfarmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri pada orang tua yang menderita *Rheumatoid Arthritis*. Penemuan ini tercatat di berbagai tempat, termasuk panti sosial, posyandu untuk lansia, dan area kerja puskesmas di sejumlah daerah, sehingga mengindikasikan bahwa metode ini bisa digunakan secara luas dan memberi manfaat yang cukup besar.

Secara keseluruhan, hasil penelitian mengungkapkan penurunan nyeri yang signifikan secara statistik setelah menggunakan kompres hangat serai. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nurfitria & Tina Yuli Fatmawati pada tahun 2020, terdapat penurunan rata-rata rasa nyeri dari 6,90 menjadi 4,13. Penelitian Valentina Saalino dan rekan-rekannya pada tahun 2021 menunjukkan perubahan yang jelas dari tingkat nyeri sedang menjadi nyeri ringan setelah intervensi, bahkan sebagian peserta tidak merasakan nyeri lagi. Penelitian Ridha Hidayat pada tahun 2020 menambahkan bukti dengan penurunan rata-rata nyeri dari 4,94 menjadi 2,97, menegaskan efektivitas intervensi ini. Di sisi lain, penelitian oleh IGA Ratih Agustini dan tim pada 2021 melaporkan bahwa 86,7% peserta merasakan penurunan nyeri hingga kategori ringan setelah penggunaan kompres hangat serai. Studi lain yang dilakukan oleh Nurjannah & Tiara Desta Rahmawati pada tahun 2024 mencatat penurunan median nyeri dari 6 menjadi 4, sementara penelitian Amelia Sarma & Syahfitri Adinda Riski pada 2021 menunjukkan penurunan nyeri dari 2,25 menjadi 1,55. Dengan demikian, semua penelitian menunjukkan bahwa kompres hangat serai memiliki efek analgesik yang penting bagi lansia.

Penjelasan temuan ini bisa dilihat melalui proses fisiologis dan kimia. Dari segi fisiologis, kompres hangat berfungsi melalui terapi panas, yang meningkatkan perluasan pembuluh darah lokal, memperbaiki sirkulasi darah, dan mengurangi kekakuan sendi dan spasme otot yang sering dialami oleh pengidap *Rheumatoid Arthritis*. Selain itu, panas dapat merangsang serat saraf A-beta yang mengurangi transmisi sinyal nyeri

EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT SERAI DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS : LITERATUR REVIEW

menggunakan mekanisme Teori Kontrol Pintu, sehingga persepsi rasa sakit bisa berkurang.

Dalam konteks herbal, serai mengandung senyawa bioaktif seperti citral, geraniol, myrcene, dan flavonoid yang berfungsi sebagai antiinflamasi, pereda nyeri, dan relaksasi otot. Senyawa-senyawa ini membantu mengatasi proses peradangan pada sendi, yang merupakan penyebab utama nyeri akibat *Rheumatoid Arthritis*. Gabungan efek panas dan kandungan kimia alami dalam serai menciptakan efek sinergis yang menyebabkan penurunan nyeri secara signifikan dalam waktu yang relatif singkat.

Penurunan nyeri yang teramat dalam berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan kompres hangat serai tidak hanya efektif dalam memberikan bantuan sementara, tetapi juga berpotensi untuk meningkatkan kemampuan bergerak, kenyamanan, dan kualitas hidup bagi lansia. Untuk lansia yang sebelumnya mengalami nyeri sedang hingga parah dan kesulitan dalam beraktivitas, mereka cenderung merasakan penurunan nyeri setelah intervensi, yang memungkinkan mereka melanjutkan kegiatan sehari-hari.

Selain efektif, kompres hangat serai memiliki keuntungan dalam hal kemudahan penggunaan, keamanan, biaya yang terjangkau, dan dapat dilakukan secara mandiri. Hal ini sangat penting, terutama untuk lansia yang tinggal di panti sosial atau komunitas yang memiliki akses terbatas ke layanan kesehatan. Metode ini juga bisa menjadi alternatif bagi lansia yang ingin mengurangi penggunaan obat analgesik jangka panjang yang dapat memiliki risiko efek samping, seperti gangguan ginjal, masalah pencernaan, dan kemungkinan ketergantungan.

Walaupun setiap studi menunjukkan perbedaan dalam jumlah partisipan, durasi intervensi, cara pengukuran, dan karakteristik responden, hasil yang didapat tetap konsisten: penggunaan kompres hangat dari serai secara efektif mengurangi rasa sakit. Perbedaan yang signifikan dalam pengurangan rasa sakit antar studi mungkin disebabkan oleh lamanya penerapan, tingkat keparahan *arthritis rheumatoid*, seberapa individu tahan terhadap panas, dan variasi dalam penggunaan serai terkait konsentrasiannya.

Umumnya, hasil dari kajian ini menegaskan bahwa kompres hangat serai adalah pilihan terapi tambahan yang baik, aman, dan layak untuk direkomendasikan dalam

praktik keperawatan bagi lansia untuk mengatasi nyeri muskuloskeletal. Bukti ilmiah yang kuat dari berbagai penelitian mendukung penerapan intervensi ini sebagai bagian dari standar manajemen nyeri nonmedis pada pasien *Rheumatoid Arthritis*. Menurut enam artikel yang tercantum dalam tabel di atas, peneliti meyakini semua artikel menunjukkan bahwa terapi kompres hangat serei sangat efektif dalam mengurangi intensitas nyeri pada lansia yang menderita *Rheumatoid Arthritis*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kompres air serai hangat terbukti efektif dalam mengurangi rasa sakit pada lansia yang menderita reumatoid arthritis. Selain memberikan rasa hangat yang menenangkan, kompres ini juga meningkatkan sirkulasi darah ke area yang meradang, sehingga membantu mengurangi kekakuan pada sendi yang sering dikeluhkan oleh pasien. Peningkatan aliran darah ini bisa mempercepat proses penyembuhan jaringan dan membantu tubuh untuk mengurangi peradangan. Oleh karena itu, penggunaan kompres air serai yang hangat tidak hanya efektif dalam mengurangi rasa sakit secara langsung, tetapi juga dapat membantu meningkatkan kenyamanan, mobilitas, dan kualitas hidup para lansia dengan reumatoid arthritis. Namun, metode ini sebaiknya dijadikan terapi tambahan dan harus tetap dipadukan dengan penanganan medis yang sesuai.

DAFTAR REFERENSI

- Agustini, I. R., Dewi, S. P. A. A. P., & Ernawati1, & N. K. (2021). *Pengaruh Pemberian Kompres Serai Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis rheumatoid Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia*. 4(2), 71–77.
- Dewi, T. U. (2024). Pemberian Terapi Kompres Hangat Rebusan Serai Pada Lansia Dengan Rematik Di Rt 004 Talang Jambe Tahun 2023. Jurnal Lentera Ilmiah Pengabdian Masyarakat, 1(1), 12-17.
- Hidayat, R. (2020). *Skala Nyeri Arthritis rheumatoid Pada Lansia Di Desa*. 4(23), 29–34.
- Nurfitriani, N., & Fatmawati, T. Y. (2020). *Pengaruh Kompres Serai Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Arthrtitis Rheumatoid Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur*. 9(1), 260–267. <Https://Doi.Org/10.36565/Jab.V9i2.231>

EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT SERAI DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA LANSIA DENGAN *RHEUMATOID ARTHRITIS : LITERATUR REVIEW*

- Nurjanah, R. T. 2024. (N.D.). *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Rebusan Air Serai Terhadap Nyeri Pada Lansia Dengan*. 14(2).
- Rahmawati, T. D. (2024). Effect Of Giving A Warm Compress With Water Boiling Seraai Against Pain In The Elderly With *Rheumatoid Arthritis*. Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan, 14(2), 38-46.
- Rosalina, I., Nurbadriyah, W. D., & Muhamma, Z. (2020). Efektivitas Metode Kompres Hangat Pada Penderita Reumatoid Atritis Dengan Nyeri Akut Pada Lansia: A Literature Review. Jurnal Citra Keperawatan, 8(2), 79-85.
- Saalino, V., Allo, O. A., Tangga, M., Tinggi, S., Kesehatan, I., Toraja, T., Tinggi, S., Kesehatan, I., Toraja, T., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Toraja, T. (2021). *Lppm : Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif Pengaruh Kompres Hangat Air Serai Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis rheumatoid Pada Kecamatan Tikala Tahun 2021 Abstrak (Indonesia) * Correspondent Author : Valentina Saalina Pendahuluan Usia Lanjut Me*.
- Sarma, A., & Riski, S. A. (2021). *Efektivitas Kompres Hangat Rebusan Air Serei Pada Lansia Di Puskesmas Deli Tua Tahun 2020*. 3(1), 64–72.
- Sitorus, R. N. B. P. Efektivitas Kompres Hangat Jahe Dan Serai Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri *Rheumatoid Arthritis*Pada Lansia: A Literature Review. Proners, 8(1).