

KARYA TULIS ILMIAH
EDUKASI ASUHAN MANDIRI TANAMAN OBAT
KELUARGA DAN *HOTBALL* PADA
KLIEN NYERI LUTUT



M.AJIRAHMATULLAH
PO.71.20.2.22.002

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM
STUDI DIPLOMA TIGA BATURAJA
TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH
EDUKASI ASUHAN MANDIRI TANAMAN OBAT
KELUARGA DAN *HOTBALL* PADA
KLIEN NYERI LUTUT

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan



M.AJIRAHMATULLAH
PO.71.20.2.22.002

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM
STUDI DIPLOMA TIGA BATURAJA
TAHUN 2025

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Nyeri lutut adalah kondisi ketidaknyamanan atau rasa sakit yang terjadi di area lutut, yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti cedera, atau gangguan degeneratif pada sendi. Nyeri ini bisa bersifat akut (tiba-tiba) atau kronis (berlangsung lama) dan dapat memengaruhi mobilitas serta kualitas hidup seseorang (Alvenia, 2019). Menurut WHO Secara global, prevalensi nyeri lutut mencapai 38%, yang berarti sekitar 38 dari 100 orang mengalami nyeri lutut dalam hidup mereka. Di Indonesia, prevalensi nyeri lutut berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2023) mencapai 24,7%, yang lebih rendah dibandingkan rata-rata global.

Jika masalah ini tidak terselesaikan, Klien dengan nyeri lutut dapat mengalami penurunan kualitas hidup, keterbatasan aktivitas sehari-hari, dan ketergantungan pada analgesik yang dapat menimbulkan disabilitas aktivitas sehari-hari (Alvenia, 2019). Selain itu, kurangnya keterampilan keluarga dalam menangani nyeri lutut secara mandiri dapat meningkatkan beban perawatan dan biaya kesehatan, sehingga penting bagi klien dan keluarganya untuk memahami manajemen nyeri lutut dan perawatan yang tepat. Terapi non-farmakologis seperti terapi fisik dan psikologis juga penting dalam mengurangi nyeri dan gejala psikologis pada pasien (Setiyawati, 2022).

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas penggunaan tanaman obat seperti jahe, kunyit, atau sereh untuk mengurangi nyeri, serta program edukasi keluarga tentang perawatan nyeri lutut. Penelitian juga mencakup pelatihan fisik ringan untuk mengurangi kekakuan sendi pada klien nyeri lutut.

integrasi antara pemanfaatan TOGA dan keterampilan keluarga dalam home care masih jarang dieksplorasi. Penelitian lanjutan yang mendalam dapat membantu mengidentifikasi potensi integrasi yang lebih efektif antara penggunaan tanaman obat dan keterampilan keluarga (Sugihartono, 2024).

Kelemahan utama dari penelitian sebelumnya adalah kurangnya pendekatan yang komprehensif dalam menggabungkan aspek edukasi keluarga dengan penerapan terapi komplementer. Sebagian besar studi berfokus hanya pada efektivitas terapi tanpa mempertimbangkan bagaimana keluarga dapat berperan secara aktif dalam pelaksanaannya. Selain itu, ada keterbatasan dalam melibatkan populasi yang beragam, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasi ke berbagai konteks budaya dan ekonomi (Liem & Wardhani, 2020).

Karya Tulis Ilmiah ini menawarkan kebaruan berupa pengetahuan yang tepat dan dukungan keluarga, pengobatan alternatif seperti TOGA dapat menjadi solusi yang efektif dalam mengelola nyeri lutut secara alami. Penggunaan TOGA dapat memberikan alternatif bagi mereka yang menghindari efek samping dari obat-obatan kimia. Masyarakat dapat mengurangi pengkonsumsian obat kimia yang memiliki efek jangka panjang bagi tubuh mereka (Adi & Putra, 2023). Dengan pendekatan yang komprehensif dan integratif, kita dapat mencapai kesehatan optimal tanpa harus bergantung pada obat-obatan kimia yang berpotensi merugikan tubuh kita. Penggunaan tanaman obat keluarga sebagai alternatif pengobatan telah terbukti memberikan manfaat yang signifikan bagi kesehatan (Puji & Maria, 2023).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Menganalisis efektivitas asuhan mandiri menggunakan tanaman obat keluarga (TOGA) dalam mengurangi nyeri lutut Mengevaluasi kombinasi antara penggunaan tanaman obat keluarga dan keterampilan mandiri dalam meningkatkan kualitas hidup klien dengan nyeri lutut.

Toga merupakan pilihan yang layak untuk mengatasi nyeri lutut tanpa efek samping yang merugikan. Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dapat memberikan manfaat dalam meredakan nyeri dan meningkatkan kualitas hidup bagi penderita nyeri lutut. TOGA adalah program pemanfaatan lahan pekarangan rumah untuk menanam berbagai jenis tanaman obat yang bisa digunakan sebagai obat herbal alami (Vyas&Nihlatul,2024).

1.2 Rumusan masalah

Bagaimana gambaran edukasi asuhan mandiri menggunakan tanaman obat keluarga dan *Hotball* dalam mengurangi nyeri lutut?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengambarkan edukasi asuhan mandiri tanaman obat keluarga (TOGA) dan *hotball* dalam mengurangi nyeri lutut

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengkaji kebutuhan klien nyeri lutut tentang edukasi TOGA dan *hotball*
- b. Mengkaji kesiapan peningkatan pengetahuan caregiver keluarga dalam asuhan keperawatan homecare pada klien nyeri lutut
- c. Mengambarkan diagnosis keperawatan edukasi TOGA dan *hotball* klien nyeri lutut
- d. Mengambarkan intervensi keperawatan edukasi TOGA dan *hotball* klien nyeri lutut
- e. Mengambarkan implementasi keperawatan edukasi TOGA dan *hotball* klien nyeri lutut
- f. Mengambarkan evaluasi keperawatan edukasi TOGA dan *hotball* klien nyeri lutut
- g. Mengambarkan dokumentasi keperawatan edukasi TOGA dan *hotball* klien nyeri lutut

- h. Mengevaluasi model asuhan keperawatan berbasis caregiver keluarga yang inovatif dan berbasis budaya lokal TOGA dan *hotball* untuk meningkatkan kualitas hidup klien nyeri lutut.

1.4 Manfaat penelitian

Karya Tulis Ini, diharapkan memberikan manfaat bagi:

- a. Bagi Pasien atau Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada keluarga dan klien untuk edukasi asuhan mandiri tanaman Obat keluarga(toga) dan hotball Pada klien nyeri lutut

- b. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi motivasi untuk meningkatkan mutu serta menambah wawasan dan menjadi referensi belajar mengajar yang berhubungan dalam menerapkan edukasi asuhan mandiri tanaman obat keluarga (toga) dan hotball Pada klien nyeri lutut.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, F. H., & Putra, R. D. (2023). Persepsi Masyarakat terhadap Penggunaan TOGA sebagai Alternatif Obat Kimia. *Jurnal Pengembangan Kesehatan Tradisional Indonesia*, 7(1), 25–32.
- Alvenia, D. (2019). *Pemanfaatan Kompres Hangat dalam Mengurangi Nyeri Lutut pada Lansia*. Jakarta: Mitra Cendekia Press.
- Ariyanti, F., Sari, L. N., & Wulandari, T. (2021). Osteofit dan Batasan Gerak pada Penderita Osteoarthritis Lutut. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 10(2), 45–50.
- Balancing Botanicals. (2021, March 25). *How to make an herbal compress for massage to use at home* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=TuOf374D3kA>
- Choi S, Nah S, Jang HD, Cheon SH, Moon JE, Han S. (2021). Nationwide Cross-Sectional Study of the Association between Knee Pain and Weight Change: Analysis of the Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES 2013-2015). *Int J Environ Res Public Health*. 18(10):5185.
- Desiana.(2019). Gangguan Sendi Degeneratif pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 1–6.
- Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI)* (edisi 1). DPP PPNI.
- Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)* (edisi 1). DPP PPNI.
- Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)* (edisi 1). DPP PPNI.
- Ermawati, N., Oktaviani, N., & Abab, M. U. (2022). Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional Dalam Rangka Self Medication Di Masa Pandemi Covid-19. *ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(2), 148–150 <https://doi.org/10.32509/abdimoestopo.v5i2.1797>
- Fadhilah, L., Triatmojo, B., & Sujati, N. K. (2023). Pelayanan kesehatan tradisional untuk gangguan organ dalam pencernaan–pernafasan–perkemihan. Banjarmasin: Ruang Karya.
- Fitria, N., & Marlina, R. (2022). Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri muskuloskeletal pada lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 7(1), 45–52. <https://doi.org/10.25077/jikk.7.1.45-52.2022>
- Fitria, N., & Marlina, R. (2022). Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri muskuloskeletal pada lansia dengan osteoarthritis. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 7(1), 45–52. <https://doi.org/10.25077/jikk.7.1.45-52.2022>
- Fitriani, A., & Fitriani, Y. A. (2021). Pemanfaatan Toga Untuk Meningkatkan Kesehatan Dan Ekonomi Masyarakat Di Sekitar Lahan Basah. Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat, 3. <http://snllb.ulm.ac.id/prosiding/index.php/snllb-abdimas/article/view/594>

- Gleneagles Hospital. (2023). *Knee pain: Causes, symptoms, and treatment*. Gleneagles Hospital Singapore. <https://www.gleneagles.com.sg/healthplus/article/knee-pain>
- Halimun Medical Centre. (2023). *Komplikasi akibat nyeri lutut kronis jika tidak ditangani*. <https://halimunmedicalcenter.com/komplikasi-nyeri-lutut>
- Harefa, D. (2020). Pemanfaatan hasil tanaman sebagai tanaman obat keluarga (TOGA). *Madani: Indonesian Journal of Civil Society*, 2(2), 28–36. <https://doi.org/10.35970/madani.v1i1.233>
- Hochberg, M. C., Altman, R. D., April, K. T., Benkhalti, M., Guyatt, G., McGowan, J., & Tugwell, P. (2021). American College of Rheumatology 2021 recommendations for the use of nonpharmacologic and pharmacologic therapies in osteoarthritis of the hand, hip, and knee. *Osteoarthritis and Cartilage*, 29(1), 1–15. <https://doi.org/10.1016/j.joca.2020.10.008>
- Hulu, L. ., Fao, A., & Sarumaha, M. (2022). Pemanfaatan Daun Sirih Hijau (Piper Betle L) Sebagai Obat Tradisional Di Kecamatan Lahusa. *Jurnal PendidikanBiologi*, 3(1), 1–14.
- Idris, M., Setianto, R., Dewi, B. A., Winata, N., Putri, E. M. I., Rahmawati, R., & Mahmudha, S. (2023). Digitalisasi tanaman obat keluarga Asman Toga Kencono Wungu sebagai sarana edukasi masyarakat Desa Kenep Bojonegoro. *ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 6(1), 108–115.
- Karamina, H., Supriyadi, S., Firman Yasin, D. D., Yusi Kamhar, M., & Kusuma Astuti, F. (2020). Pemanfaatan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Menuju Keluarga Sehat Pada Ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK). *JIPEMAS: Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 120. <https://doi.org/10.33474/jipemas.v3i2.6416>
- Kementerian Kesehatan RI (2023). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) <https://kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan>
- Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Republik Indonesia. (2023). Jamu, Ramuan Herbal Khas Indonesia yang Mendunia. Retrieved from <https://www.kemenparekraf.go.id/ragam-ekonomi-kreatif/jamu-ramuan-herbal-khas-indonesia-yang-mendunia>
- Lee, M. S., & Chen, K. W. (2020). Herbal compress and herbal tea for pain relief in elderly patients with osteoarthritis: A randomized controlled trial. *Journal of Integrative Medicine*, 18(4), 295–301. <https://doi.org/10.1016/j.joim.2020.04.006>
- Lestari, S., Roshayanti, F., & Purnamasari, V. (2019). Peningkatan Ekonomi Keluarga Melalui Pemanfaatan Tanaman Toga Sebagai Jamu Keluarga. *International Journal of Community Service Learning*, 3(1), 22. <https://doi.org/10.23887/ijcsl.v3i1.17486>
- Lestari. (2022). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tingkat Nyeri Lutut pada Lansia diRw02DesaKayuBongkokKec.SepatanKab.Tangerang. <https://www.nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/338>

- Liem, R., & Wardhani, I. (2020). Evaluasi Program Edukasi Kesehatan Keluarga: Studi Komparatif pada Peran Keluarga dalam Terapi Nonfarmakologis. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 5(2), 77–85.
- Maghfiroh L, Fatmawati H, Sutejo IR. (2022). The impact of Pesticides and Workload on Osteoarthritis Incidence in Farmers: A Narrative Review. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*. 2022;11(1):96.
- Mulangsri, D. A. . (2019). Penyuluhan Pembuatan Bunga Telang Kering Sebagai Seduhan Teh Kepada Anak Panti Asuhan Yatim Putra Baiti Jannati. *AbdimasUnwahas*, 4(2), 20172020. <https://doi.org/10.31942/abd.v4i2.3010>
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Permenkes RI. (2016). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 9 tahun 2016 tentang Upaya Pengembangan Kesehatan Tradisional melalui Asuhan Mandiri Pemanfaatan Taman Obat Keluarga dan Keterampilan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Puji, L. R., & Maria, Y. D. (2023). Efektivitas Tanaman Obat Keluarga sebagai Alternatif Pengobatan Alami. *Jurnal Kesehatan Herbal Nusantara*, 6(2), 88–95.
- Samosir, T., Simbolon, M., & Hutapea, H.(2020). Patofisiologi Nyeri Lutut dan Kerusakan Sendi. *Jurnal Reumatologi Indonesia*, 6(2), 112–117.
- Sembiring.(2020).DiagnosisDiferensialNyeriLutut.com.https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=5rNVDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=nyeri+lutut&ots=H-ZquGZzub&sig=CDHfe7k7G_d6Bh96Qrcyijezs6o
- Setiyawati, R. (2022). Terapi Non-Farmakologis untuk Nyeri Kronis: Pendekatan Fisik dan Psikologis. *Jurnal Terapi Komplementer dan Rehabilitasi*, 4(1), 55–62.
- Setyaningsih, I., Purwaningtyas, R. F., & Dewi, M. K. (2021). Efektivitas jamu empon-empon terhadap penurunan nyeri sendi pada lanjut usia. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(2), 110–117. <https://doi.org/10.33830/jpk.v3i2.110.2021>
- Sugihartono, T. (2024). Integrasi Penggunaan Tanaman Obat dan Keterampilan Keluarga dalam Asuhan Mandiri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Berkelanjutan*, 8(2), 101–108.
- Tuwaidan, R. (2021). *Asuhan keperawatan: Konsep dan aplikasi dalam praktik klinik*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Umi, & Arif. (2022). Edukasi Fisioterapi Dan Terapi Latihan Untuk Mengurangi Keluhan Nyeri Lutut Pada Wanita Menopause Di Desa Klewor Kecamatan Kemusu.
- Vyas, H., & Nihlatul, A. (2024). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam Penanganan Nyeri Lutut. *Jurnal Kesehatan Herbal Indonesia*, 2(1), 12–18.<http://www.ojs.unanda.ac.id/index.php/tomaega/article/view/1052>
- World Health Organization. (2023). Global osteoarthritis Report 2020. Geneva: World Health Organization

YouSpa. (2018, August 6). *How to use Thai herbal compress balls* [Video].
YouTube.<https://www.youtube.com/watch?v=eUxewdYsH>