

The Application Of Acupressure Therapy To Lower Levels Of Pain And Uric Acid In Gout Arthritis Patients In The Surobayan Village, Ambal District

Sefia Zahra Imani¹ , Barkah Waladani²

¹ Department of Nursing student, Universitas Muhammadiyah, Gombong Indonesia

² Department of Nursing lecturer, Universitas Muhammadiyah, Gombong Indonesia

 seviazahraimani123@gmail.com

Abstract

Gout arthritis is a disease caused by the accumulation of urate crystals in the joint tissue. Signs of symptoms that can appear such as pain, swelling, and burning symptoms in the joints due to the presence of monosodium crystal deposits in the joints that trigger the appearance of tophi. Non-pharmacological acupressure therapy can reduce uric acid and pain by stimulating the pituitary hypothalamus to increase endorphins and stimulate peripheral cells to activate the potential of other active cells, so that kidney performance can work optimally. To provide an overview of nursing care by applying acupressure therapy to reduce pain and uric acid level of patients with gout arthritis. This research was descriptive case study method by describing the results in the form of a narrative. Respondents' criteria included being diagnosed with gout arthritis, having moderate pain complaints, not taking diuretic drugs, compos mentis awareness, aged > 40 years old, no injuries, injuries and swelling of the legs. The research data were obtained through observation, interviews, and monitoring of uric acid level and pain scales before and after therapy. There was average decrease of uric acid level of 4.15 mg/dl after being given the therapy and the pain scale decreased from 2 to 1 in the second meeting. The application of acupressure therapy can be applied as non-pharmacological method routinely to patients with gout arthritis to reduce uric acid level and pain scale.

Keywords: *Gout Arthritis, Acupressur; Pain; Uric Acid Decrease; Taixi and Ran Gu*

Penerapan Terapi Akupresure Untuk Menurunkan Nyeri Dan Kadar Asam Urat Pada Passien Gout Arthritis Di Kelurahan Surobayan, Kecamatan Ambal

Abstrak

Gout arthritis merupakan penyakit akibat adanya penumpukan kristal urat pada jaringan persendian. Tanda gejala yang dapat muncul seperti nyeri, pembengkakan, dan gejala terbakar pada persendian akibat adanya endapan kristal monosodium pada persendian yang memicu munculnya tofi. Terapi non farmakologi akupresure dapat menurunkan asam urat dan nyeri dengan menstimulasi pituitary hypothalamus untuk meningkatkan endorfin dan merangsang sel perifer untuk mengaktifkan potensi sel aktif lainnya, sehingga kinerja ginjal dapat bekerja secara optimal. Memberikan gambaran umum asuhan keperawatan dengan penerapan terapi akupresure untuk menurunkan nyeri dan kadar asam urat pada penenderita gout arthritis. Penelitian menggunakan metode deskriptif studi kasus dengan menggambarkan hasil dalam bentuk narasi. Kriteria responden antara lain terdiagnosa sebagai penderita gout arthritis, memiliki keluhan nyeri sedang, tidak mengkonsumsi obat diuretic, kesadaran composmentis, usia >40 tahun, tidak luka, cedera dan bengkak pada kaki. Data penelitian didapatkan melalui observasi, wawancara, serta monitor kadar asam urat dan skala nyeri sebelum dan sesudah terapi. Tampak adanya penurunan kadar asam urat rata-rata 4,15 mg/dl setelah terapi diberikan serta skala nyeri turun 2 sampai 1 pada pertemuan kedua.

Penerapan terapi akupresure dapat diterapkan sebagai metode non farmakologi secara rutin pada penderita gout arthritis untuk menurunkan kadar asam urat dan skala nyeri.

Kata Kunci: *Gout Arthritis; Akupresure; Nyeri; Penurunan asam urat; Titik Taixi dan RanGu*

1. Pendahuluan

Gout arthritis merupakan penyakit persendian akibat tingginya kadar asam urat dalam darah yang diakibatkan karena pola makan yang kurang baik, dimana banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung protein nabati maupun protein hewani. Hal tersebut memicu penimbunan asam urat yang berlebih pada persendian dan organ tubuh lainnya. Kondisi ini dapat menimbulkan kelebihan sekresi asam urat atau defek renal yang dapat memicu penurunan sekresi asam urat. [1].

Berdasarkan data, pengidap penyakit sendi di Indonesia mencapai 81% dari seluruh populasi, mereka yang berkunjung ke dokter hanya 24% dari total penderita dan yang hanya mengkonsumsi obat nyeri tanpa ke dokter mencapai 71%. Menurut data yang diperoleh dari [2] prevalensi kasus gout arthritis tertinggi di Indonesia terdapat di Aceh dengan tingkat prevalensi sebesar 13,3%. Prevalensi kasus gout arthritis di Jawa tengah pada tahun 2018 sebesar 6,78%. Sedangkan tingkat prevalensi gout arthritis di Kabupaten Kebumen sebanyak 4,36% dengan jumlah orang yang terdiagnosis oleh dokter sebanyak 2.315 jiwa.

Asam urat berasal dari pemecahan dan metabolisme makanan yang mengandung nukleotida purin. Banyaknya endapan Kristal monosodium urat (MSU) dalam jaringan menyebabkan timbulnya berbagai masalah pada tubuh seperti munculnya benjolan atau disebut *tofi* [3]. Penderita gout arthritis lebih banyak terjadi pada laki-laki dengan rentang usia 40-50 tahun dibandingkan wanita. Hal ini terjadi karena laki-laki tidak memiliki hormon estrogen yang dapat membantu mengeluarkan asam urat melalui urin. Kisaran normal kadar asam urat untuk wanita sebesar 2,4-5,7 mg/dl, sedangkan untuk laki-laki berkisar antara 3,4-7,0 mg/dl. Jika kadar asam urat dalam darah melebihi batasan tersebut maka dapat dikatakan mengalami hiperurisemia [4].

Menurut syukri, [5] tingginya kadar asam urat darah dikarenakan produksi purin yang berlebihan, atau penurunan sekresi asam urat oleh ginjal. Produksi yang berlebihan terjadi pada keadaan diet tinggi purin, alkoholisme, obesitas, dan dyslipidemia. Sedangkan penurunan sekresi terjadi karena adanya penurunan fungsi ginjal, sehingga sekresi asam urat oleh ginjal tidak berjalan secara optimal.

Hiperurisemia menjadi salah satu faktor yang memicu asam urat. Penumpukan kristal urat pada jaringan sendi dapat memicu munculnya reaksi nyeri pada bagian persendian, pembengkakan, dan gejala terbakar pada persendian. [4]. Tingginya kadar asam urat dapat mengakibatkan resiko kelainan metabolik dan hemodinamik, apabila tidak ditangani dengan baik. Beberapa kelainan metabolik yang dapat muncul seperti resistensi insulin, kerusakan hati, penyakit jantung coroner, dan disfungsi ginjal. Sedangkan resiko hemodinamik yang dapat terjadi adalah penyakit kardiovaskuler dan diabetes mellitus.

Diagnosa keperawatan yang sering muncul pada kasus gout arthritis diantaranya nyeri akut, nyeri kronis, gangguan mobilitas fisik, gangguan pola tidur, dan defisit pengetahuan. Intervensi yang dapat dilakukan pada pasien dengan masalah gout arthritis terbagi menjadi 2 golongan yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Cara

farmakologi dapat dilakukan dengan memberikan atau mengkonsumsi obat diuretic untuk menurunkan kadar asam urat dan nyeri. Sedangkan cara non farmakologi dapat dilakukan dengan pemberian terapi akupresure [6].

Akupresure merupakan pengobatan tradisional china yang dapat menstimulasi sel saraf pada paserah titik akupresure yang akan disalurkan menuju medulla spinalis ke mesensefalon serta kompleks pituitary hypothalamus yang mampu meningkatkan kadar endorfin dalam tubuh sehingga menimbulkan efek relaksasi setelahnya [1].

Menurut hasil penelitian Rakhman, (2015) penekanan akupresure pada titik Ki 2 dan 3 telah terbukti secara dapat meningkatkan NAD-dependent Reduktase di ginjal dan menghasilkan Quinon Reduktase yang merupakan enzim fase II. Enzim fase II mempunyai peranan penting dalam mekanisme pertahanan sel dan metabolisme sehingga kinerja ginjal dapat meningkat secara optimal dalam mensekresi asam urat.

2. Metode

Metode penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang hasilnya digambarkan dalam bentuk narasi. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi.

Teknik pengolahan data :

1. Analisa Naratif

Teknik naratif yaitu pencatatan yang bersifat narasi yang fleksibel dan berorientasi pada sumber informasi dan data yang dicatat pada format dokumentasi keperawatan. Teknik ini menggambarkan kondisi pasien dengan masalah nyeri selama diberikan terapi akupresure yang dituliskan dalam bentuk narasi.

2. Analisa Numeric Rating Scale

Numeric rating scale merupakan standar penilaian nyeri yang menggunakan angka sebagai alat pengganti deskripsi kata. Penggunaan angka 0-10 digunakan untuk mengkaji skala nyeri pada pasien.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil Penelitian

Intensitas nyeri merupakan gambaran tentang nyeri yang dirasakan oleh individu. Pengukuran intensitas nyeri bersifat subjektif dan individual, kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan berbeda oleh beberapa individu yang berbeda. Hasil setelah dilaksanakannya terapi akupresure selama 2x pertemuan pada ke 4 responden dengan menggunakan metode skala nyeri Numeric Rating Scale. diperoleh hasil sebagai berikut. Skala nyeri dapat dilihat dalam Tabel 1.

Tabel 1. Skala nyeri responden

Responden	Pre test	Post test
Ny. K	4	3
Ny. S	3	2
Tn. T	3	3
Ny. Y	4	2
Rata-rata nilai	3,5	2

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui terdapat 3 responden dengan intensitas nyeri ringan skala 1-3, dan 1 responden yang merasakan nyeri sedang skala 4-6. Mayoritas

responden yang mendapatkan terapi akupresure selama ± 14 menit mengalami penurunan skala nyeri dengan rata-rata awal sebesar 3,5 menjadi skala 2.

Dalam penelitian ini pemeriksaan kadar asam urat dilakukan sebelum responden diberikan terapi akupresure dan dilakukan pemeriksaan kembali 1 jam setelah terapi akupresure selesai berikan.

Tabel 2. Kadar asam urat responden

Responden	Pre test	Post test
Ny. K	12.8	5.4
Ny. S	6.1	4.8
Tn. T	7.8	6.9
Ny. Y	6.1	5.4
Rata-rata nilai	8,2	5,6

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa seluruh responden mengalami penurunan kadar asam urat setelah diberikan terapi akupresure selama ± 14 menit. Penurunan terbesar terjadi pada responden 1 dengan penurunan sebesar 7,4 mg/dl. dengan demikian rata-rata awal kadar asam urat yang semula sebesar 8,2 mg/dl turun menjadi 5,6 mg/dl, yang artinya terdapat pengaruh terapi akupresure terhadap penurunan kadar asam urat.

3.2 Pembahasan

1. Intensitas Nyeri

Hasil intensitas nyeri yang telah diukur peneliti dengan *Numaric Rating Scale* didapatkan data bahwa responden yang mengalami nyeri ringan dengan skala 1-3 sejumlah 3 responden, dan responden dengan nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 1 responden. Hasil penelitian intensitas nyeri pada masing-masing responden memiliki skala dan keluhan nyeri yang berbeda pada tiap responden. Seluruh responden mengatakan keluhan nyeri telah muncul berhari-hari bahkan telah terjadi beberapa bulan yang lalu. Pasien sendiri lebih banyak mengeluhkan merasa tidak nyaman dan nyeri akibat riwayat penyakit gout yang telah dideritanya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada ke 4 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan intensitas nyeri setelah diberikan terapi akupresure selama ± 14 menit. Responden yang tidak mengalami penurunan skala nyeri adalah responden dengan usia pasing tua yaitu 58 tahun. Setelah dikaji kembali hal tersebut terjadi akibat aktivitas berlebihan yang dilakukan responden pada waktu pengamatan penurunan skala nyeri.

Seperti yang telah dijelaskan oleh Smeltzer & Bare. Secara umum perubahan skala nyeri pada setiap responden juga disebabkan oleh perbedaan pengalaman nyeri yang dirasakan, sehingga dengan nyeri yang sama bisa saja memiliki respon nyeri yang dirasakan berbeda pada tiap responden. Dalam jurnal yang menerangkan bahwa usia dan pengalaman nyeri dapat mempengaruhi respon nyeri yang dirasakan pada tiap-tiap responden.

Menurut Saputra, A.W., Fitriana, R.N. & Kartina, [7] akupresure adalah teknik pengobatan tradisional china yang mampu menghilangkan rasa sakit, dan mengobati penyakit serta cedera. Akupresure dilakukan dengan cara memberikan penekanan fisik pada beberapa titik di permukaan tubuh yang merupakan tempat sirkulasi energy dan keseimbangan saat gejala nyeri muncul. Teknik akupresure ini non-invansif, dan aman.

Akupresure telah terbukti dapat meredakan nyeri punggung, kepala, osteoarthritis, otot, leher, nyeri sebelum operasi dan sesudah operasi, mual muntah dan gangguan tidur.

2. Kadar Asam Urat

Hasil dari penelitian ini menunjukkan seluruh responden mengalami penurunan kadar asam urat setelah dilakukan terapi akupresure selama ± 14 menit. Penurunan terbesar terjadi pada responden 1 (Ny. K) dengan penurunan sebesar 7,4 mg/dl dan penurunan terkecil pada responden 4 (Ny.Y) dengan penurunan sebesar 0,7 mg/dl. Penurunan kadar asam urat terdapat perbedaan pada setiap responden, hal ini disebabkan karena adanya faktor usia, aktivitas psikologis, dan faktor makanan yang dikonsumsi [1].

Mekanisme penurunan kadar asam urat dan skala nyeri akibat terapi akupresure di Desa Surobayan disebabkan oleh 2 hal yakni adanya perbaikan fungsi sekresi ginjal dan pengeluaran hormone endorfin yang dapat menimbulkan efek relaksasi.

Menurut penelitian [2] terapi akupresure pada titik Ki3 (*Taixi*) telah terbukti secara ilmiah melalui pendekatan biofisika dan biomolekuler. Pada pendekatan biofisika terjadi adanya energi listrik yang muncul. Sedangkan pada pendekatan biomolekuler membuktikan bahwa adanya aliran energi yang merambat melalui interseluler. Aktifitas interseluler disebabkan karena adanya respon elektrik dari titik akupresure setelah mendapatkan ransangan yaitu polarisasi seluler yang menyebabkan perubahan potensial sel aktif lainnya. Memberikan pemijatan pada titik meridian ginjal Ki 2 dan 3 mampu merangsang saraf perifer untuk meneruskan rangsangan pada ginjal sehingga mengefektifkan fungsi ginjal untuk membuang asam urat [9].

Hubungan terapi akupresure terhadap perubahan kadar asam urat sebagaimana telah dibuktikan pada penelitian [10] yang menyatakan bahwa penekanan pada titik Ki 2 dan 3 dapat meningkatkan NAD-dependent Reduktase di ginjal dan menghasilkan Quinon Reduktase yang merupakan enzim fase II. Dimana enzim fase II mempunyai peranan penting dalam mekanisme pertahanan sel dan metabolisme sehingga kinerja ginjal dapat berfungsi secara optimal dan mampu mensekresi asam urat, dengan itu kadar asam urat dapat diturunkan.

Menurut penelitian [11] terapi akupresure pada titik Ki 2 dan 3 bertujuan untuk mengoptimalkan fungsi sekresi ginjal sehingga ginjal akan mensekresi asam urat dengan baik dan mengurangi kadar asam urat dalam darah. restorasi asam urat dengan cara terapi akupresure terjadi karena hambatan energi dari titik akupresure ke ginjal. Akupresure merupakan ilmu turunan dari akupuntur yang berasal dari Tiongkok kuno dengan dasar prinsip aktivasi acupoint pada seluruh meridian tertentu sehingga mampu mengurangi kadar asam urat dan nyeri secara lokal [8].

Penelitian lain yang menunjukan pengaruh terapi akupresure terhadap perubahan kadar asam urat dapat ditemukan pada penelitian [7] dalam penelitiannya yang dilakukan di desa Wonorejo dengan jumlah responden sebanyak 32 orang terdapat perubahan kadar asam urat pada responden dengan rata-rata kadar asam urat sebelum dilakukan terapi akupersure sebesar 7,51 mg/dl dan rata-rata nilai kadar asam urat setelah dilakukan terapi akupresure adalah sebesar 5,88 mg/dl, dari hasil tersebut terdapat penurunan rata-rata kadar asam urat sebesar 1,63 mg/dl.

Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari hasil analisis pada ke 4 responden setelah dilakukan terapi akupresure selama ± 14 menit dengan masalah gouth arthritis dan nyeri

sendi terdapat penurunan rata-rata penurunan intensitas nyeri sebelum diberikan terapi akupresure adalah nyeri dengan skala 3, setelah diberikan terapi akupresure menjadi nyeri dengan rata-rata skala 2. Penurunan rata-rata kadar asam urat sebelum dilakukan terapi akupresure sebesar 8,2 mg/dl menjadi 5,6 mg/dl. Berdasarkan analisis tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh terapi akupresure terhadap penurunan intensitas nyeri dan kadar asam urat pada ke 4 responden di Desa Surobayan, Kecamatan Ambal.

SARAN

Perawat diharapkan mampu memberikan penanganan terhadap masalah pada penderita gout arthritis dengan sesuai baik secara farmakologi maupun non farmakologi sehingga pasien dapat merasakan kenyamanan. Penelitian ini juga memberikan informasi pada penderita gout arthritis untuk menjadikan terapi akupresure sebagai salah satu alternative pengobatan dalam menurunkan kadar asam urat dan mengurangi nyeri yang ditimbulkan akibat gout arthritis.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih pada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM), Bengkel Sehat Petanahan, dan Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah membimbing dan mendukung proses penelitian ini.

Referensi

- [1] Sunaringtyas, W., Nuari, N. A., & Widhianto., “Pengaruh Terapi Akupressure Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Gout.” *J. ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, vol. 10(1), pp.45–52, 2019.
- [2] Riskesdas, T., “Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018,” *Kementerian Kesehatan RI*, 2018
- [3] Utomo, Umarianti, T., & Galih, S. A., “Akupresure dan Pemberian Jus Sirsak Terhadap Penurunan Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis,” 2018.
- [4] Soekanto., “Pengetahuan Penderita Gout Arthritis Tentang Penyakit Gout Arthritis Di Puskesmas Pasirlayung Kota Bandung.” *J. Kesehatan*, vol. 8(medula), pp.4–5, 2012.
- [5] Syukri, M., “Asam Urat dan Hiperurisemia.” *Majalah Kedokteran Nusantara*, vol. 40(1), pp.52, 2017.
- [6] Fitriana, Rahmatul., “Cara Cepat Usir Asam Urat,” *Medika*, Yogyakarta, 2015.
- [7] Saputra, A.W., Fitriana, R.N. & Kartina, I. “Pengaruh Terapi Acupressure Pada Titik Ki 2 dan Ki 3 Terhadap Perubahan Kadar Asam Urat Lansia di Kelurahan Wonorejo” 2019.
- [8] Haryani, S., & Misniarti, M., “Efektifitas Akupresure dalam Menurunkan Skala Nyeri Pasien Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Perumnas.” *Jurnal Keperawatan Rafflesia*, vol. 2(1), pp. 21–30, 2020.
- [9] Pribadi, T., Rahma, A., & Yulendasari, R., “Pemberian Akupresur Untuk Menurunkan Nyeri Dan Kadar Asam Urat Pada Klien Asam Urat Di Poncowarno Kecamatan Kalirejo Lampung Tengah.” *J. Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, vol. 4(3), pp.515–519, 2021.
- [10] Yurdanur. (2012). *Non-Pharmacological Therapis In Pain Management*. International Journal: A. Bolubant Izzet Baysal University. Bolu Health Sciences.
- [11] Rakhman, Arif dkk. (2015). *Pengaruh Terapi akupresur terhadap asam urat darah pada lansia*. *Jurnal Skolastika Keperawatan*, Vol.1, No.2. Jurnal.Unai.Edu



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

