



Efektifitas Teknik Pijat Akupressure Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Penderita Gout arthritis di Wilayah Puskesmas Bulango Ulu

Zulfikar Mokambu ¹, Rona Febriyona ¹

¹ Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

INFORMASI

Korespondensi:
zulfikarmokambu@gmail.com

Keywords:

Acupressure, Gout Arthritis, Massage Techniques, Uric Acid Levels

ABSTRACT

Objective: Gout Arthritis is a metabolic disease caused by excess levels of urate compounds in the body, either due to excess production, insufficient elimination, or increased purine intake. One non-pharmacological therapy that has been proven to be able to overcome various health problems is acupressure. The aim of the research was to determine the effectiveness of the Acupressure Massage technique in reducing uric acid levels in Gouty Arthritis sufferers in the Bulango Ulu Health Center working area.

Methods: The design of this research is quantitative research, using a quasi-experimental design with one group pretest-posttest, with a sample size of 13 respondents..

Results: The research results show There was a decrease in uric acid levels after the Acupressure Massage Technique was carried out with the mean value before treatment being 9.392, while the mean value after treatment was 7.485. Where there is a difference in the mean value, namely 1.9077 with a p-value of 0.000, which means <0.05).

Conclusion: The acupressure massage technique is very effective for reducing uric acid levels in sufferers of Gout Arthritis, of the elderly.

PENDAHULUAN

Seiring bertambahnya usia seseorang, maka terjadi kecenderungan menurunnya berbagai kapasitas fungsional baik tingkat seluler maupun pada Tingkat organ yang dapat mengakibatkan terjadinya degenerasi sejalan dengan proses usia. Proses ini dapat berpengaruh pada perubahan fisiologis yang tidak hanya berpengaruh terhadap penampilan fisik, namun juga terhadap fungsi dan tanggapannya pada kehidupan sehari-hari setiap orang akan terjadi kemunduran sel-sel karena proses penuaan yang dapat berakibat pada kelemahan organ, kemunduran fisik timbulnya berbagai macam penyakit diantaranya peningkatan asam urat atau Gout Arthritis. (Anwar, dkk, 2020).

World Health Organization (WHO) memperkirakan sekitar 335 juta orang di dunia menderita penyakit gout arthritis (Bobaya, 2020). Prevalensi penderita gout arthritis di negara maju seperti USA diperkirakan sebanyak 13,6%, per 100.000 penduduk (Sukirman, 2021). Prevalensi penderita gout di negara berkembang seperti cina dan taiwan setiap tahunnya semakin berkembang, sedangkan di Indonesia diperkirakan hamper 80% penduduk yang berusia 40 tahun atau lebih (Junaidi, 2020).

Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo mencatat dari 10 kategori penyakit terbanyak, anam urat atau radang sendi berada pada urutan ke tiga setelah hipertensi. Di dapatkan total keseluruhan ada 14.391 orang yang menderita gout. (Dungga, 2022). Sementara Dinas Kesehatan Kabupaten Bone Bolango pada tahun 2020 mencatat sebanyak 628 jiwa penderita laki-laki dan perempuan 406 jiwa.

Gout Arthritis terjadi karena tingginya asupan purin yang berlebihan sehingga mengakibatkan penumpukan kristal kedalam cairan synovial dan paling sering ditemukan dikalangan Masyarakat terutama pada lansia (Damayanti, 2018). Seseorang yang mengalami gout arthritis disebabkan beberapa factor salah satunya pola makan yang tidak terkontrol dan sering mangkonsusmsi makanan yang mengandung purin tinggi yang mengakibatkan kadar asam urat dalam darah meningkat (Anies, 2019)

Penatalaksanaan penyakit gout arthritis terbagi menjadi dua yaitu secara farmakologi dapat dilakukan dengan menggunakan obat kimia seperti allupurinol yang biasanya didapatkan dengan resep dokter sementara non farmakologi yang telah terbukti pada beberapa penelitian mampu mengatasi berbagai permasalahan kesehatan yaitu akupressure.

Akupressure merupakan salah satu intervensi keperawatan yaitu tindakan pemberian tekanan pada titik khusus pada tubuh untuk mengurangi peningkatan

kadar asam urat dalam darah, menghasilkan relaksasi dan pencegahan atau mengurangi rasa mual. Akupressure merupakan pengobatan tradisional yang aman karena hanya menggunakan pemijatan denga jari tangan. Dengan pemberian penekanan pada titik meridian ginjal yang bertujuan untuk memperbaiki atau mengoptimalakan fungsi sekresi ginjal sehingga akan mengsekresi asam urat dengan baik dan terjadi penurunan kadar asam urat darak. (Rakhman, 2021)

Berdasarkan hasil studi awal melalui kegiatan preventif puskesmas Sebagian besar penderita gout arthritis jarang berkunjung ke puskesmas dikarenakan malan untuk berobat, jarak rumah ke fasyankes jauh serta pasien maupun keluarga tidak punya waktu untuk berkunjung ke fasyankes dikarenakan pekrjaan.

METODE

Desain Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan *quasi-eksperimental* desain dengan *one group* pretest – postest. Penelitian ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan menguji suatu perubahan-perubahan yang terjadi setelah terjadinya eksperimen. Tempat dan Waktu Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Bulango Ulu pada bulan maret-april 2024. Populasi dalam penelitian Jumlah penderita gout arthritis yang di dapatkan peneliti di melalui observasi awal baik di kegiatan preventif maupun kunjungan langsung di puskesmas yaitu sebsnyak 13 orang responden. Sampel pada penelitian ini adalah keseluruhan populasi atau pasien yang menderita Penderita Gout Arthritis yaitu berjumlah 13 orang.

HASIL

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan usia, jenis kelamin, dan pekerjaan. di Wilayah Kerja Puskesmas Bulango Ulu

Karakteteristik Responden	N	%
Usia		
49-60	7	54 %
61-71	6	46 %
Total	13	100 %
Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	85 %
Perempuan	2	15 %
Total	13	100 %

Status Pekerjaan		
ASN	3	23 %
Swasta	2	15 %
Petani	7	54 %
IRT	1	8 %
Total	13	100%

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa reponden yang berusia 49-60 tahun berjumlah 7 orang (54%) sedangkan responren yang berusia 61-71 tahun berjumlah 6 orang (46%). Untuk responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 11 orang (85%), sedangkan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 2 orang (15%). Untuk status pekerjaan respondes sebagai ASN berjumlah 3 orang (23%), swata 2 orang (15%), Petani 7 orang (57%) dan IRT 1 orang (8%).

Tabel 2. Gambaran kejadian kadar asam urat sebelum dan sesudah dilakukan Teknik Pijat Akupressure pada penderita Gout Arthritis di Wilayah kerja Puskesmas Bulango Ulu

	Mean	N	SD	S.E Mean
Pre test	9.392	13	1.2297	.3605
Post test	7.485	13	1.1466	.3180

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel di atas, diketahui dari 15 responden nilai rata-rata (Mean) sebelum dilakukan Teknik Pijat Akupressure diperoleh sebesar 9,392. sedangkan nilai rata-rata setelah dilakukan Teknik Pijat Akupressure sebesar 7,485. Maka dari itu terdapat perbedaan antara nilai rata-rata (mean) sebelum dan sesudah dilakukan Teknik Pijat Akupressure terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis di Wilayah kerja Puskesmas Bulango Ulu.

Tabel 3. Analisis Efektifitas Teknik Pijat Akupressure terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita Gout Arthritis di Wilayah kerja Puskesmas Bulango Ulu

Kadar Asam Urat	Mean	SD	t	p-value
Pre-test	1.9077	.4699	14,639	0.000
Post-test				

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel di atas nilai rata-rata (mean) antara pre test dan post test sebesar 1,9077 dengan nilai signifikansi adalah 0,000 yang artinya < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh signifikan Teknik Pijat Akupressure terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita Gout Arthritis di Wilayah kerja Puskesmas Bulango Ulu.

PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis kelamin dan Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Bulango Ulu.

Berdasarkan data yang di atas, dapat diketahui dari 13 orang total responden, reponden yang berusia 49-60 tahun berjumlah 7 orang (54%) sedangkan responden yang berusia 61-71 tahun berjumlah 6 orang (46%). Untuk responden laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan yaitu 11 orang (85%), sedangkan perempuan sebanyak 2 orang (15%). Untuk status pekerjaan respondes sebagai ASN berjumlah 3 orang (23%), swata 2 orang (15%), Petani 7 orang (54%) dan IRT 1 orang (8%).

Gambaran kejadian kadar asam urat sebelum dilakukan Teknik Pijat Akupressure pada penderita Gout Arthritis di Wilayah kerja Puskesmas Bulango Ulu.

Berdasarkan data hasil yang di dapatkan oleh peneliti melalui kegiatan preventif Puskesmas diantaranya Home care, kegiatan PTM maupun kujungan langsung di Puskesmas Bulango Ulu, peneliti manemukan sebanyak 13 orang pasien yang kadar asam uratnya melebihi dari nilai normal. Dengan berbagai macam kemungkinan faktor penyebab yang dialami oleh responden diantaranya kebiasaan mengkonsumsi makanan yang mengandung purin, pengguna alkohol, sering mengkonsumsi berbagai macam obat-obatan tanpa resep dokter, faktor usia serta mempunyai riwayat penyakit kronik. Yang di buktikan dengan hasil pemeriksaan diantaranya pada 11 orang pasien laki-laki rata-rata mempunyai kadar asam urat 8,6-11,4 mg/dl, sementara 2 orang pasien perempuan yang kadar asam uratnya 6,9-7,7 mg/dl.

Peningkatan kejadian gout arthritis disebabkan oleh berbagai faktor resiko seperti faktor asupan purin, obesitas, dan penyakit penyerta lainnya diantaranya hipertensi dan diabetes melitus. Asupan purin adalah mengkonsumsi makanan yang mengandung purin seperti jeroan, daging sapi, ikan sarden, daging bebek, ikan laut, kerang, daging ayam, udang, kacang kacangan, tempe, jamur, tahu serta beberapa sayuran seperti melinjo, kembang kol, dan bayam (Angriani, 2018).

Faktor yang menyebabkan gout arthritis salah satunya dari usia. Pertambahan usia merupakan faktor resiko penting pada pria dan wanita. Hal ini kemungkinan disebabkan banyak faktor, seperti peningkatan kadar asam urat serum (penyebab yang paling sering adalah karena adanya penurunan fungsi ginjal), peningkatan pemakaian obat diuretik, dan obat lain yang dapat

meningkatkan kadar asam urat serum. Oleh karena itu, penelitian ini ditujukan untuk mengetahui perbedaan jenis kelamin dan usia terhadap kadar asam urat pada penderita hiperurisemia (Firdayanti, 2019).

Gambaran Kejadian kadar asam urat setelah dilakukan Teknik Pijat Akupressure pada penderita gout arthritis di Wilayah kerja Puskesmas Bulango Ulu.

Untuk melakukan teknik Pijat Akupressure terlebih dahulu peneliti bekerja sama dengan petugas yang berkompeten dalam pemberian teknik Pijat Akupressure serta dalam mendapatkan hasil yang diharapkan peneliti berkoordinasi dengan pihak keluarga dalam melakukan pemantauan aktifitas responden antara lain pola dan jenis makanan maupun kebiasaan aktifitas lainnya. Seluruh responden mendapatkan perlakuan selama 3-4 hari berturut-turut dengan durasi 15-20 menit. Teknik pemijatan yang dilakukan yang sama pada area titik tertentu di mulai dari bagian sela-sela jari kedua tangan, pergelangan tangan, lipatan siku bagian dalam, bawah tempurung lutut tepi luar tulang kering, sela-sela jari kaki serta dibagian atas dan bawah mata kaki. Penekanan dilakukan selama 2 menit, selama perlakuan seluruh responden tidak mengalami efek samping. Dimana penerapan teknik ini 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.

Pada akhir perlakuan peneliti melakukan pemeriksaan akhir (follow up), dengan hasil kadar asam urat masing-masing responden mengalami penurunan antara 1,1-2,8 mg/dl. Dari gambaran kejadian rata-rata kadar asam urat setelah dilakukan pemijatan belum mampu menunjukkan perubahan secara maksimal, yang artinya walaupun kadar asam urat mengalami penurunan tetapi perubahan tersebut belum mampu menghasilkan kadar asam urat menjadi normal, yang kemungkinannya waktu perlakuan hanya diberikan selama 3-4 hari dengan frekuensi 1-2 kali sehari.

Dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwadi, (2022) menunjukkan hasil evaluasi pada salah satu pasien, dimana pasien tersebut mengalami penurunan kadar asam urat setelah dilakukan pemberian terapi Akupressure selama 7 hari berturut-turut. Pada evaluasi hari terakhir pemeriksaan kadar asam urat terjadi penurunan, diperoleh data kadar asam urat sebelum diberikan asuhan keperawatan yaitu 7,8 mg/dl dan setelah diberikan asuhan keperawatan kadar asam urat kembali normal yaitu 5,8 mg/dl.

Analisis peneliti dari hasil evaluasi didapatkan adanya

pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan kadar asam urat. Namun penurunan kadar asam urat tidak terlalu signifikan. Hal ini bisa terjadi dikarenakan kepatuhan pasien dalam menerapkan terapi komplementer yaitu terapi akupresur untuk asam urat dan penurunan kadar kurang signifikan disebabkan pasien masih sering mengkonsumsi makanan yang mengandung purin. Jenis makanan sumber purin yang sering dikonsumsi pasien seperti kacang-kacangan (kacang panjang, kacang tanah, buncis), sayur-sayuran (kangkung, bayam, kembang kol). pasien sering mengkonsumsi makanan tersebut dikarenakan sayur-sayuran tersebut mudah didapatkan oleh sebagian besar masyarakat di Dusun Muara Jaya Lampung Barat. (Paundrianagari, 2020)

Analisis Efektifitas Teknik Pijat Akupressure terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita Gout Arthritis di Wilayah kerja Puskesmas Bulango Ulu.

Diketahui dari hasil analisis dengan perhitungannya menggunakan uji *Paired Sampel T Test*. Dimana Teknik Pijat Akupressure sangat efektif untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah dibuktikan dengan nilai rata-rata (mean) yaitu sebesar 1.6133 dan *p-value* adalah 0,000 yang artinya $< 0,05$.

Efektifitas pijat Akupressure ini disebabkan karena pijat refleksi dengan memberi rangsangan pada titik point ginjal dikaki dan tangan mampu merangsang saraf perifer dan meneruskan rangsangannya ke ginjal sehingga dapat mengefektifkan fungsi ginjal untuk membuang asam urat berlebih dan dengan dikombinasikan dengan pijat tubuh dapat mempercepat metabolisme pembuangan sampah hasil metabolisme termasuk asam urat dengan memperlancar sirkulasi darah dalam tubuh. Penekanan pada tubuh mampu memecahkan kristal asam urat, serta efek relaksasinya mampu menekan hormon kortisol (hormon stress) sehingga dapat meningkatkan urikinas yang dapat merubah asam urat menjadi alatonin sehingga mudah untuk di saring oleh ginjal dan dikeluarkan melalui urin (Sudoyo, 2021).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rakhman, dkk (2015) yang berjudul Pengaruh Terapi Akupressure Terhadap Kadar Asam Urat Darah Pada Lansia, menggunakan metode Pre Experimental dengan pendekatan pretest posttest without control design dengan jumlah sampel 11 responden. Rata-rata kadar asam urat darah sebelum dilakukan terapi akupresur adalah 5,99 mg/dl dan rata-rata kadar asam urat setelah

dilakukan terapi akupresur adalah 4,04 mg/dl. Hasil uji *paired t test* didapatkan hasil *t* hitung = 2,441 (*t* hitung > dari *t* tabel) dan nilai *p* = 0,035 (*p* value < 0,05).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat diambil disimpulkan terjadinya penurunan kadar asam urat setelah dilakukan Teknik Pijat Akupressure antara 1,1-2,8 mg/dl. Teknik Pijat Akupressure sangat efektif untuk menurunkan kadar asam urat pada penderita Gout Arthritis di buktikan dengan nilai rata-rata (mean) antara sebelum dan sesudah perlakuan yaitu 1.9077 dengan *p-value* 0,000 yang artinya < 0,05.

SARAN

Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan perkuliahan bahwasanya Teknik Pijat Akupressure memiliki banyak manfaat bagi kesehatan dan menambah refrensi untuk mata kuliah keperawatan komplementer.

Bagi Pasien

Sebagai pengetahuan dalam upaya melakukan intervensi tanpa bantuan petugas Kesehatan.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan menambah waktu dan frekuensi perlakuan untuk mendapatkan hasil yang di harapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, Azis, (2015). Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah. Jakarta: Selembah Medika.
- Candra. (2016). Solusi sehat asam urat dan rematik. Jakarta. Penebus Swadaya.
- Dharma, K.K, (2015). *Metode Penelitian Keperawatan*. Jakarta : trans info media
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia, (2018). Pharmaceutical care untuk pasien penyakit arthritis rematik. Jakarta.
- Fauzi, Isma, (2019). Buku pintar deteksi dini dan pengobatan asam urat, diabetes, dan hipertensi. Yogyakarta: penerbit araska
- Fitriana, Rahmatul, (2018). Cara Cepat Usir Asam Urat. Yogyakarta: Medika.
- Gonzales, dkk, (2022). *Acupuncture points and their relationship with multireceptive fields of neurons*. JAMS: Mexico.
- Hanjani, (2015). *The Effect of Foot Reflexology on Anxiety,*

Pain, and Outcomes of the Labor in Primigravida Women. *Acta Med Iran* 2015;53(8):507-511. *Acta Medica Iranica*, Vol. 53, No. 8 (2015) Tehran University of Medical Sciences

- Hidayat, A. (2007). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayaturrofiah, yunani. Dkk. (2020). *Pengaruh terapi bekam terhadap penderita asam urat di puskesmas 1 kecamatan keling kabupaten jepara*. Jurnal STIKES karya husada. Semarang.
- Ismael, S. (2018). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: PT.Sagung Seto.
- Kartikawati, E, (2020). Panduan Praktis Kolesterol & Asam Urat. Ungaran: V Media.
- Nesami, Masoumeh, dkk, (2019). *The Effects of Foot Reflexology Massage on Pain and Fatigue of Patients After Coronary Artery Bypass Graft*. *mazand univ med sci* 2012 ; 22 (92) ; 52-62 (persian).
- Nursalam, (2017). Metodologi penelitian ilmu keperawatan . edisi 4. Jakarta: Salemba Medika
- Nurghiwiati, E. (2018). Terapi Alternatif & Komplementer dalam Bidang Keperawatan. Bogor : In Media
- Paundrianagari, dkk (2020). Hubungan konsumsi makanan sumber purin dengan kadar asam urat pada wanita usia 45-59 tahun di Desa Sanggrahan Kecamatan Kranggan Kabupaten Temanggung. Nutrition Study Program, Ngudi Waluyo School of Health.
- Rahimsyah, (2018). Pijat refleksi dan ramuan tradisional untuk penyembuh segala penyakit. Surabaya: penerbit serba jaya.
- Rakhman, Arif dkk, (2021). *Pengaruh terapi akupressure terhadap asam urat darah pada lansia*. Jurnal skolastik keperawatan . jurnal. Unai. Edu.
- Rakhman, dkk (2020) Pengaruh Terapi Akupressure Terhadap Kadar Asam Urat Darah Pada Lansia. Jurnal Skolastik Keperawatan, 1(2), 62-68.
- Saryono & Anggraeni, Dwi Mekar, (2015). Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Kesehatan. Jogjakarta: Nuha Medika
- Smart A. (2019). Rematik Dan Asam Urat: Pengobatan Dan Terapi Sampai Sembuh Total. Jogyakarta: A+PlusBooks;
- Saputra, K. (2014). Akupunktur dalam pendekatan ilmu kedokteran. Airlangga University Press: Surabaya, 4(2), 80-87
- Sani, Fathur, (2022). *Metodelogi penelitian farmasi komunitas dan eksperimental*. Ed. 1. Yogyakarta : Deepublihed.
- Soeroso, Joewono & Algristian, Hafid, (2019). *Asam urat*. Jakarta: penebar plus.
- Sugiyono. (2013). Statistika untuk penelitian. Bandung : PT. Alfabeta.
- Weaver, A.L., edwards, N. L., &simon, L. S, (2020).

Teh gout clinical companion : the latest evidence and patient support tools for the primary care physician. The farnce foundation: an educational grant from takedaa phrmaceuical north american, inc