



ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PEMBERIAN TERAPI AKUPRESUR DALAM MENURUNKAN RASA NYERI DAN KADAR ASAM URAT PADA PASIEN ASAM URAT

Jaka Aman Rahmadan¹, Indaryani², Sudirman Ansyar³, Marita Sari⁴

STIKes Sapta Bakti^{1,2,3,4}

*Email Korespondensi: amanjaka5@gmail.com

ABSTRAK

Asam urat yaitu penurunan fungsi ginjal yang disebabkan oleh metabolisme purin yang berlebih yang mengakibatkan terjadinya peningkatan kadar asam urat dalam darah maupun mengakibatkan terjadinya penumpukan kristal atau peradangan di persendian. Tujuan: Penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran asuhan keperawatan dengan pemberian terapi akupresur dalam menurunkan rasa nyeri dan kadar asam urat pada pasien asam urat. Metodologi penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan rencana studi kasus dan menggunakan pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, evaluasi keperawatan dan metode intervensi pendukung dengan teknik *terapi akupresur* pada titik KI 1, LR 3, ST 36, LI 4. Hasil: Penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan skala nyeri dan kadar asam urat setelah dilakukan *terapi akupresur* sebanyak 3 kali dalam 1 minggu pada pasien asam urat.

Kata Kunci: Asam urat, *Akupresur*, Manajemen Nyeri.

ABSTRACT

Uric acid is a decrease in kidney function caused by excessive purine metabolism which results in an increase in uric acid levels in the blood or results in the accumulation of crystals or inflammation in the joints. Destination: This study was to obtain an overview of nursing care by giving acupressure therapy in reducing pain and uric acid levels in gout patients. Methodology: This research is a descriptive study with a case study plan and uses a nursing care approach that includes assessment, nursing diagnosis, nursing intervention, nursing implementation, nursing evaluation and supporting intervention methods with acupressure therapy techniques at points KI 1, LR 3, ST 36, LI 4. Results: Research shows that there is a decrease in pain scale and uric acid levels after 3 times in one week acupressure therapy in gout patients.

Keywords: Gout, *Acupressure*, Pain Management

PENDAHULUAN

Asam urat adalah bahan normal yang terdapat di dalam tubuh dan merupakan hasil akhir dari metabolisme purin, yaitu hasil degradasi dari purin nukleotida yang merupakan bahan penting di dalam tubuh sebagai komponen dari asam nukleat (Setiati, dkk. 2014). Asam urat adalah molekul yang relatif tidak larut dan dengan mudah mengendap dari larutan seperti urine atau cairan sinovial. Pada konsentrasi ion hidrogen fisiologis, asam urat terutama berada dalam bentuk terionisasi dan berada dalam plasma dalam bentuk natrium urat. Peningkatan kadar urat serum dikenal sebagai *hiperurisemia* (Gaw, dkk. 2012).

Hiperurisemia didefinisikan sebagai konsentrasi asam urat plasma lebih dari 420 $\mu\text{mol/L}$ (7,0 mg/dL) dan merupakan petunjuk dari peningkatan produksi asam urat dalam tubuh. *Hiperurisemia* dapat terjadi akibat peningkatan produksi asam urat, penurunan ekskresi asam urat atau kombinasi dari kedua proses (Isselbacher, dkk. 2013). Asam urat merupakan penyakit yang disebabkan oleh tumpukan asam atau kristal urat yang terjadi pada jaringan sendi. Asam urat berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang dapat memicu peningkatan kadar asam urat didalam darah (*Hiperurisemia*) (Junaidi, 2013).

WHO memperkirakan sekitar 355.000.000 orang akan mengidap penyakit asam urat (Apriana et al., 2018). Angka kejadian asam urat juga tergolong tinggi di Indonesia. WHO mengungkapkan Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia terjadi pada usia di bawah 34 tahun sebesar 32% dan di atas 34 tahun sebesar 68% sehingga Indonesia masuk dalam urutan tertinggi dengan penderita asam urat di Asia. Di Asia Tenggara Prevalensi *Hiperurisemia* mencapai 13-25% dalam 10 tahun terakhir (Novianti et al., 2019). Pengidap penyakit asam urat memiliki kurva kejadian yang naik setiap tahun.

Angka kejadian nasional *Hiperurisemia* adalah 30,3%, Bengkulu, Nanggroe Aceh Darussalam, Sumatera Barat, Jawa Barat, Jawa Timur, Papua Barat, Nusa Tenggara Barat, Nusa Tenggara Timur, Kalimantan Selatan, dan Bali merupakan 11 provinsi dengan angka kejadian penyakit sendi yang masih tinggi pada tingkat Nasional (Hastuti et al., 2018). Angka kejadian asam urat di Provinsi Bengkulu pada tahun 2019 penderita asam urat berjumlah 462 orang yaitu laki laki 222 orang dan perempuan 240 orang (DinKes, 2019). Berdasarkan data dari DinKes kota Bengkulu tahun 2019 bahwa penderita asam urat terbanyak berada di Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu dengan angka kejadian asam urat pada tahun 2019 berjumlah 43 orang dan pada tahun 2020 berjumlah 47 orang. Berdasarkan hasil dari wawancara dengan perawat di Puskesmas Muara Bangkahulu mengatakan bahwa tindakan untuk mengurangi rasa nyeri dan kadar asam urat masih menggunakan terapi Farmakologis yaitu dengan pemberian obat-obatan dan dilakukan penkes, sedangkan kan untuk Non farmakologis belum ada tindakan yang dilakukan seperti terapi akupresur. Dalam jurnal *Arthritis & Rheumatology* yang di tulis Hyon Choi, (2017) mengatakan pada waktu pagi dan malam hari asam urat mengalami penumpukan kadar asam urat yang akhirnya membentuk kristal monosodium urat yang akan menumpuk di dalam aliran darah dan menyebabkan gangguan peradangan pada area persendian.

Purin yang terkandung dalam bahan pangan seperti kopi, teh, dan jeroan (babat, limpa, usus, dan sebagainya) menyebabkan *hiperurisemia* (Afnuhazi, 2019). Faktor pemicu terjadinya asam urat digolongkan menjadi dua yaitu terkontrol dan sulit terkontrol (Syarifah, 2018). Faktor tersebut kemudian dipecah kembali menjadi faktor predisposisi, primer, dan sekunder. Faktor primer terjadi karena adanya keturunan, faktor sekunder dapat terjadi karena tingginya produksi asam urat atau adanya masalah yang berakibat pada terganggunya proses ekskresi asam urat, sedangkan jenis kelamin, usia, dan iklim merupakan hal yang memengaruhi terjadinya faktor predisposisi (Putri, 2017). Masalah yang sering terjadi adalah kehilangan massa organ tubuh seperti tulang dan otot, sedangkan jumlah lemak meningkat, peningkatan jumlah lemak

merupakan pemicu timbulnya berbagai jenis penyakit kardiovaskuler, Diabetes Mellitus, Tekanan darah tinggi, dan penyakit degeneratif lainnya seperti *Hiperurisemia* (Sri Arjani et al., 2018). Masalah yang terjadi karena nyeri antara lain: Rematik, Infark miokard, trofi otot, gangguan fungsi ginjal, Diabetes Mellitus, serta kematian dini dan insidenya yang mengalami peningkatan setiap tahun adalah asam urat (Afnuhazi, 2019). Kejadian tingginya penyakit asam urat baik itu di negara maju maupun di negara berkembang semakin meningkat terutama pada pria yang berusia 40-50 tahun dan perempuan 50 tahun. Hal ini terjadi pada pria karena pria tidak mempunyai hormon estrogen yang dapat membantu pembuangan asam urat, Sedangkan pada wanita mempunyai hormon estrogen yang dapat membantu pembuangan asam urat lewat urine. Namun setelah hormon estrogen menurun (masa menopause) kadar asam urat pada wanita akan mengalami peningkatan (Depkes RI, 2017).

Cara untuk menilai intensitas nyeri yaitu dengan menggunakan teknik pengukuran visual analogue scale (VAS). 34 skala berupa garis lurus yang panjangnya biasanya 10 cm (atau 100 mm). Penggambaran verbal pada masing-masing ujungnya, seperti angka 0 (tanpa nyeri) sampai angka 10 (nyeri terberat). Nilai VAS $0 - < 4 =$ nyeri ringan, $4 - < 7 =$ nyeri sedang dan $7-10 =$ nyeri berat (Wiarso, 2017). Maka peneliti mengambil pasien yang mengalami nyeri skala sedang untuk tindakan pemberian terapi akupresur, karena untuk skala nyeri ringan pasien masih bisa untuk menahan rasa nyeri nya, sedangkan untuk nyeri skala berat pasien tidak bisa di berikan terapi akupresur melainkan harus diberi kan dengan terapi farmakologis seperti obat-obatan analgetik.

Langkah yang dapat dilakukan untuk pencegahan terjadinya asam urat yaitu dengan terapi farmakologis pemberian obat-obatan dan untuk non farmakologis yaitu dengan cara pemberian terapi komplementer dengan terapi akupresur, Akupresur merupakan salah satu teknik pengobatan tradisional Cina yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri, mengobati penyakit dan cedera. Akupresur dilakukan dengan memberikan tekanan fisik pada beberapa titik pada permukaan tubuh yang merupakan tempat sirkulasi energi dan keseimbangan pada kasus gejala nyeri. Teknik akupresur ini tidak invasif, aman, dan efektif. Akupresur terbukti dapat mengurangi nyeri punggung, kepala, osteoarthritis, otot, leher, nyeri pre-operasi dan post operasi, mual muntah, kadar asam urat dan masalah tidur (Yurdanur, 2012). Penelitian dilakukan dengan terapi Akupresur pada titik-titik tertentu dilakukan selama ± 6 menit dilakukan 3 kali dalam seminggu (Ardika, dkk. 2019).

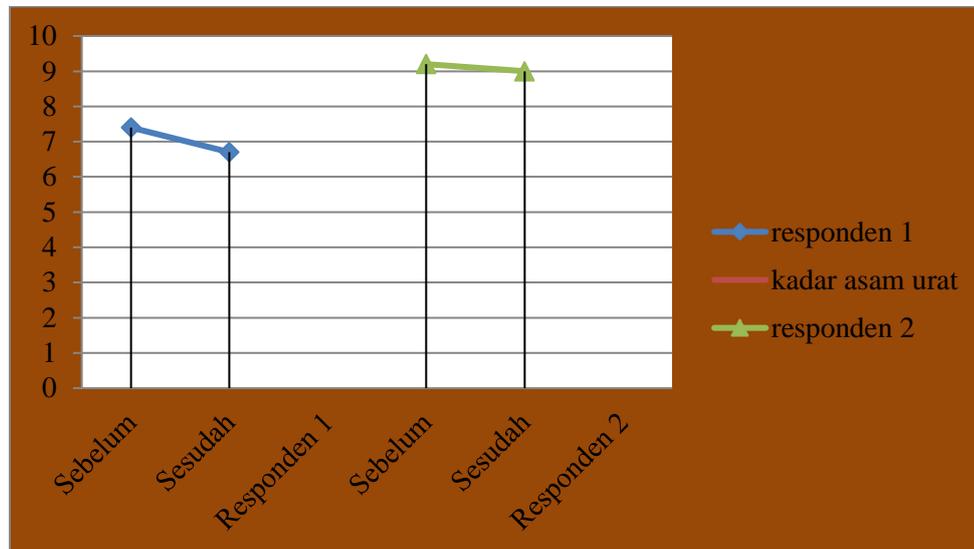
Peran perawat dalam pemberian asuhan keperawatan membantu menormalisasi kadar asam urat pada penderita asam urat untuk mempertahankan kadar asam urat pada tingkat normal dan meningkatkan kualitas kehidupan secara maksimal dengan cara memberi intervensi asuhan keperawatan sehingga dapat memperbaiki kondisi kesehatan penderita (Teguh Pribadi, dkk. 2021).

METODE PENELITIAN

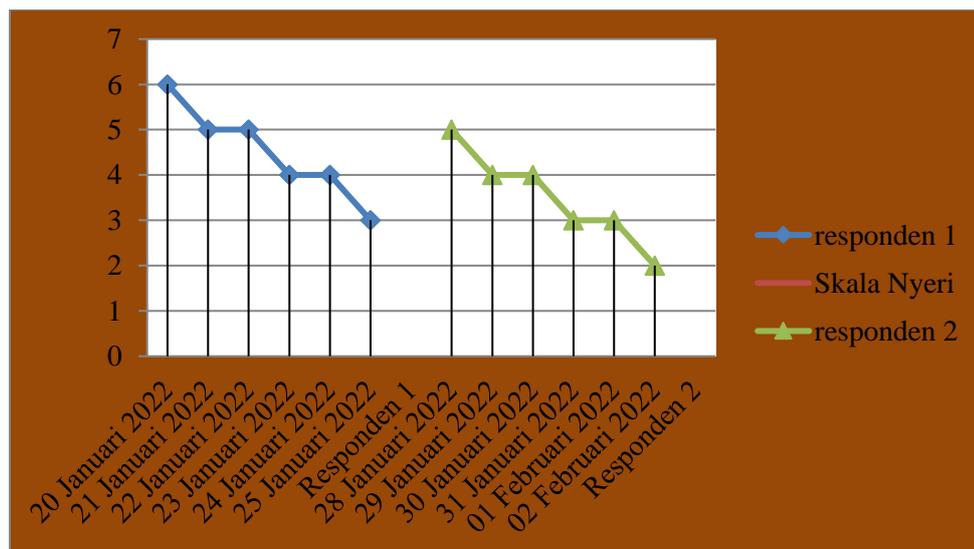
Metode penelitian dengan menggunakan deskriptif dengan pendekatan studi kasus untuk mengeksplorasi masalah Asuhan Keperawatan pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman (nyeri). Pendekatan yang digunakan adalah Asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan.

HASIL PENELITIAN

Diagram hasil penurunan kadar asam urat dan skala nyeri pada kedua responden.



Gambar 1. Penurunan kadar asam urat pada responden 1 dan 2



Gambar 2. Skala nyeri pada responden 1 dan 2

Berdasarkan gambar 1 dalam grafik kadar asam urat diatas, hasil kadar asam urat pada responden 1 dan 2 mengalami penurunan sedikit-sedikit setelah perawatan selama 6 hari yaitu 7.4 mg/dL menjadi 6.7 mg/dL pada responden 1 dan dari 9.2 mg/dL menjadi 9.0 mg/dL pada responden 2. Kedua responden sama-sama mengalami penurunan kadar asam urat dikarenakan adanya pengaruh dari terapi akupresur.

Berdasarkan gambar 2 dalam grafik skala nyeri diatas, hasil skala nyeri pada responden 1 dan 2 mengalami penurunan selama perawatan. Pada responden 1 dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 3 dan responden 2 dari skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 2.

PEMBAHASAN

Kedua responden sama-sama mengalami penurunan kadar asam urat dikarenakan adanya pengaruh dari terapi akupresur. Hal ini sesuai dengan teori Yurdanur, (2012) bahwa terapi akupresur yang dilakukan dengan memberikan tekanan fisik pada beberapa titik pada permukaan tubuh yang merupakan tempat sirkulasi energi dan keseimbangan pada kasus gejala nyeri. Teknik akupresur ini tidak invasif, aman, dan efektif. Akupresur terbukti dapat mengurangi nyeri punggung, kepala, osteoarthritis, otot, leher, nyeri pre-operasi dan postoperasi, mual muntah, kadar asam urat dan masalah tidur.

Penurunan skala nyeri tersebut terjadi karena pengaruh pemberian terapi akupresur yang dapat memberikan efek lokal yaitu penurunan rasa nyeri pada daerah sekitar titik penekanan. Energi pada titik akupresur akan mengalir melalui aliran meridian menuju target organ. Sesuai dengan teori Enggal Hadi Kurniawan, (2016) menjelaskan bahwa mekanisme akupresur dalam menurunkan tingkat nyeri akut maupun kronik, akupresur dapat menurunkan nyeri pada proses persalinan sekaligus mempercepat prosesnya. Akupresur juga menurunkan nyeri 25 pada saat haid, nyeri punggung, nyeri kepala, nyeri lutut, nyeri arthritis, nyeri leher dan nyeri kanker payudara.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan skala nyeri dan kadar asam urat setelah dilakukan *terapi akupresur* sebanyak 3 kali dalam 1 minggu pada pasien asam urat. Disarankan agar materi tentang terapi akupresur tidak hanya dalam teori saja tetapi memasukan keterampilan akupresur dalam materi praktik. Membuat Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi akupresur agar pemahaman tentang terapi ini menjadi lebih baik dan menjadikan akupresur sebagai salah satu alternative untuk mengurangi rasa nyeri dan kadar asam urat dalam kasus asam urat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada kedua orang tua saya yang telah memberikan dukungan serta suport kepada penulis sehingga bisa pada tahap ini, kemudian pada pihak lembaga Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia yang telah memberikan masukan serta bimbingan dalam menyelesaikan jurnal ini, serta kepada bapak ibu dosen STIKes Saptta Bakti terutama Prodi DIII Keperawatan yang telah memberikan kontribusi dan bimbingan dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnuhazi, R. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Lansia (45 – 70 Tahun). *Human Care Journal*.
- Apriana, I., Pastrina Sandra, D., & Mardiyah Ningsih, D. D. (2018). Hubungan Menopause Dengan Kadar Asam Urat Dalam Darah. 8(1), 4
- Choi, Hyon K & Gary Curhan. Coffee, Tea and Caffein Consumption and Serum Acid Level: Third National Health and Nutrition Examination Survey. *Arthritis & Rheumatism (Arthritis Care & Research)*. Vol 57, June 2007.
- Enggal Hadi Kurniawan. (2016). Terapi Komplementer Alternatif Akupresur Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri. *Nurseline Journal*, 1(2), 246–256.
- Gaw A, Murphy MJ, Cowan RA, O'Reilly D, Stewart MJ, Shepherd J (2012). *Biokimia klinis teks bergambar*. Edisi ke 4. Jakarta: EGC, p: 60.
- Isselbacher. dkk. 2012. *Harrison Prinsip-Prinsip Ilmu Penyakit Dalam*, Alih Bahasa Asdie Ahmad H Edisi, 13. Jakarta : EGC. p 223



- Junaidi, I. (2013). *Rematik dan Asam Urat*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer
- Noviyanti. (2015). *Hidup sehat tanpa asam urat*. Yogyakarta : PT Suka Buku.
- Setiati S, Alwi I, Sudoyo AW, Stiyohadi B, Syam AF. *Buku ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid I. VI*. Jakarta: InternaPublishing; 2014:1132-53.
- Sri Arjani, I. A. M., Mastra, N., & Merta, I. W. (2018). *Gambaran Kadar Asam Urat Dan Tingkat Pengetahuan Lansia Di Desa Samsam Kecamatan Kerambitan Kabupaten Tabanan*. 6, 46–55
- Yurdanur, D. 2012. *Non-Pharmacological Therapies in Pain Management*. [Online] diakses melalui <http://cdn.Intechopen.com> pada tanggal 10/04/2020.