

**PEMBERIAN AKUPRESUR UNTUK MENURUNKAN NYERI DAN KADAR ASAM URAT  
PADA KLIEN ASAM URAT DI PONCOWARNO KECAMATAN KALIREJO  
LAMPUNG TENGAH**

**Teguh Pribadi<sup>1</sup>, Ainur Rahma<sup>2</sup>, Rika Yulendasari<sup>3\*</sup>**

<sup>1,3</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Profesi Ners Universitas Malahayati

Email Koresponden: rikajeng@gmail.com

**ABSTRAK**

Pada tahun 2018, prevalensi penyakit sendi di Lampung berada pada urutan ke-12 di Indonesia yaitu sebesar 7,2%. Terapi nonfarmakologi untuk mempercepat proses penyembuhan pada pasien hiperurisemia yaitu terapi herbal, hemeopati, akupuntur, akupresur, terapi nutrisi, refleksologi, terapi garam, dan yoga. Akupresur merupakan salah satu teknik pengobatan tradisional Cina yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri, mengobati penyakit dan cedera. Tujuan setelah penyuluhan dan demonstrasi, diharapkan pemberian akupresur dapat untuk menurunkan kadar asam urat dan rasa nyeri pada klien Asam urat tinggi. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan menggunakan leaflet dan demonstrasi akupresur. Terdapat penurunan kadar asam urat dan nyeri pada klien asam urat tinggi setelah pemberian akupresur selama 7 hari di Poncowarno Kecamatan Kalirejo, Lampung Tengah. Dengan demikian, pemberian akupresur pada klien asam urat sangat efektif dalam menurunkan kadar asam urat dan nyeri.

**Kata Kunci:** Nyeri, Akupresur, Asam Urat

**ABSTRACT**

In 2018, the prevalence of joint disease Lampung ranks 12th at Indonesia (7.2%). Nonpharmacological therapy to accelerate the healing process in hyperuricemia's patients that is herbal therapy, hemeopathy, acupuncture, acupressure, nutritional therapy, reflexology, salt therapy, and yoga. Acupressure is one of the traditional Chinese medicine techniques which can be used to reduce pain, treat illnesses and injuries. The purpose after counseling and demonstration, it is expected that the provision of acupressure can reduce uric acid levels and pain in high uric acid's client. The activities carried out in the form of counseling using leaflets and acupressure demonstrations. There was a decrease in uric acid levels and pain in high uric acid's clients after giving acupressure for 7 days at Poncowarno, Kalirejo District, Central Lampung. Thus, giving acupressure to uric acid clients is very effective in reducing uric acid levels and pain.

**Keywords:** Pain, Acupressure, Gout

## 1. PENDAHULUAN

Menurut data dari WHO penderita gangguan sendi di Indonesia mencapai 81% dari populasi, yang pergi ke dokter hanya 24% sedangkan yang langsung mengkonsumsi obat pereda nyeri yang di jual secara bebas hanya 71%. Angka tersebut menempatkan Indonesia sebagai negara tertinggi menderita gangguan sendi apabila di bandingkan dengan negara lain. Apabila di dalam negeri penyakit asam urat menjadi ancaman tertinggi maka dari itu untuk skala Internasional berdasarkan survei WHO, Indonesia merupakan negara terbesar di dunia yang penduduknya menderita penyakit asam urat. Penyakit asam urat di sebut artritis gout termasuk penyakit degeneratif yang menyerang persendian, paling sering di jumpai di kalangan masyarakat terutama di alami pada lansia. Kejadian tingginya penyakit asam urat baik itu di negara maju maupun di negara berkembang semakin meningkat terutama pada pria yang berusia 40-50 tahun. Hal ini terjadi 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).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018 diketahui prevalensi penyakit sendi di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan yaitu 13,3% dan berdasarkan diagnosis dan gejala yaitu 18,9%. Sedangkan berdasarkan daerah diagnosis tenaga kesehatan, tertinggi Aceh (13,3%), diikuti Bengkulu (13,0%) dan Bali (12,7%). Pada tahun 2018, prevalensi penyakit sendi di Lampung berada pada urutan ke-12 di Indonesia yaitu sebesar 7,2% (KEMENKES RI, 2018).

Terapi nonfarmakologi atau terapi komplementer alternatif untuk mempercepat proses penyembuhan pada pasien hiperurisemia yaitu terapi herbal, hemeopati, akupuntur, akupresur, terapi nutrisi, refleksologi, terapi garam, dan yoga (Rahmah, 2017).

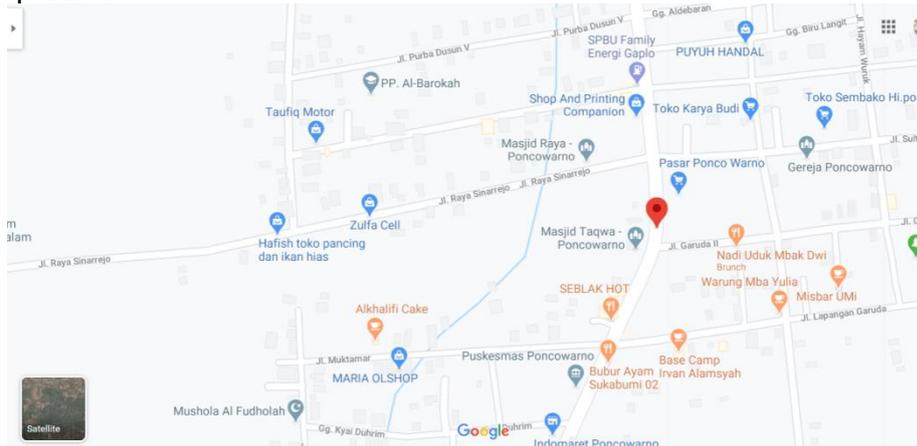
Akupresur merupakan salah satu teknik pengobatan tradisional Cina yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri, mengobati penyakit dan cidera. Akupresur dilakukan dengan memberikan tekanan fisik pada beberapa titik pada permukaan tubuh yang merupakan tempat sirkulasi energi dan keseimbangan pada kasus 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 dan masalah tidur (Yurdanur, 2012).

Terdapat beberapa penelitian terkait terapi alternatif akupresur berpengaruh menurunkan tingkat nyeri pada persalinan kala I (Suroso & Mulati, 2014), nyeri pada dysmenorhea (Rahmawati, Situmorang & Yulianti, 2019), serta nyeri pada asam urat (Rakhman, Purnawan & Purwadi, 2015).

Peran perawat dalam pemberian asuhan keperawatan membantu 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.

## 2. MASALAH

Alasan saya memilih tempat penyuluhan kesehatan tentang asam urat dan demonstrasi tentang pemberian akupresur di Poncowarno Kecamatan Kalirejo, Lampung Tengah ialah karena keluarga saya sendiri memiliki masalah kesehatan asam urat tinggi, dimana tujuan umum dalam kegiatan diharapkan pemberian teh hijau dapat menurunkan kadar asam urat dan nyeri pada klien asam urat tinggi. Dan tujuan khusus dalam kegiatan yaitu asuhan keperawatan, telaah jurnal untuk menentukan intervensi, evaluasi hasil aplikasi intervensi, perbandingan hasil intervensi pemberian akupresur.



Gambar 2.1 Lokasi penyuluhan dan demonstrasi

## 3. METODE

### 1. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan pre planning, persiapan penyajian leaflet dan demonstrasi, tempat dan alat-alat lainnya disiapkan oleh peneliti. Pembuatan leaflet dibuat pada hari Selasa 07 Mei 2020, pada tanggal 08 Mei 2020 dilakukan penyuluhan, pengecekan asam urat, dan demonstrasi akupresur.

### 2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan ini dengan pemberitahuan kepada klien. Dan dilanjutkan penyuluhan, pengecekan asam urat, dan demonstrasi akupresur.

### 3. Evaluasi

#### a. Struktur

Peserta hadir 1 orang yaitu Laki-laki. Setting tempat sudah sesuai dengan rencana dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Peran peneliti sebagai modertor, notulen, observer, dan juga fasilitator. Penggunaan bahasa yang dipraktekkan sudah komunikatif dalam penyampaianya, klien dapat memahami dan dapat mempraktekkan kembali yang di demonstrasikan.

- b. Proses  
Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pukul 09.00 s/d 09.30 WIB. Sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan.
- c. Hasil
  1. Klien dapat memahami dan mengerti tentang pengertian terapi pemberian akupresur
  2. Klien dapat memahami dan mengerti tentang tujuan dilakukannya terapi pemberian akupresur
  3. Klien dapat memahami dan mengerti tentang manfaat dan teknik pembuatan terapi pemberian akupresur
  4. Klien dapat memahami dan mengerti tentang langkah-langkah pembuatan akupresur

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pemberian terapi pembuatan teh dilaksanakan pada tanggal 08 Mei 2020 s/d 14 Mei 2020. Penelitian dilakukan selama 7 hari, setelah dilakukannya pemberian terapi selama 7 hari menurunkan kadar asam urat dan nyeri klien. Berikut gambar pelaksanaan penyuluhan, pengecekan kadar kolesterol dan pemberian terapi akupresur:



Gambar 4.1 pelaksanaan penyuluhan, pengecekan kadar asam urat dan pemberian terapi akupresur

#### 5. KESIMPULAN

Terapi non farmakologi pemberian teh hijau terbukti dapat menurunkan kadar kolesterol pada penderita asam urat tinggi. Hal ini membuktikan beberapa hasil penelitian yang pernah dilakukan kepada klien dengan asam urat tinggi, bahwa pemberian akupresur dapat dijadikan alternatif perawatan asam urat tinggi yang murah, mudah, dan aman.

**6. DAFTAR PUSTAKA**

- Anita, A. (2018). Pengaruh Akupresur Lo4 (he kuk) dan Thai Cong terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 471-477.
- Depkes, R. I. (2017). Profil kesehatan republik indonesia. *Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI*.
- Dianati, N. A. (2015). Gout and hyperuricemia. *Jurnal Majority*, 4(3).
- Digiulio, M., Jackson, D., & Keogh, J. (2014). Keperawatan medikal bedah. *Yogyakarta: Rapha Publishing*.
- Fauzi, I. (2014). Buku Pintar Deteksi Dini Gejala dan Pengobatan Asam Urat, Diabetes dan Hipertensi.
- Febrianti, R. (2018). *Efektifitas akupresur di titik Meridian PMS xuehai (sp10) terhadap tingkat nyeri menstruasi (dysmenorrhea) pada mahasantri Pondok Pesantren K. H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).
- Kemenkes, R. I. (2018). Hasil utama RISKESDAS 2018. *Online) [http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil% 20Riskasdas, 202018](http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskasdas_202018)*.
- Nastiti, D. D., & Satria, A. P. (2015). Analisis Praktik Klinik Keperawatan pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Terhadap Pemberian Terapi Akupresur dalam Penurunan Mual Muntah Ruang Hemodialisa Rumah Sakit Umum Daerah Abdul Wahab Sjahranie Samarinda Tahun 2015.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). Aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis & Nanda NIC-NOC. *Yogyakarta: MediAction*.
- Pravikasari, N. A. (2014). *Perbedaan Senam Hamil dan Teknik Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III* (Doctoral dissertation, Program Pascasarjana Undip).
- Rahmah, A. (2017). *Efektivitas pijat refleksi dan pijat tubuh terhadap asam urat darah dan skala nyeri pada pasien hiperurisemia di ciledug* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017).
- Rahmawati, D. T., Situmorang, R. B., & Yulianti, S. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Dysmenorhea. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 4(2), 9-9.
- Rakhman, A., Purnawan, I., & Purwadi, A. R. (2015). Pengaruh Terapi Akupressure Terhadap Kadar Asam Urat Darah Pada Lansia. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(2), 62-68.
- Rosdiana, D. S., Khomsan, A., & Dwiriani, C. M. (2018). Pengetahuan Asam Urat, Asupan Purin Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Hiperurisemia Pada Masyarakat Perdesaan. *Media Pendidikan Gizi dan Kuliner*, 7(2).
- Soeroso, J., & Algristian, H. (2011). Asam urat. *Jakarta, Penebar Plus*.
- Tim Pokja, S. D. K. I. DPP PPNI.(2017). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia*.
- Utomo, Y., Adi, G. S., & Umarianti, T. (2018). *Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresur Dan Pemberian Jus Sirsak Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis*. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 2(4).