



## PENGARUH MASSAGE TEKNIK *EFFLEURAGE* DENGAN MINYAK ZAITUN TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PENDERITA ASAM URAT

Sri Rahayu<sup>1</sup>, Wahyudi Qorahman MM<sup>2</sup>, Novita Sari<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Dosen Keperawatan, Prodi Keperawatan STIKes Borneo Cendekia Medika

<sup>3</sup>Mahasiswa Keperawatan STIKes Borneo Cendekia Medika

Email : [rahayusriyayu13@gmail.com](mailto:rahayusriyayu13@gmail.com)

### ABSTRAK

Asam urat merupakan penyakit yang diakibatkan karena penimbunan kristal monosodium urat monohidrat (MSUM) berlebih didalam tubuh dan menyebabkan gejala nyeri. Pengobatan non farmakologis yang diterapkan yaitu *Massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun dapat mengurangi nyeri dengan cara manipulasi otot dan anggota tubuh untuk meredakan ketegangan, dan memberikan relaksasi. Secara fisiologis, *massage* terbukti dapat meningkatkan sirkulasi darah dan limfe, mengurangi ketegangan otot, meningkatkan jangkauan gerak sendi serta mengurangi nyeri, dan meningkatkan sintesis hormon morphin endogen, serta pengurangan hormon simpatomimetic. Tujuan penelitian Menganalisis pengaruh *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri pada penderita asam urat. Metode penelitian: Jenis penelitian ini *Quasi experimental* pendekatan *two group pre-posttest design* sampel 30 responden, 15 kelompok intervensi 15 kelompok kontrol. Pengukuran tingkat nyeri menggunakan lembar observasi VAS. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan signifikan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi *massage effleurage* dengan minyak zaitun, pada kelompok intervensi pretest rata-rata 5,07 dan posttest rata-rata 2,73. Pada kelompok kontrol pretest rata-rata 5,60 dan tingkat nyeri posttest rata-rata 4,40. Hasil uji Wilcoxon pada kelompok intervensi *p value* 0,000 sedangkan kelompok kontrol *p value*. 0,007. Hasil uji Mann Whitney *p value* 0,003. Kesimpulan: Ada pengaruh *Massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri pada penderita asam urat.

**Kata kunci :** *Massage effleurage*, minyak zaitun, tingkat nyeri, asam urat.

### ABSTRACT

*Gout is a disease caused by the accumulation of excess crystals of monosodium urate monohydrate (MSUM) in the body and causes symptoms of pain. The non-pharmacological treatment applied is the effleurage massage technique with olive oil which can reduce pain by manipulating the muscles and limbs to relieve tension and provide relaxation. Massage can increase blood and lymph circulation, reduce muscle tension, increase range of motion of joints and reduce pain, and increase endogenous morphine hormone synthesis, as well as reduce sympathomimetic hormones. The purpose of the research was to analyze the effect of the effleurage massage technique with olive oil on pain levels in gout sufferers. Research method: This type of research is Quasi-experimental with a two-group pre-posttest approach, a sample of 30 respondents, 15 intervention groups and 15 control groups. Measurement of pain level using VAS scale observation sheet. The results showed that there was a significant difference in the level of pain before and after being given an effleurage massage intervention with olive oil, in the pretest intervention group an average of 5.07 and an average posttest of 2.73. In the control group, the pretest average was 5.60 and the posttest pain level averaged 4.40. Wilcoxon test results in the intervention group *p value* 0.000 while the control group *p value*. 0.007. Mann Whitney test results *p value* 0.003. Conclusion: There is an effect of the effleurage massage technique with olive oil on the level of pain in gout sufferers.*

**Keyword :** *Massage effleurage, olive oil, level of pain, gout*

## PENDAHULUAN

Asam urat merupakan penyakit yang diakibatkan karena penimbunan kristal monosodium urat didalam tubuh. Penimbunan kristal monosodium berlebih dalam tubuh dapat menyebabkan asam urat. Asam urat nukleat yang terdapat pada inti sel manusia merupakan salah satu komponen yang terdapat dalam kandungan purin yang menyebabkan penyakit asam urat (Elvie, P, 2022).

Asam urat terbentuk jika tubuh mengkonsumsi makan yang banyak mengandung purin. Kadar asam urat meningkat atau abnormal ketika ginjal tidak mampu mengeluarkannya melalui urin (Vega, A, 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization*, prevalensi asam urat di dunia mengalami kenaikan dengan jumlah 1370 orang (33,3%). Prevalensi asam urat juga meningkat pada kalangan orang dewasa di Inggris sebesar 3,2% dan Amerika Serikat sebesar 3,9%. Di Korea prevalensi asam urat meningkat dari 3,49% per 1000 orang pada tahun 2007 menjadi 7,58% per 1000 orang pada tahun 2015. Di Indonesia penyakit asam urat menduduki urutan kedua dari penyakit osteoarthritis (WHO, 2018).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit sendi di Indonesia sebanyak (7,30%). Prevalensi penyakit sendi tertinggi berdasarkan diagnosis kesehatan usia 75 tahun keatas (18,95%), dan pada kelompok usia 15-24 tahun yaitu sebesar (1,23%). prevalensi penyakit berdasarkan jenis kelamin lebih banyak perempuan

(8,46%) dibanding laki-laki (6,13%). Prevalensi kasus penderita penyakit sendi di Provinsi Kalimantan Tengah pada tahun 2018 dengan jumlah kasus 179.200 (Riskesdas 2018). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kotawaringin Barat tahun 2021 prevalensi penderita asam urat berjumlah 1012 kasus dan di tahun 2022 dengan jumlah kasus sebanyak 254 kasus. Kasus asam urat tertinggi ditahun 2022 (Januari – Mei) terjadi diwilayah Kerja Puskesmas Nantai Pelingkau dengan jumlah 181 kasus.

Penatalaksanaan asam urat dilakukan dengan mengendalikan sakit, kerusakan sendi menjaga aktivitas sehari - hari. Penatalaksanaan asam urat dibagi menjadi dua yaitu penatalaksanaan farmakologi dan penatalaksanaan non farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi dilakukan dengan pemberian obat-obatan untuk mengatasi radang dan rasa sakit yaitu analgesik dari golongan AINS (anti inflamasi nonsteroid) atau NSAID (*nonsteroidal anti inflamatori drugs*), seperti indometasin, ibuprofen, ketoprofen, diklofenak. Sedangkan untuk pencegahan serang berulang, biasanya diberikan kolsisin (Mustikawati, 2021). Penatalaksanaan non farmakologi antara lain distraksi, biofeedback, hipnosis diri, stimulus kutenus (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, TENS*) dan *massage* kulit (Aulia, R, 2019).

*Massage* adalah terapi manipulasi otot dan anggota tubuh untuk meredakan ketegangan dan mengurangi rasa sakit. *Massage* efektif untuk mengurangi gejala

gangguan atau nyeri pada otot dan sistem saraf dan sering digunakan untuk mengurangi stress (Eqlima, E, 2020). Secara fisiologi *massage* terbukti dapat meningkatkan sirkulasi darah dan limfe, mengurangi ketegangan otot, meningkatkan jangkauan gerak sendi serta mengurangi nyeri, dan meningkatkan sintesis hormon morphin endogen, serta pengurangan hormon simpatomimetic (Fitriani, 2019). *Massage* dengan teknik *effleurage* menggosok dengan tangan, teknik *effleurage* adalah teknik yang aman, serta dapat dilakukan seorang diri untuk meredakan nyeri, pegal dan kelelahan (Krismantoro, T, 2021). Gerakan ini salah satu gerakan utama dalam pijat, gerakan harus berirama halus dan merata (Erindra, B, C, 2020).

Kombinasi *massage* dengan minyak zaitun, minyak zaitun bermanfaat untuk memberikan rasa relaksasi, melenturkan otot-otot yang kaku, meredakan nyeri otot secara keseluruhan dan untuk menyembuhkan kulit kering (Nurul, E, 2019). Minyak Zaitun mengandung vitamin E yang bersifat antioksidan (Syekh, 2019). Kandungan minyak zaitun bagi kesehatan kulit diantaranya olive oil, BHT, mineral oil, serta Terminalia bellerrica fruit atau yang disebut juga dengan buah mojokeling (Sumara, 2019).

Berdasarkan studi atau survei awal di Wilayah Kerja Puskesmas Natai Pelingkau dengan melakukan wawancara pada 10 orang, didapatkan hasil bahwa 7 orang mengeluh nyeri sendi dan kekakuan sendi. Nyeri yang dirasakan adalah

skala nyeri sedang, dan 3 orang lainnya mengeluh nyeri sendi skala ringan. Setelah dilakukan wawancara pada 10 orang, mengungkapkan nyeri saat beraktivitas dan nyeri yang dirasakan hilang timbul, nyeri dibagian tangan dan kaki. Mereka mengatakan jika nyerinya kambuh mereka hanya minum obat yang diberikan oleh puskesmas dan membeli obat diapotik. Mereka mengatakan tahu dan sudah biasa dengan pijat untuk dijadikan sebagai pilihan alternatif dalam pengobatan.

Berdasarkan permasalahan dan kronologi di atas, maka peneliti melakukan penelitian tentang “Pengaruh *massage* teknik *effleuarge* dengan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri penderita asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Natai Pelingkau Kabupaten Kotawaringim Barat Provinsi Kalimantan Tengah”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan *quasi-eksperimental* dengan pendekatan *pretest – posttest with control group design*, sampel berjumlah 30 responden yaitu 15 responden kelompok kontrol dan 15 responden kelompok intervensi. Kelompok intervensi mendapatkan *massage effleurage* 6 kali perlakuan durasi 10 menit selama 14 hari posttest pada hari ke 14. Menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*.

## **HASIL**

### **1. Umur Responden**

Tabel 1 karakteristik responden berdasarkan umur

Usia	Intervensi	Kontrol
Mean	48.60	43.73
Max	67	61
Min	30	29

## 2. Jenis Kelamin Responden

Tabel 2 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

JK	Intervensi	Kontrol
Perempuan	8	13
Laki-Laki	7	2
Total	15	15

## 3. Pendidikan Responden

Tabel 3 karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Pendidikan	Intervensi	Kontrol
SD	10	7
SMP	2	6
SMA	3	2
Total	15	15

## 4. Pekerjaan Responden

Tabel 4 karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Pekerjaan	Intervensi	Kontrol
IRT	6	10
Buruh	6	2
Petani	3	3
Total	15	15

## 5. Identifikasi tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Tabel 5 Rata-rata tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kontrol

Sistolik	Pre Mean	Post Mean	Selisih
Intervensi	5.07	2.73	2.34
Kontrol	5.60	4.40	1.2

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan bahwa rata-rata pada pretest tingkat nyeri pada kelompok intervensi 5,07 (sedang) dan pada kelompok kontrol rata-rata tingkat nyeri yaitu 5,60 (sedang) dan posttest tingkat nyeri pada kelompok intervensi 2,73 (ringan) dan pada

kelompok kontrol rata-rata tingkat nyeri yaitu 4,40 (sedang).

## 6. Analisis tingkat nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Tabel 6 Analisis pengaruh perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Diastolik	Pre Mean	Post Mean	Selisi	P
Intervensi	5.07	2.73	2.34	0.000
Kontrol	5.60	4.40	1.2	0.017

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa perlakuan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun pada kelompok intervensi berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri dengan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$  maka dapat disimpulkan H1 diterima dan pada kelompok kontrol diberi perlakuan pengobatan dasar berpengaruh signifikan dengan  $p = 0,007 < \alpha = 0,05$  maka disimpulkan terdapat pengaruh.

## 7. Analisis perbedaan penurunan tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Diastolik	Posttest Mean	P
Intervensi	2.73	0.003
Kontrol	4.40	

Berdasarkan tabel 7 menunjukan bahwa adanya perbedaan yang bermakna penurunan tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan posttest pada hari ke 14 dari hasil Uji Mann-Whitney didapatkan nilai  $p = 0,003 < \alpha = 0,05$  maka

disimpulkan terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok atau H1 diterima. Kedua kelompok sama-sama terjadi penurunan tingkat nyeri namun dari nilai rata-rata lebih signifikan penurunan tingkat nyeri pada kelompok intervensi 2,73 (ringan).

## **PEMBAHASAN**

1. Mengidentifikasi tingkat nyeri penderita asam urat sebelum dilakukan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.5 menunjukkan bahwa tingkat nyeri dari 15 responden sebelum diberikan perlakuan pada kelompok intervensi yaitu dengan nilai rata-rata tingkat nyeri 5,07 (sedang), dengan skala maksimal nyeri adalah 6 (sedang) dan skala minimal 4 (sedang). Pada kelompok kontrol nilai rata-rata tingkat nyeri yaitu 5,60 (sedang), dengan skala maksimal nyeri adalah 6 (sedang) dan skala minimal tingkat 5 (sedang).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aulia rahmah (2017) hasil rata-rata responden skala nyeri responden sebelum dilakukan efektifitas pijat refleksi dan pijat tubuh yaitu 5,85 (sedang), penyebab nyeri dikarenakan mengkonsumsi makanan yang tinggi purin sehingga terbentuknya kristal asam urat yang menumpuk dalam tubuh, menimbulkan iritasi lokal dan mengakibatkan respon inflamasi yang ditandai dengan nyeri.

Rasa nyeri disebabkan karena asam urat yang mengalami dekomposisi dengan pemanasan

menjadi asam sianida (HCN) sehingga menjadi cairan ekstraselular yang disebut sodium urat. Jumlah asam urat dalam darah dipengaruhi oleh intake purin, biosintesis asam urat dalam tubuh, dan banyaknya ekskresi asam urat. Kadar asam urat lebih dari 7,0 ml/dl akan membentuk kristal-kristal yang berbentuk seperti jarum mengakibatkan reaksi peradangan yang jika berlanjut akan menimbulkan nyeri yang tidak tertahankan (Fatwa, M, 2014).

Nyeri merupakan suatu pengalaman sensorik yang multidimensional dapat berbeda dalam intensitas ringan, sedang, berat dan penyebaran nyeri didaerah tubuh *superficial* atau dalam, terlokalisir atau difus. (Yelva, F, 2021). Nyeri berhubungan dengan adanya atau potensi rusaknya jaringan, suatu gabungan dari komponen objektif aspek fisiologi nyeri dan komponen subjektif aspek emosional dan psikologis (Riri, S, 2021). Menurut Mubarak et al, (2015) pengukuran nyeri merupakan elemen yang penting untuk menentukan terapi nyeri yang efektif. Skala penilaian nyeri dan keterangan pasien digunakan untuk menilai derajat nyeri. Menurut Andarmoyo (2013) ada beberapa tahapan dalam proses terjadinya nyeri yaitu stimulasi, transduksi, transmisi, modulasi dan persepsi.

Menurut peneliti sebelum dilakukan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun sebagian besar responden mengalami nyeri asam urat, dikarenakan beberapa faktor karakteristik responden seperti usia,

jenis kelamin dan pendidikan. Sebagian kecil responden pada penelitian ini rata-rata pada rentang usia 56-65 tahun, sebanyak 7 responden (46,7%) pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol rata-rata pada rentang usia 36-45 tahun, sebanyak 5 responden (33,3%). Menurut penelitian Ida, Untari (2017) mengatakan bahwa usia merupakan faktor resiko penting terjadi peningkatan kadar asam urat, yang disebabkan karena enzim urikase yang mengoksidasi asam urat mudah dibuang dan menurun seiring dengan bertambah tuanya umur seseorang, jika pembentukan enzim ini terganggu maka kadar asam urat darah menjadi naik. Kadar asam urat meningkat atau abnormal ketika ginjal tidak mampu mengeluarkannya melalui urin dapat menyebabkan nyeri.

Setengah responden pada kelompok intervensi yaitu 7 orang (46,7%) berjenis kelamin laki-laki, sebagian besar responden yaitu 8 orang (53,3%) berjenis kelamin perempuan dan pada kelompok kontrol hampir seluruh responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 orang (86,7%) dan sedikit dari responden yaitu 2 orang (13,3%) berjenis kelamin laki-laki. Pada kelompok intervensi tingkat nyeri pada laki-laki dengan skala nyeri 5 (sedang) yaitu 4 responden, skala nyeri 6 (sedang) yaitu 2 responden dan skala nyeri 4 (sedang) yaitu 1 responden dan tingkat nyeri pada perempuan dengan skala nyeri 5 (sedang) yaitu 4 responden, skala nyeri 6 (sedang) yaitu 2 responden dan skala nyeri 4

(sedang) yaitu 2 responden. Pada kelompok kontrol tingkat nyeri pada laki-laki dengan skala nyeri 5 (sedang) yaitu 1 responden, skala nyeri 6 (sedang) yaitu 1 responden dan tingkat nyeri pada perempuan dengan skala nyeri 5 (sedang) yaitu 5 responden, skala nyeri 6 (sedang) yaitu 8 responden. Menurut penelitian Irene, C, (2019) mengatakan bahwa angka kejadian asam urat lebih tinggi pada laki-laki dibandingkan dengan perempuan disebabkan oleh adanya perbedaan status hormonal yaitu hormon estrogen. Hormon estrogen pada perempuan berperan dalam meningkatkan ekskresi asam urat melalui ginjal. Pada perempuan umumnya terjadi pada usia menopause dimana pada usia ini terjadi penurunan hormon estrogen.

Sebagian besar responden pada kelompok intervensi tingkat pendidikan terakhir SD yaitu sebanyak 10 responden (66,7%) dan hampir setengahnya responden pada kelompok kontrol tingkat pendidikan terakhir SD yaitu sebanyak 7 responden (46,7%). Menurut penelitian Asrina, A, (2016) mengatakan bahwa tingkat pendidikan mempengaruhi timbulnya rasa pengetahuan individu yang dapat memberikan rasa ingin tahu pada suatu objek, pengetahuan responden tentang cara menangani nyeri dan mengetahui gejala apa saja yang dapat ditimbulkan oleh asam urat sehingga menyebabkan nyeri. Pendidikan yang rendah mempengaruhi daya serap seseorang terhadap informasi yang diterima.

2. Mengidentifikasi tingkat nyeri penderita asam urat setelah dilakukan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun

Hasil penelitian tingkat nyeri pada penderita asam urat setelah dilakukan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi nilai rata-rata 2,73 (ringan) dan pada kelompok kontrol rata-rata tingkat nyeri yaitu 4,40 (sedang).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hamdayani (2012) hasil responden skala nyeri setelah dilakukan *massage* tingkatan nyeri menurun. Setelah pemberian *Massage* kulit responden pada tingkatan nyeri sedang yakni 4 orang (66,6%) dan 2 orang (33,3%) dengan nyeri ringan. Efek sentuhan *massage* kulit dapat memperlambat impuls motorik menuju otot yang dapat mengurangi spasme/ kekakuan pada area persendian, serta relaksasi yang maksimal.

Penelitian sebelumnya Eqlima, E, (2020) menyatakan bahwa *massage* berpengaruh terhadap tingkat nyeri asam urat. *Massage* dapat meredakan ketegangan dan mengurangi rasa sakit. *Massage* efektif untuk mengurangi gejala gangguan atau nyeri pada otot dan sistem saraf dan sering digunakan untuk mengurangi stress. *Massage* dapat melebarkan pembuluh darah, merelaksasi otot dan memperlancar aliran darah maka nyeri dapat berkurang (Morteza, N, 2019). *Massage* dengan teknik *effleurage* adalah teknik pijatan yang dilakukan untuk membantu mempercepat proses pemulihan

nyeri dengan menggunakan sentuhan tangan untuk menimbulkan efek relaksasi (Alimah, 2012).

*Massage* dengan minyak zaitun bermanfaat untuk memberikan rasa relaksasi, melembabkan dan meredakan nyeri otot secara keseluruhan (Nurul, E, 2019). Minyak Zaitun mengandung vitamin E, minyak zaitun yang mempunyai aroma membuat tubuh dan pikiran menjadi rileks (Syekh, 2019). Minyak zaitun sebagai pelumas yang memiliki tekstur pelicin, jenis minyak zaitun pomace olive oil sebagai campuran produk perawatan tubuh seperti krim, lotion, atau kosmetik. Kandungan minyak zaitun bagi kesehatan kulit diantaranya olive oil, yang bersifat melembabkan sehingga membuat penderita menjadi relaksasi (Sumara, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Dede, N, (2021) hasil penelitiannya, pemberian olesan minyak zaitun berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri dan meningkatkan rasa nyaman pada penderita.

Menurut peneliti setelah dilakukan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun dengan 6 kali perlakuan durasi 10 menit selama 14 hari memberikan efek relaksasi, mengurangi spasme/kekakuan otot, meningkatkan jangkauan gerak sendi dan kenyamanan pada penderita sehingga dapat menurunkan nyeri.

*Massage* secara fisiologi dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin, yang

merupakan pereda sakit dan merangsang serat saraf yang menutup gerbang sinap sehingga transmisi implus nyeri ke medulla spinalis dan otak dihambat. Selain itu *massage* juga memberi efek bagi otot yang mengalami ketegangan atau pemendekan karena *massage* pada otot berfungsi mendorong keluarnya sisa-sisa metabolisme, merangsang saraf secara halus dan lembut agar mengurangi atau melemahkan rangsang yang berlebihan pada saraf yang dapat menimbulkan ketegangan.

3. Menganalisis pengaruh tingkat nyeri penderita asam urat sebelum dan setelah dilakukan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa perlakuan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun pada kelompok intervensi berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri dengan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$  maka dapat disimpulkan H1 diterima. Pada kelompok kontrol diberi perlakuan pengobatan dasar dengan nilai  $p = 0,007 < \alpha = 0,05$ . maka disimpulkan terdapat pengaruh.

Penelitian sebelumnya oleh Eqlima, E, (2020) menemukan bahwa pijat mempengaruhi nyeri asam urat. (Morteza, N, 2019), Pijat dapat melebarkan pembuluh darah, melemaskan otot, dan dapat menghilangkan rasa sakit. Pijat menggunakan teknik *Effleurage*, yaitu teknik pijat yang dilakukan untuk mempercepat proses penurunan nyeri dengan

menimbulkan efek relaksasi dengan sentuhan tangan (Alimah, 2012).

*Massage* dengan teknik *effleurage* menggosok dengan tangan. Teknik *effleurage* adalah teknik yang aman, serta dapat dilakukan seorang diri untuk meredakan nyeri, pegal dan kelelahan (Krismantoro, T, 2021). *Massage* manipulasi dari struktur jaringan lunak yang dapat menenangkan serta mengurangi stress psikologis dengan meningkatkan hormon endorphin, enkefalin dan dinorfin dan menurunkan kadar hormon kortisol, norepinephrin dan dopamine.

*Massage* mempengaruhi proses fisiologis dapat mengurangi spasme/kekakuan otot, meningkatkan jangkauan gerak sendi, mengurangi nyeri (Hayati, N, 2020).

*Massage* dengan minyak zaitun bermanfaat untuk memberikan rasa relaksasi, melembabkan dan meredakan nyeri otot secara keseluruhan (Nurul, E, 2019). Minyak Zaitun mengandung vitamin E, minyak zaitun yang mempunyai aroma membuat tubuh dan pikiran menjadi rileks (Syekh, 2019). Minyak zaitun sebagai pelumas yang memiliki tekstur pelicin, jenis minyak zaitun pomace olive oil sebagai campuran produk perawatan tubuh seperti krim, lotion, atau kosmetik. Kandungan minyak zaitun bagi kesehatan kulit diantaranya olive oil, yang bersifat melembabkan sehingga membuat penderita menjadi relaksasi (Sumara, 2019).



Penelitian yang dilakukan oleh Dede, N (2021) hasil penelitiannya, pemberian olesan minyak zaitun berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri dan meningkatkan rasa nyaman pada penderita.

Penatalaksanaan farmakologi dengan mengkonsumsi obat-obatan untuk mengatasi radang dan rasa nyeri yaitu analgesik dari golongan AINS (anti inflamasi *nonsteroid*) atau NSAID (*Nonsteroidal Anti Inflammatori Drugs*), yaitu indometasin, ibuprofen. Obat ini berfungsi sebagai penghambat terjadinya metabolisme purin menjadi asam urat sehingga obat ini akan mengurangi pembentukan asam urat dan mengurangi nyeri (Niluh, S, 2018).

Menurut peneliti penurunan tingkat nyeri lebih signifikan pada kelompok intervensi yang diberikan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun dan pengobatan dasar dengan rata-rata 2,73 (ringan), dikarenakan efek *massage effleurage* memberikan efek rileksasi pada bagian tubuh sehingga mengurangi ketegangan/spasme otot, meningkatkan jangkauan gerak sendi, mengurangi nyeri. Dibandingkan dengan kelompok kontrol yang mendapat pengobatan dasar tingkat nyeri rata-rata 4,40 (sedang) pada pengukuran posttest hari ke 14.

Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh dalam pemberian *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri pada penderita asam urat. Sehingga diharapkan intervensi *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun dapat diterapkan

dalam penanganan pasien asam urat.

4. Menganalisis perbedaan pengaruh *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri pada penderita asam urat pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang bermakna penurunan tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan posttest pada hari ke 14 dari hasil *Uji Mann-Whitney* didapatkan nilai  $p = 0,003 < \alpha = 0,05$  maka disimpulkan terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok atau H1 diterima. Kedua kelompok sama-sama terjadi penurunan tingkat nyeri namun dari nilai rata-rata lebih signifikan penurunan tingkat nyeri pada kelompok intervensi 2,73 (ringan). Pada kelompok kontrol diberikan pengobatan dasar, sedangkan kelompok intervensi diberikan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun dengan mencatat penilaian tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Pengukuran skala nyeri menggunakan skala analog visual.

*Massage* manipulasi otot dan anggota tubuh untuk meredakan ketegangan dan mengurangi rasa sakit. Efek *massage* secara fisiologi dapat mengurangi spasme/kekakuan otot, meningkatkan jangkauan gerak sendi, mengurangi nyeri dan memberikan relaksasi serta kenyamanan pada penderita. *Massage* dengan minyak zaitun bermanfaat untuk memberikan

rasa relaksasi, melembabkan dan meredakan nyeri otot secara keseluruhan (Nuzul, E, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Dede, N (2021) hasil penelitiannya, pemberian olesan minyak zaitun berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri karena efek relaksasi yang ditimbulkan dan meningkatkan rasa nyaman pada penderita.

Minyak Zaitun mengandung vitamin E, minyak zaitun yang mempunyai aroma membuat tubuh dan pikiran menjadi rileks (Syekh, 2019). Minyak zaitun sebagai pelumas yang memiliki tekstur pelicin, jenis minyak zaitun pomance olive oil sebagai campuran produk perawatan tubuh seperti krim, lotion, atau kosmetik. Kandungan minyak zaitun bagi kesehatan kulit diantaranya olive oil, yang bersifat melembabkan sehingga membuat penderita menjadi relaksasi (Sumara, 2019).

Menurut peneliti berkurangnya rasa nyeri atau menurunnya sensasi nyeri dari sedang menuju ke ringan pada kelompok intervensi karena efek *massage* dengan minyak zaitun. Efek *massage* secara fisiologi dapat mengurangi spasme/kekakuan otot, meningkatkan jangkauan gerak sendi, mengurangi nyeri dan memberikan relaksasi serta nyaman pada penderita. *Massage* dengan minyak zaitun bermanfaat untuk memberikan rasa relaksasi, melembabkan dan meredakan nyeri otot secara keseluruhan. Kandungan minyak zaitun bagi kesehatan kulit diantaranya olive

oil, yang bersifat melembabkan sehingga membuat penderita menjadi relaksasi (Nurul, E, 2019). Serta diberikan pengobatan dasar, sedangkan pada kelompok kontrol diberikan pengobatan dasar tanpa diberikan perlakuan. Menurut Niluh, S, (2018) obat berfungsi sebagai penghambat terjadinya metabolisme purin menjadi asam urat dan mengurangi pembentukan asam urat dan dapat meredakan nyeri.

Berdasarkan dari hasil penelitian bahwa penatalaksanaan farmakologi disertai terapi *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun dapat membantu menurunkan tingkat nyeri dan memberikan kenyamanan sehingga penderita merasa rileks.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Tingkat nyeri sebelum dilakukan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun pada kelompok intervensi rata-rata 5,07 (sedang).
2. Tingkat nyeri sesudah dilakukan *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun pada kelompok intervensi rata-rata 2,73 (ringan).
3. Ada pengaruh *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri efektif pada penderita asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Natai Pelingkau Kabupaten Kotawaringin Barat Provinsi Kalimantan Tengah dengan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ .
4. Terdapat perbedaan pengaruh *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri pada penderita

asam urat pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai  $p = 0,003 < \alpha = 0,05$ .

### **Saran**

1. Bagi institusi pendidikan keperawatan  
Penelitian ini dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan bahwasanya *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun memiliki banyak manfaat bagi kesehatan dan menambah referensi untuk mata kuliah keperawatan komplementer.
2. Bagi pelayanan kesehatan keperawatan  
Hasil penelitian ini bisa dijadikan intervensi pada asuhan keperawatan pada pasien asam urat sebagai terapi non-farmakologis dan terapi komplementer.
3. Bagi peneliti selanjutnya  
Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam penelitian sejenis, melakukan pengukuran kadar asam urat saat diobservasi oleh peneliti dengan data primer, pengukuran berulang untuk mengetahui efektifitas penurunan nyeri, menggunakan enumeretor sesuai jenis kelamin untuk melakukan intervensi.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alimah, S. (2012). *Massage Exercise Therapy, Ed 1. Akademi Fisioterapi Surakarta*.
- Andarmoyo. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Aulia, R. (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*).
- Asrina, A. (2016). *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Angka Kejadian Asam Urat Di Kabupaten Gowa* *Journal of Health Studies, 4(1), 32-45*.
- Dede, N. (2021). *Pengaruh Terapi Olesan Krim Minyak Zaitun dan Perasan Jahe terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Lansia Rheumathoid Arthritis*. *Jurnal of Health Studies, 5(1), 34-42*.
- Elvie, F. (2022). *Pola Makan Dan Hubungan Terhadap Kadar Asam Urat*. *Jambura Nursing Jurnal, 7-5*.
- Ersi, H. (2013). *Penyakit Asam Urat Kandas Berkat Herbal*. Fmedia. Jakarta Selatan
- Erindra. (2020). *Asuhan Kebidanan Komplementer Berbasis Bukti*. Cv Al Qalam Media Lestari.
- Eqlima, E. (2020). *Diagnosis Nyeri Sendi Dengan Terapi Komplementer Dan Electromyography Berbasis ArduinoUNO*. Deepublish. Yogyakarta.
- Fatwa, M. 2014. *Diagnosis And Treatment Gout Arthritis*. *Journal of Majority*. No 7. Volume 3.
- Fitriani, F. (2019). *Pengaruh Massage Teknik Effleurage*

- Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwasari Kabupaten Karawang Tahun 2019.4(1), 50-67.
- Hamdani. (2012) *Membandingkan Hasil Pemeriksaan Asam Urat Menggunakan Metode Enzimatis Kolorimetri Dan Metode Rapid Test Pada Penderita Gout Di RSUD Dharmasraya.*
- Hayati, N. (2020). *Massage Effleurage Pada Bagian Punggung, Tangan, Bahu, Leher Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Fase I.* Jurnal mitra kencana keperawatandan kebidanan, 4(1).
- Ida, U. (2017). "Hubungan antara Penyakit Gout dengan Jenis Kelamin dan Umur pada Lansia." URECOL (2017): 267-272.
- Irene, C. (2019). *Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Asam Urat Masyarakat Di Rt 39 Rw 12 Kelurahan Fatululi Tahun 2019.*
- Krismantoro, T. (2021). *Efektifitas Massase Effleurage Dengan Minyak Hangat.* Journal mitra kencana keperawatan ,5(1),50-62.
- Morteza, M. (2019). "Efektifitas Akupresur Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pasien asam urat Di wilayah Kerja Puskesmas Perumnas." Jurnal Keperawatan Raflesia 2(1):21–30.
- Mubarak. (2015). *Buku 1 Ajar Ilmu Keperawatan Dasar.* Jakarta: Salemba Medika
- Mustikawati, T. (2021). *Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Penderita Gout Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Pakusari*
- Niluh, S. (2018). *Gambaran Kadar Asam Urat pada Sopir Bus di Terminal Mengwi (Doctoral Disertation,* Politeknik Kesehatan Denpasar).
- Nurul, E. (2019). *Manfaat Massage Tengku dengan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Nyeri.* Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian, 16(2), 34-39
- Riri. (2021). *Pemeriksaan Dasar Fisioterapi .bandung: Media Sains Indonesia.* Bandung
- Sumara. (2019). *Pengaruh Pemberian Terapi Olesan Krim Minyak Zaitun Dan Perasan Jahe Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis Di Pantoi Griya Werdha Hargodedali Surabaya,* 5(2), 74-84.
- Syekh. 2019. *Rahasia Nabi Saw Mudah Amalannya, Dahsyat Khasiatnya Minyak zaitun.* Pustaka Media. Surabaya
- Yelva.(2021). *Pemeriksaan Dasar Fisioterapi Media Sains Indonesia.* Bandung.