



Penerapan Terapi *Non-Farmakologi Massage* Untuk Menurunkan Nyeri Terhadap Penderita *Arthritis Gout* Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah

Implementation Of Non-Pharmacological Massage Therapy To Reduce Pain In Elderly Arthritis Gout Sufferers In The Maccini Sawah Public Health Center Working Area

Ana Jurhana¹, Rahmawati Ramli², Akbar Asfar³

Universitas Muslim Indonesia

Email: anajurhanaa19@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 02-10-2025

Revised : 03-10-2025

Accepted : 05-10-2025

Pulished : 07-10-2025

Abstract

Background: Gout arthritis is a degenerative disease caused by abnormal purine metabolism, resulting in increased uric acid levels in the blood (hyperuricemia) and the accumulation of urate crystals in the joints, leading to inflammation. Gout management includes pharmacological and non-pharmacological approaches, one of which is massage therapy, which can relieve pain and improve blood circulation. Based on 2018 Basic Health Research data, the prevalence of gout in Indonesia is increasing, including in Makassar. Objective: This study aims to assess the effectiveness of non-pharmacological massage therapy in reducing pain in gouty arthritis patients at the Maccini Sawah Community Health Center. Methods: This study used a case study approach involving one elderly patient experiencing joint pain. After three days of massage therapy, the patient reported a decrease in pain from 4 (moderate pain) to 1 (mild pain). Furthermore, the patient also reported improved sleep quality. Results: The results of this study indicate that massage therapy is effective in reducing pain and improving sleep quality in patients with gouty arthritis, thus making it a beneficial non-pharmacological treatment alternative for elderly patients.

Keywords: *Gout Arthritis, Massage Therapy, Pain, Elderly, Non-Pharmacological*

Abstrak

Latar belakang: Arthritis Gout adalah penyakit degeneratif yang disebabkan oleh metabolisme purin yang abnormal, mengakibatkan peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia) dan penimbunan kristal garam urat pada sendi, yang menyebabkan peradangan pada persendian. Penatalaksanaan asam urat mencakup farmakologi dan non-farmakologi, salah satunya melalui terapi massage yang dapat meredakan nyeri dan meningkatkan sirkulasi darah. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi penyakit asam urat di Indonesia meningkat, termasuk di Makassar. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas terapi massage non-farmakologi dalam menurunkan nyeri pada penderita arthritis gout di Puskesmas Maccini Sawah. **Metode:** Metode penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan melibatkan satu pasien lansia yang mengalami nyeri pada persendian. Setelah tiga hari terapi massage, pasien melaporkan penurunan skala nyeri dari 4 (nyeri sedang) menjadi 1 (nyeri ringan). Selain itu, pasien juga melaporkan peningkatan kualitas tidur. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi massage efektif dalam menurunkan nyeri dan meningkatkan kualitas tidur pada penderita arthritis gout, sehingga dapat menjadi alternatif penanganan non-farmakologi yang bermanfaat untuk pasien lansia.

Kata kunci: Arthritis Gout, Terapi Massage, Nyeri, Lansia, Non-Farmakologi.



PENDAHULUAN

Arthritis Gout merupakan salah satu penyakit degeneratif yang disebabkan oleh metabolisme abnormal purin yang ditandai dengan meningkatnya kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia). Hal ini diikuti dengan terbentuknya timbunan kristal berupa garam urat di persendian yang menyebabkan adanya peradangan sendi pada lutut dan atau jari (Persatuan Ahli Gizi Indonesia, 2019). 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. Penatalaksanaan non farmakologi massage kulit (Aulia, R, 2019) dalam (Sri Rahayu, 2022).

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 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. 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 (Sri Rahayu, 2022).

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) dalam (Sri Rahayu, 2022).

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 Sulawesi Selatan pada tahun 2018 dengan jumlah kasus 23.069 (Riskesdas 2018).

Di Sulawesi Selatan berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, di Makassar prevalensi asam urat sebanyak (6,04%), dan prevalensi asam urat berdasarkan diagnosis dokter pada kelompok Umur ≥ 65 -74 tahun (17,1%), berjenis kelamin perempuan (7,43%), pendidikan tidak/belum pernah sekolah (11,37%), tidak bekerja (8,57%). Dan tempat tinggal di perkotaan (6,56%) (Riskesdas, 2018).

Dari hasil pengambilan data di Puskesmas Maccini sawah tahun 2024 didapatkan dengan jumlah kasus lama yaitu 12 pasien, dan jumlah kasus baru di tahun yang sama yaitu sebanyak 20 pasien. Adapun fenomena yang terjadi di lokasi penelitian dengan wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah ketika mengalami nyeri pada persendian pengobatan yang dilakukan adalah penanganan farmakologi dengan meminum obat anti nyeri yang diberikan oleh dokter, tanpa menerapkan



penanganan non-farmakologi seperti melakukan *massage* dengan perlahan pada area nyeri yang dapat dijadikan intervensi untuk mengurangi rasa nyeri. Sebagian besar masyarakat wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah belum mengetahui terapi *massage* ini bisa dilakukan ketika nyeri menyerang persendian dengan alasan akan semakin sakit ketika melakukan *massage* dan belum pernah dilakukan penelitian sebelumnya sehingga ini dapat menjadi alasan peneliti tertarik meneliti lokasi penelitian tersebut tentang terapi non-farmakologi *massage* untuk menurunkan skala nyeri pada penderita asam urat.

Penelitian ini sejalan dengan (Khairina & Septiany, 2024) dimana mengatakan *massage* yang berasal dari swedia dengan memanfaatkan telapak tangan untuk meningkatkan sirkulasi pada daerah nyeri. Kerja dari teknik ini secara mekanis membantu menghangatkan tubuh. Hal tersebut dapat meningkatkan relaksasi pada klien baik secara fisik maupun psikis. Teknik ini tidak memiliki efek samping apapun dan dapat dilakukan secara mandiri (7). Pada penelitian (Ningsih et al., 2024) juga telah mengidentifikasi manfaat dari *massage* antara lain penurunan secara bermakna pada intensitas nyeri dan kecemasan serta perubahan positif pada denyut jantung dan tekanan darah yang mengindikasikan relaksasi pada pasien lansia. Di samping itu penggunaan terapi non farmakologis ini tidak mempunyai efek samping berarti dan mudah dalam pengaplikasiannya.

METODE

Penelitian ini melibatkan 1 pasien yang mengalami nyeri pada daerah lutut dan *massage* digunakan sebagai terapi selama 3 hari. Pasien dengan secara sukarela setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan sebelumnya. Kriteria inklusi menguraikan karakteristik yang sesuai untuk subjek studi kasus, sedangkan kriteria eksklusi tidak memenuhi persyaratan yang diperlukan.

Populasi dan sampel

Penelitian ini dilakukan pada 1 responden dengan kriteria yang mengalami nyeri pada kaki dan menderita *gout arthritis*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah menerapkan terapi *massage*, responden Ny. S menyampaikan nyeri berkurang setelah diberikan terapi *massage* pada daerah kakinya selama 3 hari.

Pembahasan

Dimana pada hari ketiga tanggal 28 Oktober 2024 dengan (1) diagnosa Nyeri Kronis berhubungan dengan kondisi muskuloskeletal kronis (D.0078) pasien mengatakan nyeri pada kedua kaki, pasien mengatakan kesemutan, ketika beraktivitas berlebihan nyeri muncul, pasien mengatakan nyeri hilang timbul durasi 3-5 menit, skala nyeri 4 (nyeri sedang), wajah tampak meringis. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital, TD : 130/80 mmHg, N : 90x/menit, S : 36,20C, P : 20x/menit. Adapun diagnosa keperawatan ini diangkat sejalan dengan penelitian (Pokhrel, 2024) menegaskan diagnosa nyeri kronis pada SDKI, yaitu berkisar dari 80%-100% dari tanda mayor berupa klien mengeluh nyeri, merasa tertekan, klien tampak meringis, tidak mampu menuntaskan aktivitas, dan tanda minor berupa klien merasa takut mengalami cedera berulang, klien tampak bersikap protektif pada area nyeri, dan setelah diberikan terapi *massage* selama 3 hari pada pasien, pasien mengatakan nyeri berkurang menjadi skala 1.



Diagnosa (2) yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur (D.0055) pasien mengatakan sulit tidur, sering terbangun tengah malam ketika nyeri muncul, kurang puas tidur, mata nampak kemerahan, nampak lemah dan konjungtiva pucat yang dimana Teori ini sejalan dengan penelitian (Aqshalatha Ramadhan, 2024) di mana diagnosa gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur dapat ditegakkan karena memenuhi validasi penegakkan diagnose keperawatan pada SDKI PPNI (2017), yaitu sekitar 80-100% dari tanda mayor yang ada pada klien. Setelah diberikan edukasi tentang pola tidur, memfasilitasi menghilangkan stress sebelum tidur, serta melakukan prosedur untuk meningkatkan kenyamanan yaitu dengan terapi massage selama 3 hari, pasien mengatakan tidurnya sudah lumayan puas, tetapi pasien masih tampak gelisah oleh karena itu intervensi tetap dilanjutkan sesuai dengan keluhan dan terapi yang diberikan.

Pada hari pertama juga penulis mengangkat diagnosa (3) yaitu Risiko Jatuh dengan faktor risiko usia >65 tahun, pernah megalami riwayat jatuh 3 bulan terakhir skor (25), menggunakan alat bantu gerak yaitu tongkat skor (30), kekuatan otot menurun skor (20), dan pasien mengalami gangguan pendengaran skor (15) dimana penulis telah memberikan edukasi tentang pencegahan jatuh berdasarkan SPO (Standar Prosedur Operasional) yang berlaku diharapkan pasien mengerti dengan tujuan dan kriteria hasil perilaku penurunan jatuh saat berdiri, terjatuh saat duduk, terjatuh saat menggunakan kamar mandi yang dimana hal ini dibuktikan dengan penelitian (Mahdalena et al., 2023) seseorang yang menderita gout arthritis dapat merasakan nyeri sendi serta meningkatkan terjadinya risiko jatuh terutama pada lansia.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah, peneliti meneliti Penerapan Terapi Non-Farmakologis *Massage* Untuk Menurunkan Nyeri Terhadap Penderita *Arthritis Gout* Pada Lansia, dimana hasil penelitian selama 3 hari pasien mengatakan nyeri yang dirasakan menurun dari hari pertama dengan skala 4 menjadi skala 1 pada hari ketiga. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi ini baik untuk menurunkan nyeri dan mengatur pola tidur menjadi lebih baik pada penderita *arthritis gout*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan rasa terimakasih kepada Puskesmas Maccini Sawah, pasien dan semua orang yang berpartisipasi dalam penelitian dan dukungan serta kerjasamanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqshalatha Ramadhan. (2024). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Panti Jompo Bhaktiabadi Kota Balikpapan.
- Khairina, R., & Septiany, M. (2024). Pengaruh Intervensi Massage Teknik Effleurage dengan Minyak Zaitun terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis Ny. Z di Desa Sungai Rangs Hambuku. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(2), 2653–2659. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i2.3303>
- Mahdalena, T., Hadi, N., & Rahmawati. (2023). Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Gout Arthritis di Kabupaten Aceh Besar : Suatu Studi Kasus. *Studi Kasus JIM FKep*, 7(1), 180–186.



- Ningsih, S. W., Sari, A. S., & Artikel, I. (2024). Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Dengan Slow Back Massage Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Ppslu Mandalika Mataram. 19, 15–19.
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia. (2019). Penuntun Diet dan Terapi Gizi. Edisi Ke-4. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Pokhrel, S. (2024). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Lansia Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Panti Jompo Bhakti Abadi Kota Balikpapan. *Αγση*, 15(1), 37–48.
- PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: definisi dan indikator diagnostik keperawatan, edisi 1. Jakarta: PPNI
- PPNI. (2018), Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Defenisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Defenisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Rahayu, S., Sari, N., & Qorahman, W. (2022). Pengaruh Massage Teknik Effleurage Dengan Minyak Zaitun Terhadap Tingkat Nyeri Pada Penderita Asam Urat. *Borneo Cendikia*, 6(2), 33–44. <http://jurnal.poltekkespadang.ac.id/ojs/index.php/jbm/article/view/884/160>
- Riskesdas. (2018). Sulawesi, Laporan Provinsi.