

PENGARUH TERAPI BEKAM TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITIUNG 1

Astuti Ardi Putri

S1 Keperawatan Universitas Dharmas Indonesia

Email : astutiardiputri@yahoo.co.id

Abstract: Gout is a disease that arises from the precipitation of uric acid in the joints. The level of uric acid in the blood exceeds normal will cause an inflammatory or inflammatory reaction that causes swelling of redness and pain. The prevalence of suffering from goutathritis (gout) in Dharmasraya is 754 elderly. The purpose of this study was to determine the effect of cupping therapy on reducing uric acid levels in the elderly. The research method used was an experiment with pretest-posttest designs, obtained a sample of 32 people. Analysis showed that before cupping therapy nearly half of the respondents 14 (43.8%) experienced group 1 gout, and after cupping therapy was obtained the results of nearly half the respondents 17 (53.1%) gout became normal. Based on statistical tests using the T-test test obtained Value = 0,000 (Pvalue <0.05). There is an effect of Cupping Therapy on Decreasing Uric Acid Levels, where group 1 uric acid levels become normal.

Keywords: Gout, Cupping Therapy

Abstrak: Gout adalah penyakit yang timbul dari pengendapan asam urat di persendian. Kadar asam urat dalam darah melebihi normal akan menyebabkan reaksi inflamasi atau inflamasi yang menyebabkan pembengkakan kemerahan dan nyeri. Prevalensi menderita goutathritis (gout) di Dharmasraya adalah 754 lansia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi bekam terhadap pengurangan kadar asam urat pada lansia. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain pretest-posttest, diperoleh sampel sebanyak 32 orang. Analisis menunjukkan bahwa sebelum terapi bekam hampir setengah dari responden 14 (43,8%) mengalami gout kelompok 1, dan setelah terapi bekam diperoleh hasil hampir setengah responden 17 (53,1%) gout menjadi normal. Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji-T diperoleh Nilai = 0,000 (Pvalue <0,05). Ada efek Terapi Bekam pada Penurunan Kadar Asam Urat, di mana kadar asam urat kelompok 1 menjadi normal.

Kata kunci: Gout, Terapi Bekam

A. PENDAHULUAN

Asam urat adalah penyakit yang timbul akibat pengendapan Kristal asam urat (*uric acid*) di persendian (Junaidi, 2013). Prevalensi asam urat di Indonesia di perkirakan 1,6 – 13,6 jiwa, prevalensi ini meningkat seiring dengan meningkatnya umur, Sedangkan prevalensi di Dharmasraya sebesar 51,2% didapatkan orang yang menderita asam urat. Lansia yang menderita asam urat sebanyak 361 lansia pria dan 393 lansia wanita dari 29.910 lansia di Kabupaten Dharmasra.

Asam urat dengan gejala utamanya berupa radang sendi atau arthritis, adalah penyakit dimana terjadi penumpukan asam urat (*uric acid*) dalam tubuh secara berlebihan.(Vitaheald, 2005). Jika kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal maka akan mengendap menjadi kristal urat dan masuk organ-organ tubuh, khususnya ke dalam sendi. Kristal urat ini akan menimbulkan reaksi radang atau inflamasi yang menyebabkan bengkak kemerahan dan nyeri. Inilah proses terjadinya penyakit asam urat. Pengkristalan asam urat mudah terjadi jika kadar asam urat sudah mencapai 9-10 mg/dl(Sutanto, 2013).

Menjaga agar kadar asam urat tidak meningkat adalah bagian penting dari target jangka panjang mencegah asam urat berlebih. Karena asam urat sebenarnya ada secara alami di dalam tubuh, jumlahnya bisa meningkat karena ada faktor dari luar misalnya makanan (Apriyanti, 2013). Makanan sumber dari produk hewani biasanya mengandung purin sangat tinggi. Beberapa jenis makanan dan minuman yang diketahui bisa meningkatkan kadar asam urat adalah alkohol, ikan *hearing*, telur dan jeroan. (Manampiring, 2011). Apabila asam urat terjadi pada lansia maka akan mempengaruhi pada sistem muskuloskeletal lansia itu sendiri. Salah satu contohnya lansia akan rentan mengalami kerapuhan tulang dan beresiko untuk jatuh. Serta akibat selanjutnya yaitu keterbatasan gerak dan gangguan gaya berjalan (Nugroho, 2008).Kadar asam urat dalam darah melebihi normal maka akan mengendap menjadi kristal urat dan masuk organ-organ tubuh, khususnya ke dalam sendi. Kristal urat ini akan menimbulkan reaksi radang atau inflamasi yang menyebabkan bengkak kemerahan dan nyeri (Sutanto, 2013).

Efek dari terapi bekam terhadap asam urat yaitu bekam bisa mengeluarkan kristal asam urat dari persendian dan jaringan disekitarnya, sehingga rasa nyeri berkurang dan tidak terjadi peradangan, warna merah, atau pembengkakan pada persendian(Roidah, 2014).Bekam melalui zat nitrit oksida (NO) berfungsi mengurangi pembengkakan sendi yang sakit, bekam membuang zat prostaglandin dari tempat yang sakit sehingga mengurangi rasa sakit, di samping itu bekam memicu sekresi zat endofrin dan enkefalin di dalam tubuh yang berfungsi sebagai pereda nyeri alami (Umar, 2014). Terapi bekam dapat menurunkan kadar asam urat, karena dengan bekam zat – zat yang berbahaya bagi tubuh dapat dikeluarkan(Hastuti, 2013).Jika asam urat meningkat terus akan terjadi *Goutarthritis* kronis yang ditandai serangan nyeri terus menerus. Timbulnya asam urat diginjal akan menyebabkan batu asam urat yang ditandai nyeri hebat didaerah pinggang dan bila berlanjut dapat mengganggu fungsi ginjal tersebut (Suroika, 2012).

B. METODE

Jenis penelitian ini adalah eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre experimental designs* dengan menggunakan rancangan *one group pretest-posttest*(Notoadmodjo, 2012). Sampel yang di ambil pada penelitian ini adalah 32 orang dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*(Arikunto, 2010).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Kadar Asam Urat Sebelum Dilakukan Terapi Bekam Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung 1

| No | Kadar Asam Urat | F | % |
|----|-----------------|----|-------|
| 1 | Normal | 0 | |
| 2 | Golongan I | 14 | 43,8% |
| 3 | Golongan II | 12 | 37,5% |
| 4 | Golongan III | 6 | 18,7% |
| | Total | 32 | 100,0 |

Dari tabel 1 di atas dapat disimpulkan bahwa dari 32 responden hampir setengahnya yaitu sebanyak 14 (43,8%) responden memiliki kadar asam urat golongan I.

disini disebabkan oleh gaya hidup dari lansia tersebut yang kurang sehat. Hal ini dapat dilihat dari asupan nutrisi lansia yang lebih sering mengkonsumsi makanan yang kaya akan purin seperti kacang-kacangan, kangkung, sarden, serta aktifitas fisik/olahraga dan mobilisasi lansia itu sendiri kurang diterapkan setiap harinya. Dari gaya hidup lansia yang kurang sehat itulah dapat berdampak terhadap peningkatan kadar asam urat dalam darah.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kadar Asam Urat Sesudah Dilakukan Terapi Bekam Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung 1

| No | Kadar Asam Urat | F | % |
|----|-----------------|----|-------|
| 1 | Normal | 17 | 53,1% |
| 2 | Golongan I | 11 | 34,4% |
| 3 | Golongan II | 4 | 12,5% |
| 4 | Golongan III | 0 | 0 % |
| | Total | 32 | 100,0 |

Dari tabel 2 di atas dapat disimpulkan bahwa dari 32 responden sebagian besar yaitu sebanyak 17 (53,1%) responden memiliki kadar asam urat normal. Setelah terapi bekam dilakukan selama kurang lebih 30 menit, di samping itu responden mengungkapkan kaki yang dibekam terasa lebih ringan dan nyeri yang dirasakan juga berkurang.

Tabel 5.3 Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung 1

| Kadar Asam Urat | Sebelum Perlakuan (<i>Pre-test</i>) | | Sesudah Perlakuan (<i>Post-test</i>) | |
|-----------------|---------------------------------------|-------|--|-------|
| | F | % | F | % |
| Normal | 0 | 0 | 17 | 53,1 |
| Golongan I | 14 | 43,8 | 11 | 34,4 |
| Golongan II | 12 | 37,5 | 4 | 12,5 |
| Golongan III | 6 | 18,7 | 0 | 0 |
| Total | 32 | 100,0 | 32 | 100,0 |

Dari tabel3 diatas menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan (pre-test) adalah 2,75 dengan standar deviasi 0,762 dan rata-rata setelah diberikan perlakuan (post-test) terjadi penurunan kadar asam urat dimana asam urat menjadi 1,59 dengan standar deviasi 0,712. Terlihat nilai mean perbedaan perbedaan kadar asam urat sebelum dan kadar asam urat sesudah perlakuan adalah 1,156 dengan standar deviasi 0,369. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *T-test* didapatkan $P_{value} = 0,000$ (dengan $P_{value} < 0,05$), yang berarti H_0 ditolak dan H_a di terima. Dan didapatkan *t* hitung yaitu 17,730, dan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar asam urat.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kadar asam urat pada lansia sebelum diberikan terapi bekam (pre-test) pada 32 responden hampir setengahnya yaitu sebanyak 14 (43,8%) responden mengalami asam urat golongan I. Kadar asam urat pada lansia setelah diberikan terapi bekam (post-test) pada 32 responden sebagian besar yaitu sebanyak 14 (53,1%) responden mengalami asam urat normal. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia dengan perbedaan rata-rata 1,156 dan nilai $P_{value} = 0,000$.

Saran

Bagi para lansia yang menderita asam urat disarankan untuk melakukan terapi bekam untuk dijadikan sebagai obat alternatif untuk mengobati penyakit asam urat. Dan diharapkan untuk selalu menjaga pola makan serta membiasakan diri untuk berolahraga seperti senam lansia.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Apriyanti. (2013). *Meracik Sendiri Obat dan Menu Sehat Bagi Penderita Asam Urat*. Yogyakarta.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hastuti, W. (2013). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Asam Urat Di Puskesmas Keling I Kecamatan Keling Kabupaten Jepara, (September).
- Junaidi. (2013). *Rematik dan asam urat*. Jakarta.
- Manampiring. (2011). *Rematik: Asam Urat-Hiperurisemia, Arthritis Gout*. Jakarta.
- Notoadmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta.
- Nugroho. (2008). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik Edisi 3*. Jakarta.
- Roidah. (2014). *Keajaiban Pengobatan Islami*. Jakarta.
- Suroika. (2012). *Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta.
- Sutanto. (2013). *Asam Urat Deteksi, Pencegahan, Pengobatan*. Yogyakarta.
- Umar. (2014). *Panduan Praktis Pengobatan Bekam*. Solo.
- Vitaheald. (2005). *Asam Urat*. Jakarta.