Pengembangan Metode Relaksasi Menggunakan Aromateraphy Lavender Untuk Menurunkan Nyeri Pada Lansia Dengan Asam Urat

Sulastr^{1*}, Siti Sarifah²,

¹Prodi DIII Keperawatan, Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta

²Prodi DIII Keperawatan, Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta

*lastrihicam127@gmail.com

*sitis88@gmail.com

Kata Kunci

*Metode Relaksasi,
Aromaterapi
Lavender,
Nyeri,
Asam Urat,
Lansia*

Abstrak

Perubahan fisiologi pada lansia menjadikan kebijakan tersendiri dalam pengobatan berbagai penyakit, sehingga alternatif mengatasi penyakit mengarah yang bersifat non farmakologis. Penimbunan asam urat dalam persendian dipastikan menimbulkan nyeri. Banyak lansia yang tidak menginginkan obat, hanya memberikan minyak gosok hangat pada lokasi nyeri. Dalam mengatasi nyeri, metode relaksasasi bisa digunakan dan masing-masing metode mempunyai keefektifan berbeda. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis metode relaksasi menggunakan aromaterapi lavender untuk mengatasi nyeri asam urat pada lansia. Design penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan populasi seluruh lansia yang berada di Panti Wredha Darma Bakti Surakarta dengan teknik purposive sampling pada lansia yang mengalami peningkatan asam urat sejumlah 14 orang. Instrumen menggunakan alat ukur cepat kadar Asam Urat, lembar observasi dan check list serta aromaterapi lavender dan kassa. Data diambil pada bulan Juni 2017 dan dianalisa menggunakan uji Wilcoxon pada signifikan 5%. Hasil penelitian menunjukkan metode relaksasi dengan meneteskan 0,5 ml pada kassa dan diletakkan diatas hidung pada lansia dengan posisi tidur relaks dapat menurunkan nyeri pada lansia yang mengalami peningkatan asam urat dengan nilai p: 0,008.

A Development of Relaxation Methods Using Lavender Aromatherapy To Reduce Pain In Elderly People With Uric Acid

Keywords:

*Relaxation
Method,
Lavender
Aromatherapy,
Pain,
Uric Acid,
Elderly*

Abstract

Physiological changes in the elderly make its own policy in the treatment of various diseases, so the alternative to overcoming non-pharmacological lead. The accumulation of uric acid in the joints certainly cause pain. Many elderly people who do not want drugs, just give warm rubbing oil at the location of pain. In dealing with pain, relaxation methods can be used and each method has different effectiveness. The purpose of this study was to analyze the relaxation method using lavender aromatherapy to overcome the pain of uric acid in the elderly. The research design used quasi experiment with the whole population of elderly residing in Panti Wredha Darma Bakti Surakarta with purposive sampling technique in 14 elderly with uric acid increase. The instruments were fast measuring Uric Acid tool, observation sheet and check list and lavender aromatherapy and kassa. Data was taken in June 2017 and analyzed using the Wilcoxon test at a significant 5%. The results showed the method of relaxation by dripping 0.5 ml on the cassa and placed above the nose in the elderly with a relaxed sleeping position can reduce pain in elderly people who have increased uric acid with p value: 0.008.

1. PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan mempunyai indikator. Salah satunya adalah semakin meningkatnya usia harapan hidup penduduk. Dengan semakin meningkatnya usia harapan hidup penduduk, menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia terus meningkat dari tahun ke tahun. Diseluruh dunia penduduk Lansia (usia 60 +) tumbuh dengan sangat cepat bahkan tercepat dibanding kelompok usia lainnya.

Permasalahan yang timbul pada lansia adalah gangguan kesehatan baik disebabkan karena fisiologis lansia maupun patofisiologis akibat penyakit tertentu, salah satunya adalah peningkatan asam urat. Pada studi pendahuluan di panti wredha dengan melakukan pemeriksaan asam urat didapatkan 12 orang dari 35 lansia yang diperiksa menunjukkan adanya peningkatan asam urat. Lansia yang mengalami peningkatan purin dalam darah (asam urat) akan merasakan nyeri pada daerah yang mengalami penimbunan purin, biasanya di persendian.

Rasa nyeri menjadi masalah yang tak terpisahkan pada penderita asam urat. Seringkali rasa nyeri dapat menyebabkan gangguan fungsi, disabilitas, kecemasan dan depresi sehingga dapat menurunkan kualitas hidup seseorang (Alimul, 2011).

Rasa nyeri yang timbul karena peningkatan asam urat dapat diatasi dengan menggunakan berbagai metode. Secara garis besar penatalaksanaan nyeri terbagi menjadi farmakologi dan non farmakologi. Pada metode farmakologi penderita mengkonsumsi obat analgetika golongan narkotik ataupun non narkotika, sedangkan non farmakologis dapat menggunakan terapi perilaku (*hipnotis, biofeedback*), pelepas otot/relaksasi, akupunktur, terapi kognitif (distraksi), restrukturisasi kognisi, imajinasi dan terapi fisik (Potter & Perry, 2006). Salah satu pendekatan terapi dalam gerontologi, pemberian obat pada lansia harus sangat diperhatikan, karena perubahan fisiologi akan sangat berpengaruh buruk pada setiap pemberian obat, artinya perawatan lansia diupayakan dalam bentuk non farmakologis (Darmojo, 2006).

Upaya yang dapat dilakukan untuk memberikan rasa nyaman pada lansia yang mengalami nyeri akibat suatu penyakit dapat dilakukan dengan teknik relaksasi. Teknik relaksasi merupakan manajemen nyeri non farmakologi

yang biasanya tidak menggunakan media apapun. Berbagai macam metode relaksasi dapat diberikan pada lansia. Salah satu yang akan dikembangkan dalam metode relaksasi adalah metode dengan aromaterapi minyak lavender inhaler. Penelitian bagian farmasi fakultas kedokteran Undaya terkait tentang aromaterapi lavender adalah minyak esensial dari bunga lavender sebagai media relaksasi dapat memberikan manfaat relaksasi (*carminative*), *sedative*, mengurangi tingkat kecemasan dan mampu memperbaiki *mood* seseorang (Dewi, 2010).

Tujuan penelitian ini adalah menguji coba-kan metode relaksasi menggunakan aromaterapi lavender untuk mengatasi nyeri asam urat pada lansia.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan *quasi experiment* dengan pendekatan *pre-test and post-test design without control group*, yaitu membandingkan subjek sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi Lavender dalam penurunan intensitas nyeri penderita asam urat.

Populasi dalam penelitian adalah seluruh lansia yang berada di Panti Wredha Darma Bakti Surakarta sejumlah 60 dengan teknik purposive sampling. Lansia yang mengalami peningkatan asam urat sejumlah 14 orang yang dijadikan sampel dalam penelitian.. Instrumen menggunakan alat ukur cepat kadar Asam Urat, lembar observasi dan check list. Data diambil pada bulan Juni 2017. Analisa menggunakan uji *Wilcoxon* pada signifikan 5%.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan pada lansia yang berada di Panti Wredha Darma Bakti Surakarta yang mengalami peningkatan asam urat sebanyak 14 orang. Variabel yang dikumpulkan meliputi karakteristik responden (usia dan jenis kelamin), intensitas nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender, intensitas nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender.

3.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia

No	Usia (tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 60 (pra lansia)	2	14,29
2	>= 60 (lansia)	12	85,71
Total		14	100

Tabel di atas memperlihatkan distribusi responden berdasarkan usia sebagian besar usia >= 60 tahun (lansia) yaitu sebesar 12 orang (85,71%).

3.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Pada pengolahan data, dilakukan hanya pada 11 responden disebabkan terdapat 3 responden pada hari ketiga sudah tidak bersedia mendapatkan aromaterapi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-laki	4	28,6
2	Perempuan	10	71,4
Total		14	100

Pada tabel di atas menunjukkan epidemiologi penyakit asam urat atau gout sering terjadi pada perempuan 71,4% dibandingkan pada laki-laki hanya 28,6%.

3.3 Deskripsi Nyeri Responden

Tabel 3. Deskripsi Nyeri Responden Pada Pemberian Aromaterapi

No	Jenis Nyeri	Mean	Median	Mode	SD	Varian	Min	Max
1	Nyeri awal_hr1	5,79	6	6	1,051	1,104	3	7
2	Nyeri akhir_hr1	4,64	5	5	1,336	1,786	1	6
3	Nyeri awal_hr2	5	5	5	0,577	0,333	4	6
4	Nyeri akhir_hr2	3,77	4	4	0,832	0,692	2	5
5	Nyeri awal_hr3	4,36	4	4	1,362	1,855	2	7
6	Nyeri akhir_hr3	3,18	3	3	1,662	2,764	0	6

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa rata-rata dari nyeri yang timbul tergolong dalam nyeri ringan (1-3) dan nyeri sedang (4-6).

3.4 Hasil Uji Distribusi Normal Nyeri Responden (*Shapiro Wilk Test*)

Tabel 4. Hasil Uji Distribusi Normal Nyeri Responden (*Shapiro Wilk Test*)

No	Jenis Nyeri	Nilai <i>p</i>	Keterangan
1	Nyeri awal_hr1	0,048	< 0,05 = tidak normal
2	Nyeri akhir_hr1	0,028	< 0,05 = tidak normal
3	Nyeri awal_hr2	0,001	< 0,05 = tidak normal
4	Nyeri akhir_hr2	0,065	>0,05 - normal
5	Nyeri awal_hr3	0,463	>0,05 - normal
6	Nyeri akhir_hr3	0,290	>0,05 - normal

Pada tabel di atas menunjukkan beberapa data mempunyai distribusi data yang normal dan tidak normal yang ditunjukkan dengan membandingkan nilai *p* terhadap nilai *p* kritis yaitu 0,005. Jika lebih besar maka berdistribusi normal dan jika kecil berdistribusi tidak normal sehingga jika normal dilakukan uji parametris dan jika tidak normal dilakukan uji non parametris.

3.5 Hasil Uji Pengaruh Terapi Aromaterapi Terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia dengan Peningkatan Asam Urat

Tabel 5. Hasil Uji Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Nyeri Responden

No	Jenis Nyeri	Nilai <i>p</i>	Keterangan
1	Hari 1	0,001	< 0,05 = Ada pengaruh (<i>Uji Wilcoxon</i>)
2	Hari 2	0,001	< 0,05 = Ada pengaruh (<i>Uji Wilcoxon</i>)
3	Hari 3	0,000	< 0,05 = tidak normal (<i>Uji T</i>)

Pada tabel di atas dapat dilihat uji pengaruh hampir semua aromaterapi lavender berpengaruh dalam menurunkan nyeri pada lansia yang mengalami peningkatan asam urat.

3.6 Hasi Uji Beda Nyeri Terhadap Jenis Kelamin

Tabel 6. Hasil Uji Beda Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Nyeri Responden

No	Jenis Nyeri	Nilai <i>p</i>	Keterangan
1	Nyeri awal_hr1	0,760	< 0,05=Tidak Ada beda (Uji <i>Mann Whitney</i>)
2	Nyeri akhir_hr1	0,704	< 0,05=Tidak Ada beda (Uji <i>Mann Whitney</i>)
3	Nyeri awal_hr2	0,254	< 0,05=Tidak Ada beda (Uji <i>Mann Whitney</i>)
4	Nyeri akhir_hr2	0,711	< 0,05=Tidak Ada beda (Uji <i>T Independent</i>)
5	Nyeri awal_hr3	0,699	< 0,05=Tidak Ada beda (Uji <i>T Independent</i>)
6	Nyeri akhir_hr3	0,782	< 0,05=Tidak Ada beda (Uji <i>T Independent</i>)

Pada tabel di atas menunjukkan bahwa perbedaan antara nyeri dibandingkan dari jenis kelamin menunjukkan semuanya tidak ada perbedaan dimana semua baik lansia laki-laki dan wanita mengalami penurunan nyeri.

Hasil uji pengaruh terapi aromaterapi terhadap penurunan nyeri hari pertama dengan hari ketiga menggunakan uji *Wilcoxon* pada lansia dengan peningkatan asam urat didapatkan nilai *p*: 0,008 yang bermakna ada pengaruh.

4. SIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini berupa; Penyakit gout lebih banyak terjadi pada lansia perempuan. Semakin bertambah usia belum tentu kadar purin dalam darah semakin meningkat. Metode relaksasi menggunakan aromaterapi Lavender mempunyai pengaruh terhadap penurunan nyeri pada lansia dengan asam urat.

5. REFERENSI

Brandstätter A, Lamina C, Kiechl S, Hunt SC, Coassin S, Paulweber B, et al. 2010. Sex and age interaction with genetic association of atherogenic uric acid concentrations. *Atherosclerosis*. 210(2):474–8.

Breuer GS, Schwartz Y, Freier-Dror Y, Nesher G. 2017. Uric acid level as predictor of mortality in the acute care setting of advanced age population. *Eur J Intern Med* [Internet].;5–7. Available from: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0953620517302893>

Buckle, J. 2007. Literature review: should nursing take aromatherapy more seriously? *British Journal of Nursing*, 16(2), 116-120.

Hale, G. 2008. *Lavender-nature' said to strees relief*. www.aromatherapy-stressrelief.com diakses 10 Februari 2012.

Sholihah FM. 2014. Diagnosis and Treatment Gout Arthritis. *J Major*. 3(7):39–45

Strasak AM, Kelleher CC, Brant LJ, Rapp K, Ruttman E, Concin H, et al. 2008. Serum uric acid is an independent predictor for all major forms of cardiovascular death in 28,613 elderly women: A prospective 21-year follow-up study. *Int J Cardiol*. 125(2):232–9.

Sulastri. 2015. *Efek Pemberian Aromaterapi Lavender Dan Jeruk Pahit Terhadap Intensitas Nyeri Ibu Post Section Caesarea*. Tesis yang tidak dipublikasikan. Yogyakarta: UGM

Ticinesi A, Lauretani F, Ceda GP, Ruggiero C, Ferrucci L, Aloe R, et al. 2017. Uric acid and endothelial function in elderly community-dwelling subjects. *Exp Gerontol* [Internet]. 89:57–63. Available from: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0531556516305964>