

Intervensi *Massage* Teknik *Effleurage* dengan Minyak Zaitun untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Kronis terhadap Ny. T di Desa Awang Bangkal Barat

Nur Khalisah Hayati¹, Lola Illona Elfani Kausar^{2*}

^{1,2}Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia, 70714

*Email korespondensi: lola.kausar@ulm.ac.id

ABSTRAK

Sebagian besar masalah pada lansia yaitu gangguan sistem muskuloskeletal yang menyebabkan nyeri sendi. Salah satu penyakit yang menyebabkan nyeri sendi adalah *gout arthritis*. Upaya penatalaksanaan keluhan nyeri sendi *gout arthritis* terhadap Ny. T dapat menggunakan terapi nonfarmakologis yaitu *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun yang mudah dan dapat dilakukan secara mandiri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran perubahan nyeri kronis dengan diagnosis medis *gout arthritis* melalui pemberian *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap Ny. T. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pada lansia Ny. T yang menderita nyeri kronis akibat *gout arthritis* di desa Awang Bangkal Barat. Ny. T diberikan intervensi *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun selama 10 menit sebanyak 1x sehari selama 7 hari, dan dilakukan pengukuran skala nyeri menggunakan VAS sebelum dan sesudah intervensi. Terdapat perubahan intensitas nyeri yang menunjukkan nyeri berkurang dari skala nyeri sedang (50 mm) sebelum dilakukan intervensi menjadi skala nyeri ringan (6 mm) setelah dilakukan intervensi selama 7 hari. Terdapat pengaruh *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap penurunan intensitas nyeri pada Ny. T dengan *gout arthritis* dari skala nyeri sedang (50 mm) sebelum dilakukan intervensi menjadi skala ringan (6 mm) setelah intervensi selama 7 hari. *Massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun bermanfaat untuk memberikan rasa relaksasi, melembabkan dan meredakan nyeri sendi dan otot secara keseluruhan.

Kata Kunci: *Gout Arthritis*, Nyeri Kronis, *Massage* Teknik *Effleurage*, Minyak Zaitun

ABSTRACT

Most of the problems in the elderly were musculoskeletal system disorders that caused joint pain. One of the diseases that caused joint pain was *gout arthritis*. Efforts to manage *gout arthritis* joint pain complaints against Mrs. T could use nonpharmacological therapy, namely *massage effleurage* technique with olive oil was easy and could be done independently. The purpose of this study was to determine the changes in chronic pain in a patient with a medical diagnosis of *gouty arthritis* following the administration of *effleurage* massage techniques using olive oil to Mrs. T. This study used a case study method on one of the elderly who suffered from chronic pain due to *gout arthritis* in West Awang Bangkal Village. The elderly were given an intervention of *effleurage* massage with olive oil and the measurement of pain scale used VAS before and after massage for 7 days. The results showed that pain decreased from a moderate pain scale (50 mm) before intervention to a mild pain scale (6 mm) after intervention for 7 days. *Massage effleurage* with olive oil was useful for providing a sense of relaxation, moisturizing, and relieving joint and muscle pain as a whole. There was an effect of *effleurage* massage with olive oil on reduced pain intensity in elderly people with *gout arthritis* from a moderate pain scale (50 mm) before intervention to a mild scale (6 mm) after intervention for 7 days.

Keywords: *Chronic Pain*, *Effleurage Massage Technique*, *Gout Arthritis*, *Olive Oil*

Cite this as: Hayati NK dan Kausar LIE. (2025). Intervensi *Massage* Teknik *Effleurage* dengan Minyak Zaitun untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Kronis terhadap Ny. T di Desa Awang Bangkal Barat. Nerspedia; 7(1): 90-97.

PENDAHULUAN

Gout Arthritis merupakan penyakit yang disebabkan oleh penimbunan purin, baik karena peningkatan produksi purin atau karena ketidakmampuan ginjal untuk mengeluarkannya, kristal asam urat menumpuk di persendian dan ditandai dengan keluhan nyeri (1). Salah satu penyakit yang sering menyebabkan nyeri sendi pada lansia adalah *Gout Arthritis* (2). Lansia dengan kadar asam urat tinggi dapat menimbulkan masalah fisik sehari-hari, seperti gangguan aktivitas, gangguan pola tidur, gangguan rasa nyaman nyeri, dan sebagainya sehingga pemeliharaan kesehatan lansia dengan asam urat harus ditingkatkan agar tidak mengancam jiwa penderitanya dan menimbulkan ketidaknyamanan (7).

Berdasarkan hasil studi Riskesdas (2018), Kalimantan Selatan tercatat sebesar 4,79% individu mengalami masalah pada persendian. Prevelensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis dokter pada usia 65-74 tahun sebesar 15,02% dan usia 75+ sebesar 13,79%. Prevalensi gout berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan di Indonesia sebesar 11,9% dan prevalensi gout berdasarkan diagnosis atau gejala sebesar 24,7%, dengan prevalensi tertinggi pada usia 75 tahun (4). Di Puskesmas Karang Intan 2, gout termasuk kedalam 10 penyakit terbanyak yang dialami oleh individu sejak bulan Juli dan pada bulan september 2023 menempati posisi ke 9 dari 10 penyakit dengan penemuan kasus sebanyak 19 kejadian (8,4%) (5).

Upaya penatalaksanaan keluhan nyeri sendi pada *gout arthritis* dapat menggunakan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Penggunaan anti nyeri pada penderita *gout arthritis* umumnya dibutuhkan dalam jangka waktu yang panjang dan memicu permasalahan lain.

Dalam hal ini, terapi non farmakologis diharapkan menjadi alternatif yang dapat membantu mengurangi nyeri *gout arthritis* sehingga menurunkan penggunaan obat anti nyeri (6). Penatalaksanaan non farmakologi salah satunya dengan *massage* kulit (7). Upaya pemberian terapi *massage* bisa dimulai dari fase akut saat nyeri mulai terasa, karena pada fase ini sendi perlu diistirahatkan dan direlaksasikan untuk mencegah terjadinya kekakuan sendi serta menurunkan intensitas keparahan nyeri yang dirasakan, dengan kontra indikasi tidak dilakukan pada sendi yang sedang bengkak, merah, terasa panas dan meradang, maka dapat dilakukan pada area sekitarnya untuk mendistraksi nyeri yang dirasakan (8).

Massage atau pijatan pada kulit adalah tindakan yang diberikan untuk memanipulasi jaringan lunak tubuh untuk membawa peningkatan kesehatan secara umum. Terapi pijat atau *massage* bertujuan untuk meningkatkan relaksasi otot, mempercepat penyembuhan, mengurangi kecemasan dan mengurangi ketegangan otot. Salah satunya teknik *massage* yaitu teknik *efflurage* (9). *Massage* teknik *effleurage* merupakan *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 (10).

Efflurage adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat, panjang dan tidak terputus-putus. Efek yang ditimbulkan dari teknik ini adalah relaksasi otot, meningkatkan sirkulasi darah, merangsang saraf pusat, meningkatkan aliran getah bening.

Teknik pijat *efflurage* dalam pelaksanaannya menggunakan minyak. Minyak yang dipakai untuk teknik ini biasanya yang memberi efek panas atau minyak yang memberikan efek relaksasi (9). Salah satu minyak yang dapat digunakan untuk melakukan pemijatan ini adalah dengan minyak zaitun. Minyak zaitun memiliki kandungan oleocanthal berfungsi mirip ibuprofen yaitu bersifat anti-inflamasi (antiradang). Selain itu minyak zaitun juga mengandung prostaglandin yang dapat digunakan untuk mengurangi pembengkakan dan nyeri sendi. Minyak zaitun pada saat *massage* sebagai aroma terapi memberikan kenyamanan, membuat peredaran darah lancar, menghilangkan rasa gelisah dan berganti rasa nyaman dan tenang (11).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di desa Awang Bangkal Barat Kecamatan Karang Intan diketahui terdapat beberapa lansia dengan kadar asam urat yang tinggi, dengan rata-rata keluhan yang terjadi yaitu nyeri pada bagian sendi kaki dan tangan. Berdasarkan hasil pengkajian pada tanggal 10 November 2023, salah satu lansia yang memiliki kadar asam urat tinggi adalah Ny. T yang berusia 80 tahun dengan keluhan nyeri secara terus menerus pada bagian tangan dan kadang-kadang pada bagian kaki.

Berdasarkan hasil pemeriksaan Ny. T memiliki kadar asam urat sebesar 7,2 mg/dL. Sedangkan berdasarkan hasil wawancara, Ny. T mengatakan bahwa klien sudah mengalami nyeri selama berbulan-bulan dengan rasa nyeri seperti linu atau pegal-pegal, dan nyeri akan semakin terasa sehabis tidur dengan posisi miring dan nyeri pada bagian kaki jika terlalu banyak beraktivitas. Ny. T mengatakan memiliki riwayat asam urat yang tinggi namun tidak pernah melakukan pengobatan dan mengkonsumsi obat pereda nyeri, jika

nyeri muncul hanya diberikan obat oles herbal pada bagian tubuh yang mengalami nyeri. Ny. T memiliki kebiasaan mengkonsumsi sayuran hijau serta kacang-kacangan dan kadang mengkonsumsi ikan asin. Berdasarkan uraian tersebut, maka dilakukan studi kasus pada Ny. T untuk memberikan gambaran terkait penurunan intensitas nyeri pada klien dengan *gout arthritis* melalui intervensi *massage* teknik *effleurage*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pada lansia Ny. T di desa Awang Bangkal Barat yang menderita nyeri sendi akibat *gout arthritis*, pengkajian dilakukan pada tanggal 10 November 2023, kemudian dilanjutkan dengan memberikan asuhan keperawatan, penegakkan diagnosis, intervensi dan implementasi serta evaluasi keperawatan.

Individu yang dipilih sebagai sampel dalam studi kasus yaitu Ny. T berusia 80 tahun yang menderita nyeri sendi selama berbulan-bulan secara terus menerus akibat *gout arthritis* tanpa melakukan pengobatan. Diagnosis prioritas yang ditegakkan yaitu nyeri kronis dengan intervensi yang dilakukan yaitu pemberian *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun sebanyak 1 kali perlakuan setiap hari selama 7 hari dengan waktu 10 menit.

Massage teknik *effleurage* dilakukan pada bagian anggota tubuh yang mengalami nyeri dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang dan tidak terputus-putus. Pengukuran skala nyeri dilakukan dengan menggunakan skala VAS (*Visual Analogue Scale*) sebelum intervensi dan setelah intervensi. Data yang disajikan dalam bentuk tabel untuk

mengetahui perubahan intensitas nyeri yang dirasakan klien.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian didapatkan dari beberapa metode seperti wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik terhadap klien. Hasil pengkajian pada tanggal 10 November 2023 pukul 13.00 WITA yaitu seorang lansia Ny. T berusia 80 tahun, beragama islam, bersuku Jawa dan lama menetap di Kalimantan.

Saat pengkajian Ny. T mengeluhkan nyeri, klien mengatakan nyeri yang dirasakan sudah berbulan-bulan dan tidak kunjung berhenti. Klien mengeluh nyeri pada bagian tangan terutama pada otot dan persendian bahu. Nyeri yang dirasakan terasa nyut-nyutan seperti linu, nyeri yang sering terjadi pada tangan dan kaki, namun nyeri yang dirasakan terus menerus pada bagian tangan. Nyeri yang dirasakan semakin meningkat pada saat bangun tidur dan sehabis posisi miring serta saat banyak melakukan aktivitas. Klien mengatakan nyeri yang dirasakan mengganggu aktivitas karena dengan adanya nyeri aktivitas pasien sehari-hari menjadi terganggu karena klien hanya mampu melakukan sedikit aktivitas.

Saat dilakukan pemeriksaan fisik, klien memiliki kadar asam urat yang tinggi yaitu 7,2 mg/dl. Klien mengatakan sudah lama tidak memeriksakan kesehatannya, terutama pemeriksaan asam urat, terakhir periksa kurang lebih 1 tahun yang lalu dan hasil asam urat klien memang tinggi namun tidak ada pengobatan yang dilakukan klien. Saat ini klien tidak mengonsumsi obat-obatan untuk meredakan nyeri dan menurunkan asam uratnya. Klien hanya memijit-mijit bagian tubuh yang sakit dan mengoleskan minyak herbal.

Saat dikaji menggunakan skala nyeri VAS (*Visual Analogue Scale*) klien menyatakan skala nyeri sedang (50 mm). Klien tampak

menunjukkan ekspresi kesakitan dan tampak memijit-mijit bagian tangan yang sakit. Ny. T tidak ada memiliki alergi terhadap makanan dan kebiasaan makan 2-3x dalam sehari, namun kadang hanya sedikit makan karena terjadi penurunan nafsu makan, makanan sehari-hari yang dikonsumsi berisi nasi, lauk dan sayur dan kebanyakan biasanya mengonsumsi tahu dan tempe serta sayur bayam, serta kadang-kadang mengonsumsi ikan asin. Pasien mengatakan kebiasaan minum dalam sehari rata-rata 1 liter/hari.

Setelah dilakukan pemeriksaan asam urat klien mengatakan tidak mengetahui apa yang menyebabkan kadar asam urat tinggi dan tidak tau bagaimana cara menurunkan kadar asam urat yang tinggi. Pasien juga mengatakan tidak mengetahui bagaimana cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri yang terjadi akibat asam urat serta tanda dan gejala yang terjadi jika memiliki kadar asam urat yang tinggi. Hasil pemeriksaan tekanan darah 126/56 mmHg, nadi: 80 x/menit, SPO₂: 98%, suhu 36,8oC dan pernapasan 22x/menit dan setelah beraktivitas didapatkan hasil tekanan darah 135/67 mmHg, nadi 73x/menit, SPO₂ 97%, suhu 36,8oC dan nafas 23 x/menit.

Menurut (Fitriani et al, 2021) pola makan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kadar asam urat (12). Hal ini berkaitan dengan meningkatnya purin eksogen yang dimetabolisme oleh tubuh. Hal ini didukung dengan penelitian (13) yang mengatakan dengan pola makan yang mengandung purin berlebihan merupakan faktor yang mengakibatkan seseorang mengalami asam urat. Purin adalah bentuk turunan nukleoprotein, yaitu salah satu komponen asam nukleat dalam tubuh manusia dan dijumpai pada semua makanan seperti sayur-mayur, buah-buahan, kacang-kacangan dan lain-lain. Sedangkan hewan seperti daging, jeroan, ikan sarden dan lain-lain. Purin ini diolah oleh tubuh dan hasilnya berupa asam urat. Semakin rutin mengonsumsi makanan

yang mengandung kadar tinggi purin maka semakin meningkat kadar asam urat dalam darah.

Berdasarkan penelitian (Ramadyanti et al., 2022) makanan yang tidak dianjurkan untuk penderita asam urat yaitu makanan yang mengandung protein seperti jeroan, daging merah, ikan laut tidak bersirip dan bersirip (ikan kalengan, makarel, salem, tuna, ikan mas), kopi, melinjo, kacang-kacangan, rebung, jantung pisang, talas dan daunnya, coklat, dan asparagus (14).

Berdasarkan WHO, kadar asam urat normal yaitu untuk perempuan adalah 2,6-6 mg/dl dan laki-laki 3.5-7 mg/dl (18), berdasarkan patokan nilai normal asam urat maka kadar asam urat dalam darah Ny.T melebihi batas normal yang bisa dikatakan bahwa klien memiliki penyakit asam urat. Kadar asam urat yang tinggi dalam darah dapat mengakibatkan nyeri, hal ini didukung oleh penelitian (Lestari et al., 2023) bahwa kadar asam urat yang melebihi nilai normal menyebabkan penumpukan asam urat dalam persendian serta pada organ tubuh lainnya (15). Di mana penumpukan asam urat dapat menjadi penyebab nyeri, sakit sendi serta meradang.

Intervensi yang dilakukan untuk mengatasi masalah nyeri sendi yaitu dengan pemberian terapi *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun di bagian tubuh yang mengalami nyeri. Implementasi keperawatan dilakukan dengan memberikan penjelasan kepada Ny. T

mengenai tujuan pemberian terapi *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun, menjelaskan teknik pijat dan manfaat minyak zaitun sebagai minyak untuk *massage*. Pemberian terapi *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun di kerjakan oleh perawat dan dilakukan sebanyak 1 kali sehari dalam 7 hari dengan durasi 10 menit setiap perlakuan. Pengukuran skala nyeri menggunakan pengukuran skala VAS dan dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum dilakukan *massage* dan setelah dilakukan *massage*, pengukuran nyeri dilakukan setiap kali tindakan sampai hari ke 7. Minyak zaitun yang digunakan untuk *massage* teknik *effleurage* adalah produk olahan minyak zaitun yang di jual di market terdekat dan diberikan secukupnya setiap kali tindakan.

Setelah dilakukan tindakan intervensi pemberian *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun pada kedua tangan Ny. T sebanyak 1x sehari selama 7 hari terjadi penurunan intensitas nyeri pada kedua tangan Ny. T, klien menjadi lebih rileks dan tampak menunjukkan ekspresi senang karena nyeri yang dirasakan berkurang. Ny. T mengatakan nyeri jauh berkurang dari sebelum dilakukan tindakan dan saat digerakkan sudah tidak terasa sakit. Ny. T mengatakan sudah memahami dan mengetahui manfaat dari pemberian terapi *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap penurunan intensitas nyeri.

Berdasarkan data yang termuat dalam tabel 1 didapatkan bahwa, pada awal pengkajian

Tabel 1. Hasil Evaluasi Skala Nyeri Selama 7 Hari

Kunjungan Hari Ke-	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	Skor Nyeri	Interpretasi	Skor Nyeri	Interpretasi
1	52 mm	Nyeri Sedang	47 mm	Nyeri Sedang
2	46 mm	Nyeri Sedang	43 mm	Nyeri Ringan
3	42 mm	Nyeri Ringan	39 mm	Nyeri Ringan
4	33 mm	Nyeri Ringan	28 mm	Nyeri Ringan
5	40 mm	Nyeri Ringan	16 mm	Nyeri Ringan
6	29 mm	Nyeri Ringan	12 mm	Nyeri Ringan
7	18 mm	Nyeri Ringan	6 mm	Nyeri Ringan

nyeri pasien berada pada skala nyeri sedang (50 mm). Kemudian setelah bagian badan yang nyeri diberikan intervensi *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun selama 7 hari, dan pada hari ke 7 pasien mengatakan bahwa terdapat perubahan pada kondisi nya, nyeri yang dirasakan semakin berkurang yaitu menjadi nyeri ringan (6 mm). Hal ini sejalan dengan penelitian (Rahayu et al., 2022) yang mengatakan ada pengaruh dalam pemberian *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri pada penderita asam urat (3).

Efek sentuhan *massage* kulit dapat memperlambat impuls motorik menuju otot yang dapat mengurangi spasme/kekakuan pada area persendian, serta relaksasi yang maksimal. *Massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun bermanfaat untuk memberikan rasa relaksasi, melembabkan dan meredakan nyeri sendi dan otot secara keseluruhan.

Pemberian *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun ini memberikan efek yang menenangkan bagi kulit karena pemijatan ini memiliki fungsi yang dapat melemaskan otot-otot yang kaku dan menghilangkan rasa nyeri di persendian dengan tambahan minyak zaitun sebagai pelicinnya. Teknik *massage* yang umum dilakukan adalah *massage* teknik *effleurage* (bentuk *massage* dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang). Peranan *massage* teknik *effleurage* dapat menghasilkan impuls yang dikirim lewat serabut saraf besar yang berada di permukaan kulit, serabut saraf besar ini akan menutup gerbang pesan nyeri sehingga otak tidak menerima pesan nyeri karena sudah diblokir oleh stimulasi kulit.

Selain meredakan nyeri, teknik ini juga dapat mengurangi ketegangan otot dan meningkatkan sirkulasi darah di area yang terasa nyeri (16). Minyak zaitun yang

digunakan dalam proses *massage* teknik *effleurage* juga berfungsi meredakan nyeri karena memiliki kandungan vitamin E yang berguna untuk melembabkan kulit saat dioleskan serta memiliki kandungan polifenol yang berguna sebagai anti inflamasi saat meresap ke dalam pori-pori kulit sehingga intensitas nyeri menurun (17).

ETIKA PENELITIAN

Penerapan etika penelitian dalam studi kasus ini yaitu peneliti melakukan *informed consent* terlebih dahulu dengan klien, peneliti melakukan kontrak waktu, menjelaskan tujuan dan metode serta persetujuan kepada klien untuk diberikan intervensi, setelah klien setuju kemudian dilakukan pengkajian lebih dalam terhadap masalah yang dialami klien. Selanjutnya peneliti memberikan intervensi *massage* teknik *effleurage* dengan minyak zaitun. Etik keperawatan yang diterapkan dalam studi kasus ini yaitu *autonomy* dimana klien memiliki kebebasan dalam memilih, serta tidak memaksa untuk dijadikan sampel dalam studi kasus yang dilakukan, kemudian *beneficience* yaitu studi kasus ini dilakukan untuk memberikan manfaat dan kebaikan terhadap klien yang berpartisipasi, serta *non maleficience* yang mana tindakan yang dilakukan kepada pasien tidak menimbulkan keparahan ataupun kerugian akan kondisi pasien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam tahap pelaksanaan penelitian ini, serta tidak mengganggu kepentingan pihak manapun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Program Studi keperawatan Fakultas kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas lambung Mangkurat yang telah memfasilitasi penelitian ini.

Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada dosen pembimbing serta seluruh pihak yang terlibat dan bersedia memberikan bantuan serta dukungan selama proses berjalannya penelitian ini. Terutama desa Awang Bangkal Barat yang telah bersedia memberikan izin untuk melakukan penelitian di wilayah tersebut.

PENUTUP

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu pengkajian penulis terhadap Ny. T dengan menggunakan format pengkajian keperawatan gerontik dengan fokus pada pengkajian fisik yang dimulai pada tanggal 10 November 2023. Diagnosis prioritas yang diangkat yaitu masalah nyeri kronis. Untuk mengatasi permasalahan tersebut maka dilakukan intervensi manajemen nyeri menggunakan terapi nonfarmakologi dengan *massage* teknik *effleurage* menggunakan minyak zaitun selama 10 menit yang dilakukan sebanyak 1x dalam sehari dan dilakukan selama 7 hari.

Setelah dilakukan intervensi selama 7 hari adalah skala nyeri yang dirasakan menurun dari skala nyeri sedang (50 mm) sebelum dilakukan intervensi, menjadi skala nyeri ringan (6 mm) sesudah dilakukan intervensi hari ke 7, hal ini menunjukkan terjadi penurunan yang signifikan terhadap intensitas nyeri yang dirasakan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Fahri, A., Iriani, R., & Natalia. *Prosiding Seminar Nasional Poltekkes Jakarta III 2022 Pelayanan Kesehatan Lansia Untuk Tingkat Nyeri Dengan Gout Arthritis*. 2022.
2. Anggreini, S. N., & Yanti, N. F. Efektifitas Kompres Ekstrak Jahe Terhadap Nyeri Sendi Lansia Dengan Arthritis Gout Di Panti Sosial Tresna Werda Khusnul Khotimah Pekanbaru Riau. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 2018; 7(2), 69–76.
3. Rahayu, D., Irawan, H., Santoso, P., Susilowati, E., Atmojo, S., & Kristanto, H. Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Pada Lansia. 2021; <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
4. Tim Riskesdas 2018. (2019). www.litbang.depkes.go.id
5. Data Puskesmas Karang Intan 2. 2023.
6. Murwani, A., Nuryati, N., Hikmawati, A. N., Kusumasari, R. V., & Amri, R. Y. Analisis Kompres Air Hangat Sebagai Intervensi Gout Arthritis Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Keluarga Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 2022; 378–383. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v1i2.785>
7. Rahayu, S., Qorahman Mm, W., & Sari, N. Pengaruh Massage Teknik Effleurage Dengan Minyak Zaitun Terhadap Tingkat Nyeri Pada Penderita Asam Urat. *Jurnal Borneo Cendekia*. 2022; 6(2), 33-44
8. *Perhimpunan Reumatologi Indonesia. Buku Saku Reumatologi*. 2020.
9. Suidah, H., Murtiyani, N., Aprilin, H. Journal of Community Enggagement and Empowerment M. Flu Jamer Atasi Nyeri Gout Arthritis Lansia. *Journal of Community Enggagement and Empowerment*. 2023; 5(1), 7-12. <http://ojs.iik.ac.id/index.php/JCE>
10. Sumiaty, Sakti, P. M & Hasnawati. *Atasi Desminore Pada Remaja dengan Terapi Komplementer*. NTB: Pusat

- Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia.2022.
11. Sari, M., Sari, N. P., & Iskandar, S. Terapi Pemberian Minyak Zaitun Terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia yang menderita Rheumatoid Atritis. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*. 2022;1 (2), 45 – 48. <https://ejournal.stikestrimandirisa.kti.ac.id/index.php/insanmandiri>
 12. Fitriani, R., Azzahri, L. M., Nurman, M., & Hamidi, M. N. S. Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat (Gout Arthritis) Pada Usia Dewasa 35-49 Tahun. *Jurnal Ners*, 2021; 5(1), 20–27. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
 13. Purba, D., & Parinduri, J. S. Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Pra Lansia Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Pra Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Bulan. *Journal of Vocational Health Science*. 2022; 1(1), 14–23.
 14. Ramadyanti, M., Aspihan, M., & Luthfa, I. Hubungan Diet Protein Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Cepiring. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*. 2022
 15. Lestari, M. W., Saktiningsih, H., Yuliana, T., Sari, I. K., Ashari, M., & Cahyaningtyas, P. P. Workshop Hidup Sehat Atasi Asam Urat Dengan Teh Daun Kersen (Muntingia Calabura L.) Di Desa Tepusan Rt 01/Rw 05, Mancasan, Baki, Sukoharjo. *Jurnal Budimas*. 2023;5(2).
 16. Putri, E., Altika, S., & Hastuji, P. Pengaruh Pemberian Teknik Massage Effleurage Terhadap Nyeri Persalinan. *Jurnal Bina Cipta Husada*. 2022;18(2).
 17. Yoganita, N. E., Sarifah, S., & Widyastuti, Y. Manfaat Massage Tengkok Dengan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pasien Hipertensi The Benefits of Nape Massage With Olive Oil To Reduce Headache on Hypertension Patients. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*. 2019;16(2).
 18. Kusumaningtyas, M., & Handari, H. K. Pemeriksaan Kadar Gula Darah Dan Asam Urat Remaja Di Desa Tohudan, Colomadu, Karanganyar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 2023; 02(01)