

Pengaruh Kombinasi Kapsul Ekstrak Kunyit dengan Akupresur Terhadap Marker Inflamasi, Endorfin dan Kualitas Hidup Lanjut Usia dengan Osteoarthritis Genu

Abstrak

Latarbelakang : Salah satu proses degenerasi yang terjadi pada lansia adalah penurunan volume cairan sendi yang diperberat dengan menahan beban tubuh yang dapat menyebabkan lansia mengalami nyeri. Lansia dengan Osteoarthritis mengalami nyeri, kekakuan, dan penurunan kemandirian melakukan perawatan diri akan mengalami perubahan titik balik pada kualitas hidup. Kurkumin memiliki efek menurunkan inflamasi dengan farmakokinetik yang memerlukan waktu relatif lama sehingga diperlukan akupresur untuk mengaktivasi titik meridian tertentu yang dinilai dapat memberikan efek analgetik pada area lokal dengan onset waktu yang relatif cepat dalam durasi menit hingga jam. Kombinasi dua terapi ini diharapkan akan memberikan efek anti-inflamasi jangka panjang dengan efek analgetik yang relatif cepat. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan bukti empiris tentang efektivitas kombinasi ekstrak kunyit terstandar kurkuminoid dan akupresur terhadap marker inflamasi, nyeri dan kualitas hidup pada pasien Osteoarthritis.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain *Randomized Controlled Trials*. Penelitian dilakukan pada bulan April s.d Desember 2023. Kombinasi kapsul ekstrak kunyit terstandar kurkuminoid 30 mg diberikan sebanyak 3 x sehari selama 3 minggu dan akupresur yang diberikan dua kali dalam seminggu selama 3 minggu, sedangkan pada kelompok kontrol diberikan plasebo dan sham akupresur.

Hasil : Penelitian ini menunjukkan penurunan leukosit ($p=0,043$), rasio neutrofil limfosit ($0,045$) pada darah tepi setelah pemberian terapi. Hasil penelitian ini memberikan data obyektif berupa peningkatan kenyamanan yang dirasakan terekspresi berupa peningkatan hormon endorfin ($p=0,012$) yang dapat diukur melalui sampel darah tepi, penurunan kekakuan sendi ($p=0,001$) dan kualitas hidup ($0,001$) seiring dengan menurunnya derajat nyeri yang dialami oleh responden. Laju endap darah ($0,181$) dan kemandirian lansia ($0,109$) dalam penelitian ini tidak terdapat perubahan yang signifikan secara statistik.

Kesimpulan : Kombinasi ekstrak kunyit terstandar kurkuminoid dengan akupresur mampu menurunkan marker inflamasi, nyeri dan kekakuan sendi serta meningkatkan endorfin dan kualitas hidup pada lanjut usia dengan Osteoarthritis Genu.

Kata kunci : inflamasi; nyeri; biomarker; akupresur; terapi komplementer alternatif

The Effect of Combination of Turmeric Extract Capsules with Acupressure on Inflammatory Markers, Endorphins and Quality of Life of Elderly with Genu Osteoarthritis

Abstract

Background: One of the degenerative processes that occurs in the elderly is a decrease in the volume of joint fluid which is exacerbated by bearing the weight of the body which can cause the elderly to experience pain. Elderly with Osteoarthritis experience pain, stiffness, and decreased independence. Performing self-care will experience a turning point in quality of life. With the limitations of curcumin, it will provide a fairly long-lasting effect of reducing pain and increasing comfort so that accompanying therapy is needed. Acupressure is a therapy to activate certain meridian points which are considered to be able to provide an analgesic effect to provide comfort in the local area with a relatively fast onset in minutes to hours. The combination of these two therapies is expected to provide a long-term inflammatory effect and a relatively fast analgesic effect. This study aims to obtain empirical evidence on the effectiveness of the combination of standardized turmeric extract curcuminoids and acupressure on markers of inflammation, pain and quality of life in Osteoarthritis patients..

Methods: This study design is a randomised controlled trial. The study was conducted from April to December 2023. The combination of turmeric extract capsule and standardized curcuminoids (30 mg) was administered three times a day for three weeks. Acupressure was applied twice a week for three weeks while the control group was given placebo and sham acupressure

Results: The study yielded empirical evidence indicating a reduction in leukocytes ($p=0.043$) and the neutrophil-to-lymphocyte ratio ($p=0.045$) in peripheral blood following therapy. The results of this study provide objective data in the form of increased comfort, expressed in the form of increased endorphin hormones ($p=0.012$), which can be measured through peripheral blood samples. Additionally, there was a decrease in joint stiffness ($p=0.001$) and quality of life ($p=0.001$), along with a decrease in the degree of pain experienced by respondents. The Erythrocyte Sedimentation Rate (0.181) and the elderly ability (0.109) did not demonstrate statistically significant changes in this study.

Conclusion: The combination of curcuminoid standardized turmeric extract with acupressure is able to reduce inflammatory markers, pain and joint stiffness and increase endorphins and quality of life in the elderly with Genu Osteoarthritis.

Keywords : inflammation; pain; biomarkers; acupressure; complementary and alternative therapies