

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gout Arthritis atau penyakit asam urat merupakan salah satu jenis gangguan metabolisme yang ditandai dengan peradangan akut akibat terbentuknya kristal asam urat di dalam sendi. Gejala *gout arthritis* yaitu nyeri persendian, bengkak, merah, terbatasnya pergerakan sendi dan disertai dengan peningkatan kadar asam urat serum. Kondisi ini umumnya dialami oleh seseorang yang mengonsumsi makanan tinggi purin secara berlebihan, sehingga menyebabkan peningkatan kadar asam urat dalam tubuh (Putri et al., 2023). Kadar asam urat normal pada laki-laki yaitu berkisar antara 3,4-7,0 mg/dL dan pada perempuan berkisar 2,4-6,0 mg/dL.

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021, prevalensi gout arthritis menunjukkan peningkatan dengan jumlah kasus mencapai 1.370 atau sekitar 33,3%. Di negara-negara seperti Inggris dan Amerika Serikat, kasus gout arthritis pada orang dewasa juga mengalami peningkatan, masing-masing sebesar 3,2% dan 3,9%. Prevalensi penyakit ini bervariasi di negara-negara Barat, sementara di kawasan Asia Tenggara, Indonesia tercatat sebagai negara dengan prevalensi tertinggi (Adrian et al., 2021).

Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), gout arthritis menunjukkan angka kejadian yang cukup signifikan. Di Amerika Serikat, prevalensi penyakit ini tercatat sebesar 1,36% pada pria dan 0,64% pada wanita. Sementara itu, di Indonesia, diperkirakan sekitar 12% hingga 34% dari total populasi yang berjumlah 18,3 juta jiwa, atau sekitar 2,2 juta hingga 6,2 juta orang, menderita gout arthritis. Angka ini menunjukkan bahwa penyakit ini merupakan masalah kesehatan yang cukup serius di masyarakat. Selain itu, prevalensi gout arthritis diketahui meningkat seiring bertambahnya usia, serta menunjukkan

variasi yang cukup besar antar wilayah, yang kemungkinan dipengaruhi oleh faktor genetik, gaya hidup, dan pola makan (Adrian et al., 2021).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Afif dkk, mayoritas penderita asam urat berada pada kelompok usia 46–50 tahun sebanyak 14 orang, sementara hanya 1 orang yang berusia di atas 70 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa kelompok lanjut usia tetap memiliki risiko tinggi terhadap penyakit asam urat. Kondisi ini dapat menyerang berbagai sendi di tubuh, menyebabkan pembengkakan pada area yang terdampak. (Afif et al., 2023).

Sebagian besar penduduk Indonesia yang berusia di atas 45 tahun mengalami nyeri sendi akibat gout. Usia penting pada lansia berkaitan erat dengan peningkatan risiko penyakit degeneratif, salah satunya gout arthritis. Pada tahap lansia dini (60–69 tahun), meskipun masih aktif dan mandiri, mulai muncul keluhan sendi ringan yang bisa menjadi gejala awal gout. Seiring bertambahnya usia ke tahap lansia madya (70–79 tahun), daya tahan tubuh menurun, dan metabolisme purin menjadi kurang efisien, sehingga risiko serangan gout meningkat. Pada lansia tua 80 tahun ke atas, kondisi tubuh yang makin rapuh, ditambah dengan keterbatasan fisik dan asupan cairan yang kurang optimal, membuat gout arthritis lebih sulit dikendalikan dan dapat memperburuk ketergantungan lansia dalam aktivitas sehari-hari. Dengan demikian, memahami usia penting pada lansia menjadi kunci dalam upaya pencegahan dan penanganan gout secara lebih efektif.

Pada tahun 2022, jumlah penduduk yang menderita kondisi ini mencapai 7,3%, dengan prevalensi lebih tinggi pada wanita (8,5%) dibandingkan pria (6,1%). Angka kasus gout arthritis di Indonesia terus meningkat, dengan tingkat diagnosis sebesar 24,7%. Prevalensi tertinggi ditemukan pada kelompok usia 75 tahun ke atas, yaitu sebesar 54,8%. Dalam upaya penanganannya, tenaga kesehatan perlu mempertimbangkan faktor usia, karena secara keseluruhan prevalensi di Indonesia mencapai 11,9%, dengan jumlah wanita (8,46%) lebih banyak dibandingkan pria (6,13%) (Putri et al., 2023).

Pada lansia produksi enzim urokinase yang berfungsi mengubah asam urat menjadi allantoin agar lebih mudah dikeluarkan dari tubuh juga akan menurun seiring usia. Penurunan enzim ini dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat dalam darah. Faktor lain yang dapat memengaruhi kadar asam urat adalah aktivitas fisik yang berlebihan, karena gerakan otot rangka yang terlalu intens dapat meningkatkan kebutuhan energi dan memengaruhi metabolisme tubuh (Afif et al., 2023).

Pada pasien dewasa, komplikasi gout biasanya berupa serangan akut yang ditandai dengan nyeri dan pembengkakan sendi. Jika ditangani dengan cepat dan konsisten, risiko komplikasi jangka panjang masih tergolong rendah. Namun, bila tidak diobati dengan baik, peradangan berulang dapat menyebabkan kerusakan sendi. Komplikasi lain yang mungkin muncul meliputi terbentuknya tofi (kristal asam urat di sendi) dan batu ginjal akibat penumpukan asam urat. Sementara itu, pada pasien lansia, komplikasi cenderung bersifat kronis dan lebih kompleks. Hal ini disebabkan karena gout sering tidak ditangani secara optimal dan adanya penyakit penyerta. Tofi lebih sering muncul dan berisiko pecah hingga menyebabkan infeksi. Risiko kerusakan sendi permanen serta nefropati gout (kerusakan ginjal kronik) lebih tinggi akibat penumpukan kristal asam urat. Lansia juga memiliki risiko batu ginjal dan gangguan fungsi ginjal yang lebih serius, serta lebih rentan terhadap komplikasi kardiovaskular karena penyakit penyerta seperti diabetes dan hipertensi (Aupia, 2021).

Penanganan gout arthritis bertujuan utama untuk meredakan nyeri dan peradangan dengan cepat serta mencegah kekambuhan. Pendekatannya terbagi menjadi dua, yaitu farmakologis (dengan obat) dan non-farmakologis (tanpa obat). Secara farmakologis, obat-obatan seperti OAINS (obat anti inflamasi non steroid misalnya ibuprofen dan naproxen biasa digunakan untuk meredakan nyeri akut. Kolkhisin efektif dikonsumsi segera setelah gejala muncul, sedangkan kortikosteroid digunakan bila obat lain tidak cocok, namun perlu diawasi karena efek sampingnya (Manuaba et al., 2024).

Penatalaksanaan non-farmakologis yang dapat dilakukan yaitu, seperti kompres hangat dan teknik relaksasi napas dalam juga membantu mengurangi nyeri dan mempercepat pemulihan. Kompres hangat, sangat bermanfaat setelah fase akut berlalu atau untuk mengatasi nyeri kronis pada penelitian yang dilakukan (Nindi et al., 2025) sebelum diberikan terapi relaksasi nafas dalam tingkat nyeri berada pada kategori nyeri berat dengan skala 7, dan setelah diberikan intervensi tingkat nyeri berada pada kategori nyeri sedang dengan skala 5, terapi ini dapat memberikan rasa nyaman dan mengurangi kekakuan. Teknik relaksasi melalui napas dalam juga dianjurkan, karena dapat membantu menenangkan sistem saraf dan mengurangi ketegangan tubuh saat nyeri muncul. Kombinasi kedua pendekatan ini mendukung pengelolaan gout yang lebih optimal dan mencegah komplikasi jangka panjang (Cahyaningtyas et al., 2024).

Kompres hangat biasanya dilakukan dengan menempelkan handuk hangat pada area yang sakit sebanyak 2–3 kali sehari, dan dilakukan ulang 2–3 kali dalam seminggu. Tujuan dari terapi ini adalah untuk mengurangi kekakuan pada otot dan sendi. Kompres hangat terbukti efektif mengurangi nyeri dan pembengkakan pada lansia dengan gout arthritis dengan cara meningkatkan aliran darah dan membantu mengeluarkan kristal asam urat. Penggunaan secara rutin selama 15-20 menit mampu mengurangi kekakuan serta meningkatkan kenyamanan saat melakukan aktivitas sehari-hari serta meningkatkan sirkulasi darah dan oksigen. Sementara itu, terapi perilaku dapat dilakukan melalui teknik distraksi, seperti latihan relaksasi napas dalam saat nyeri muncul, dan pengalihan lainnya seperti melakukan hal yang menyenangkan seperti mendengarkan musik, berolahraga dan aktivitas lainnya. Tujuan dari teknik ini adalah membantu individu mengendalikan reaksi tubuh terhadap nyeri secara lebih positif, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari penerapan kompres hangat dan terapi relaksasi nafas dalam (Margo et al., 2024).

Hasil wawancara dan survei yang dilakukan oleh mahasiswa/i Universitas Mohammad Husni Thamrin Program Studi Ners di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 didapatkan hasil dari Survei menunjukkan bahwa populasi lansia

sebanyak 250 jiwa, dengan 37% mengalami gout arthritis, menandakan angka yang cukup tinggi dan perlu untuk mendapatkan intervensi lanjutan.

Namun, kompres hangat dan terapi relaksasi napas dalam belum pernah diterapkan, karena jumlah tenaga kesehatan terbatas, sehingga pelaksanaan intervensi belum memungkinkan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Panti Tresna Werdha Budi Mulia 1 maka penulis tertarik mengambil judul tentang “ Asuhan Keperawatan Pada Lansia Gout Arthritis dengan Pemberian Kompres Hangat Dan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Nyeri Kronis Di Panti Sosial Tresna Wrdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur “.

1.2 Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan penulisan karya ilmiah akhir Ners adalah mampu memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif kepada lansia yang memiliki penyakit Gout Arthritis melalui Kompres Hangat dan Terapi Relaksasi Nafas Dalam di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian asuhan keperawatan lansia pada pasien dengan nyeri Kronis diruang Flamboyan Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung.
- b. Menetapkan diagnosis keperawatan lansia yang pada pasien dengan nyeri Kronis diruang Flamboyan Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung.
- c. Merencanakan asuhan keperawatan lansia pada pasien dengan nyeri Kronis diruang Flamboyan Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung.
- d. Melaksanakan tindakan keperawatan sesuai perencanaan pada lansia dengan nyeri Kronis diruang Flamboyan Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung.

- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia pada pasien dengan nyeri Kronis di ruang Flamboyan Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung.
- f. Menganalisis pelaksanaan asuhan keperawatan pada lansia pada pasien dengan nyeri Kronis di ruang Flamboyan Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung.

1.3 Manfaat Penulisan

1. Bagi Klien

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan mengenai nyeri kronis melalui penerapan Kompres Hangat dan Terapi Relaksasi Nafas Dalam, Serta diharapkan dapat menanggulangi nyeri dengan benar.

2. Bagi Panti Sosial

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan hasil penerapan asuhan keperawatan ini dapat digunakan sebagai acuan dasar dalam memberikan intervensi bagi perawat di panti sosial dalam melakukan asuhan keperawatan secara komprehensif agar dapat meningkatkan mutu pelayanan, khususnya pelayanan pada lansia dengan Gout Arthritis melalui pemberian Kompres Hangat dan Terapi Relaksasi Nafas Dalam.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan karya tulis ilmiah ini bisa bermanfaat dalam penerapan asuhan keperawatan sebagai sumber informasi dalam meningkatkan pelayanan keperawatan terutama mengenai penerapan Kompres Hangat dan Terapi Relaksasi Nafas Dalam untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia dengan Gout Arthritis.

4. Bagi Peneliti

Manfaat praktis hasil studi kasus ini bagi peneliti yaitu dapat melakukan asuhan keperawatan yang benar berdasarkan teori maupun pengetahuan yang didapatkan pada saat proses pembelajaran serta menambah wawasan

ilmu pengetahuan dibidang kesehatan, terlebih mengenai nyeri akut penderita Gout Athritis.

5. Bagi Universitas MH. Thamrin

Karya Ilmiah Akhir Ners dapat menambah sumber pustaka keperawatan dalam penerapan Kompres Hangat dan Terapi Relaksasi Nafas Dalam untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia dengan asam urat di Universitas MH.Thamrin dan memberikan pendidikan pengetahuan tentang Gout Athritis.