

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Gout Arthritis merupakan penyakit sendi yang ditandai dengan hiperurisemia atau peningkatan kadar asam urat dalam darah (Fidiya, 2020). Gangguan metabolisme yang berdasarkan gout adalah hiperurisemia yang didefinisikan sebagai peningkatan kadar asam urat lebih dari 7,0 ml/dl dan 6,0 mg/dl (Ilham, 2020). Gout Arthritis sering terjadi pada lansia, hal ini ditandai dengan hiperurisemia atau peningkatan asam urat di dalam badan seseorang. Indonesia termasuk negara dengan jumlah penderita Gout Arthritis terbanyak, dan penyakit ini banyak diderita oleh lanjut usia (Fidiya, 2020). Tingginya kasus Gout Arthritis di duga karena peningkatan penggunaan obat – obatan dalam jangka waktu yang sangat lama. Gejala yang timbul antara lain rasa nyeri pada bagian ekstremitas serta rasa pegal - pegal tak nyaman yang mengganggu aktifitas (Marlinda and Putri, 2020).

Prevalensi penderita penyakit hiperurisemia di dunia mengalami kenaikan hingga dua kali lipat mulai tahun 1990-2010 (Riswana & Mulyani, 2022). Menurut *World Health Organization(WHO)*, penderita gout arthritis mencapai 230 juta dan angka tersebut meningkat tajam setiap tahunnya (Purba, *et al*, 2021). Indonesia merupakan salah satu negara terbesar di dunia yang penduduknya menderita penyakit gout arthritis. Hasil Riskesdas tahun 2018 tercatat bahwa prevelensi penyakit gout arthritis di Indonesia yang *didignosa* tenaga kesehatan (Nakes) sebesar 11,9%,prevalensi berdasarkan jenis kelamin yang didiagnosis dokter lebih tinggi pada perempuan (8.5%) dibanding laki-laki (6.1%) prevalensi ini meningkat, seiring dengan meningkatnya usia. Penderita gout arthritis pada usia di bawah 34 tahun yaitu sebesar 32% dan pada usia diatas 34 tahun sebesar 68% (Kemenkes RI, 2018). Sedangkan Riskesdas tahun 2018 menyatakan prevalensi penyakit gout arthritis yang di diagnosis dokter pada penduduk umur lebih dari 15 tahun Kota Surakarta sebesar 4,96 % dari total tertimbang sebanyak 1.069 orang,

prevalensi penyakit arhritis gout di Puskesmas Kratonan sebanyak 129 lansia yang menderita arhritis gout (Riskesdas, 2018).

Gout arthritis merupakan penyakit kronik dan fluktuatif sehingga apabila tidak dilakukan penanganan yang tepat dan cepat akan menyebabkan kerusakan sendi yang progresif, deformitas, disabilitas, dan kematian (Junardi, 2021). Penatalaksanaan gout dapat dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologis dan secara non farmakologis. Bagi penderita arthritis gout bisa mengonsumsi obat allopurinol karena allopurinol bekerja menurunkan produksi asam urat dengan cara penghambatan kerja enzim yang memproduksinya, yaitu enzim xantin oksidase. Selain bermanfaat menekan produksi asam urat, allopurinol juga memiliki efek positif dalam melawan kolesterol jahat dalam tubuh (Marlinda & Putri, 2020). Salah satu upaya untuk mengurangi nyeri sendi yaitu dengan terapi non farmakologi menggunakan berbagai macam metode seperti senam, stretching, dan pemberian latihan rentang gerak aktif (Anggraeni & Mujahid, 2020).

Senam yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia yang menderita Gout arthritis yaitu dengan senam ergonomik (Bolon *et al.*, 2022). Senam ergonomic dinilai efektif untuk menurunkan kadar asam urat. Penurunan ini disebabkan karena senam ergonomic sangat menekankan bagian pernafasan yang memberikan sensasi pijatan pada jantung sehingga membuka sumbatan-sumbatan dan memperlancar proses metabolisme pada tubuh. Selain itu senam ini juga membuat tubuh menjadi rileks sehingga menyebabkan peningkatan proses penyerapan kembali asam urat pada tubuh (Purba *et al*, 2021) . Penelitian sebelumnya pada penerapan senam ergonomic terhadap lansia dengan gout arthritis menunjukkan bahwa rata-rata penurunan asam urat sebesar 2,925 mg/dl. ini menunjukkan bahwa senam ergonomis memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kadar asam urat pada lansia (Sandra, 2022).

Berdasarkan latar belakang permasalahan dan hasil yang didapatkan diatas, maka penulis tertarik untuk mengambil penerapan senam ergonomik terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia dengan gout arthritis di

Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas didapatkan rumusan masalah “Bagaimanakah penerapan senam ergonomik terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia dengan gout arthritis di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta”?

C. TUJUAN PENERAPAN

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui hasil implementasi penerapan senam ergonomik terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia dengan gout arthritis di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta .

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan hasil kadar asam urat sebelum dilakukan terapi senam ergonomik di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta.
- b. Mendiskripsikan hasil kadar asam urat sesudah dilakukan terapi senam ergonomik di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta.
- c. Mendiskripsikan perkembangan kadar asam urat sebelum dan sesudah dilakukan terapi senam ergonomik di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta.
- d. Mendiskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden.

D. MANFAAT PENERAPAN

Penerapan ini, diharapkan memberikan manfaat bagi:

1. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi dan memperkaya literatur keilmuan, khususnya ilmu kesehatan terhadap penggunaan senam ergonomik sebagai salah satu terapi untuk mengurangi kadar asam urat pada lansia dengan gout arthritis.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan:
 - a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang senam ergonomik secara tepat. dalam memberikan asuhan keperawatan pada lansia dengan gout arthritis.
 - b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang senam ergonomik pada lansia dengan gout arthritis pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.
3. Bagi Penulis

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan senam ergonomik sebagai salah satu terapi untuk mengurangi kadar asam urat pada lansia dengan gout arthritis.