

BAB 1

PENDAHULUAN

Lansia (lanjut usia) merupakan kelompok manusia yang berusia 60 tahun. Seiring bertambahnya usia, kondisi kesehatan seseorang semakin menurun, sehingga rentan mengalami penyakit. Penyakit degeneratif yang dialami oleh lansia salah satunya yaitu radang sendi (Sihotang et al., 2024). Lanjut usia adalah individu yang mengalami kemunduran sel-sel karena proses penuaan yang dapat berakibat pada kelemahan organ, kemunduran fisik, timbulnya berbagai macam penyakit seperti peningkatan kadar asam urat yang dapat menimbulkan terjadinya penyakit seperti batu ginjal, gout, dan rematik. Peningkatan kadar asam urat dihubungkan dengan kelainan metabolik dan berbagai penyebab kematian akibat penyakit kardiovaskuler dan penyakit metabolik lainnya seperti hipertensi, diabetes, dan kolesterol (Christina & Martha, 2025).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa penderita asam urat meningkat setiap tahunnya di dunia. Angka kejadian asam urat sekitar 1-4% dari populasi umum, di negara barat laki-laki lebih tinggi menderita asam urat dibandingkan dengan perempuan sebesar 3-6%. Di beberapa negara, prevalensi dapat meningkat 10% pada laki-laki dan 6% pada perempuan pada rentang usia ≥ 80 tahun. Insiden tahunan asam urat 2,68 per 1000 orang. Di seluruh dunia penyakit asam urat mengalami peningkatan secara bertahap yang diakibatkan karena kebiasaan makan yang buruk seperti diet makan yang salah, kurang olahraga, obesitas dan juga sindrom metabolik. Dari data *World Health Organization* (WHO), ditemukan prevalensi penyakit asam urat di dunia mencapai angka 34,2%. Kejadian asam urat paling banyak terjadi pada negara-negara maju, semisal Amerika Serikat dimana prevalensi mencapai angka 26,3% dari keseluruhan penduduk. Berdasarkan data WHO dalam *Non-Communicable Disease Country Profile* di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 65-74 tahun berkisar pada 51,9%, serta usia >75 tahun berkisar pada 54,8%. Secara global insiden asam urat berkisar antara 0,1% hingga 0,3% dan prevalensi dari 1% hingga 4%.

Prevalensi asam urat 31 kali lebih tinggi pada pria daripada wanita. Setiap sepuluh tahun, ada peningkatan insiden dan prevalensi asam urat; pada individu di atas 80 tahun, kejadian ini meningkat menjadi 0,4 dan prevalensi menjadi 11-13%. Prevalensi asam urat di Amerika adalah 2-13% dari 238.452.952 individu, Indonesia memiliki tingkat prevalensi pasien asam urat tertinggi di Asia Tenggara, yaitu 655.745 (0,27%). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022, artritis asam urat cukup umum, dengan tingkat di AS mencapai 3,9% dan di Eropa mencapai 2,5%. Sementara itu, di Indonesia, penelitian yang dilakukan di Bali oleh Putra dkk. melaporkan bahwa prevalensi hiperurisemia mencapai 1,45%, (Andriyani et al., 2024).

Asam urat dapat disebabkan oleh usia, kemampuan ginjal dalam membuang asam urat yang berlebih sudah menurun, dan terlalu banyak mengonsumsi makanan yang

mengandung purin. Makanan yang dikonsumsi akan menghasilkan sisa metabolisme zat purin yang disebut dengan asam urat. Purin adalah zat hasil metabolisme protein yang bisa ditemukan di tubuh dan makanan. Kadar normal asam urat menurut *World Health Organization* (WHO) pada pria adalah 3,5 –7 mg/dl dan pada wanita 2,6 –6 mg/dl. Asam urat akan dikeluarkan oleh tubuh melalui feses dan urin jika tubuh dalam keadaan normal. Namun jika ginjal tidak mampu mengeluarkan kristal asam urat, kadar asam urat yang tinggi terjadi di dalam tubuh kemudian menumpuk di persendian dan menyebabkan rasa nyeri. Akibatnya, penderita asam urat sering mengalami kesulitan berjalan (Silvi et al., 2024).

Asam urat ini disebabkan karena adanya endapan kristal monosodium (peradangan) di dalam sendi yang mengumpul sebagai akibat tingginya kadar asam urat didalam darah, asam urat atau gout merupakan penyakit sendi yang disebabkan oleh tingginya kadar asam urat di dalam darah. Batas normal kadar asam urat untuk pria yakni 7 mg/dl, sedangkan pada wanita 6 mg/dl. Nilai asam urat yang melebihi batas normal dapat menjadikan adanya asam urat yang menumpuk di dalam persendian dan organ tubuh lainnya (Silvi et al., 2024).

Nyeri sendi merupakan masalah utama yang terjadi pada lansia. Nyeri sendi sering menimbulkan gangguan mobilitas, fungsi kemandirian, partisipasi dalam kegiatan sosial, serta kualitas hidup dan merupakan salah satu dari sepuluh penyebab utama kecacatan di negara berkembang, peningkatan populasi lanjut usia di dunia saat ini sejalan dengan peningkatan jumlah kasus nyeri sendi. Angka kejadian nyeri sendi di dunia pada usia 45- 64 tahun sebesar 30,3% dan pada usia ≥ 65 tahun dilaporkan sebanyak 49,7% Di Indonesia, nyeri sendi adalah salah satu dari 12 penyakit tidak menular dengan angka kejadian sebesar 24,7% (Siti & Moh., 2024).

Jumlah lansia yang menderita asam urat dengan tanda dan gejala yang dialami seperti kesemutan, linu dan nyeri di area persendian salah satu pengobatan non farmakologis yang bisa dilakukan yaitu dengan kompres menggunakan jahe merah, kompres ini bisa mengurangi nyeri karena jahe merah memiliki sifat pedas, pahit dan aromatic dari oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shogaol. Oleoresin yang terkandung dalam jahe memiliki potensi anti-inflamasi dan antioksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak yang tidak mudah menguap pada jahe berfungsi sebagai faktor yang dapat meningkatkan permeabilitas, oleoresin dapat menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga ke sirkulasi perifer adapun efek kompres hangat jahe merah yaitu respon tubuh terhadap panas yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan. Pemberian kompres hangat jahe merah dapat memperbaiki sirkulasi darah dalam tubuh, dan mengurangi rasa nyeri (Sihotang et al., 2024). Pada dasarnya kompres hangat jahe merah memberikan rasa hangat pada daerah tertentu salah satunya adalah menurunkan nyeri sendi. Kompres hangat jahe merah dapat

membantu menurunkan rasa nyeri yang seringkali dialami oleh lansia (Siti & Moh., 2024).

Kompres hangat dengan menggunakan jahe merah bisa mengurangi nyeri karena jahe merah memiliki sifat pedas, pahit dan aromatic dari oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shogaol. Oleoresin yang terkandung dalam jahe memiliki potensi anti-inflamasi dan antioksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak yang tidak mudah menguap pada jahe berfungsi sebagai faktor yang dapat meningkatkan permeabilitas, oleoresin dapat menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga ke sirkulasi perifer adapun efek kompres hangat jahe merah yaitu respon tubuh terhadap panas yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan. Pemberian kompres hangat jahe merah dapat memperbaiki sirkulasi darah dalam tubuh, dan mengurangi rasa nyeri (Sihotang et al., 2024).

Pemberian kompres hangat merupakan mekanisme penghambat reseptor nyeri pada serabut saraf besar dimana akan mengakibatkan terjadinya perubahan mekanisme yaitu gerbang yang akhirnya dapat memodifikasi dan merubah sensasi nyeri yang datang sebelum sampai ke korteks serebri menimbulkan persepsi nyeri dan reseptor otot sehingga nyeri dapat berkurang. Kompres hangat juga dapat meningkatkan relaksasi otot serta mengurangi nyeri akibat spasme dan kekakuan (Siti & Moh., 2024).

Pada penanganan asam urat dengan menggunakan kompres hangat jahe merah untuk menurunkan tingkat nyeri pada lansia, dapat juga menggunakan media video, dimana media video ini mudah di ingat dan bisa dijadikan arsip yang kemudian diunggah melalui platform *YouTube*, sehingga sangat potensial untuk penyebarluasan informasi kesehatan di masyarakat oleh perawat komunitas. Video adalah salah satu media yang dapat berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan pengetahuan dan sikap seseorang, terutama dalam berperilaku hidup bersih dan sehat. Beberapa hasil penelitian menyebutkan bahwa pemberian edukasi kesehatan dengan video terbukti efektif (Siti & Moh., 2024).

Tujuan penulis menggunakan media video untuk edukasi kompres jahe hangat untuk mengurangi nyeri pada penderita asam urat ini sangat efektif digunakan untuk lansia dikarenakan mudah diakses dan bisa diulang ulang metode ini sangat efektif untuk lansia yang tidak bisa membaca dengan melalui media video ini lansia bisa mendengarkan dan menyimak dengan baik sehingga dapat memberikan wawasan, manfaat dan pengetahuan sehingga masyarakat memiliki peningkatan pengetahuan yang luas.

Pengembangan edukasi dengan media video ini diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat, manfaat bagi masyarakat yaitu masyarakat dapat memahami cara penggunaan jahe merah untuk mengurangi nyeri asam urat dengan adanya media video ini diharapkan mampu memberikan manfaat di bidang kesehatan yaitu menambah ilmu atau pengetahuan lansia bahwa jahe merah bisa menurunkan nyeri asam urat dan adapun manfaat bagi dunia IPTEK (ilmu pengetahuan dan teknologi) yaitu meningkatkan pemahaman memperkaya sumber pembelajaran

dan memicu interaksi serta kolaborasi antar sesama masyarakat. Manfaat melalui media edukasi video ini diharapkan lansia dapat mengetahui manfaat jahe merah sebagai penurun nyeri asam urat, memudahkan lansia untuk memahami dengan baik dan bisa menjadikan media video kompres hangat jahe merah ini sebagai pembelajaran agar bisa dipahami mendengarkan dan diputar berulang sebagai arsip mengingat usia lansia yang sudah mengalami penurunan daya ingat.