

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Seluruh sistem dalam tubuh mengalami penurunan termasuk sistem pergerakan tubuh pada orang lanjut usia (lansia) yang dapat menyebabkan nyeri sendi (Ramadini & Fadhillah, 2021). Perubahan fisik yang dialami pada lansia di antaranya rasa nyeri sendi, pegal linu, rasa kaku otot yang dibarengi dengan rasa panas, dingin, pening, kelelahan, dan jantung berdebar-debar (Ramadini & Fadhillah, 2021). Lansia yang mempunyai penurunan fungsi kesehatan sangat mudah terserang penyakit (Oktora, n.d.2020). Sebagian besar penyakit yang diderita oleh lansia yaitu penyakit yang tidak menular seperti darah tinggi, penyakit persendian, gangguan mulut, diabetes, jantung, stroke dan asam urat (Kementerian Kesehatan, 2018). Penyakit *gout arthritis* atau asam urat merupakan salah satu penyakit yang sering dialami oleh lansia (Ardhiatma, 2017).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 tingkat prevalensi asam urat di dunia adalah 34,2%. Prevalensi asam urat di Amerika adalah 26,3% dari jumlah penduduk (WHO, 2017). Penyakit asam urat semakin meningkat tidak hanya muncul di negara maju saja tetapi juga berlaku di negara berkembang, salah satunya di Indonesia. Hasil dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi penyakit asam urat di Indonesia meningkat pada tahun 2018, jumlah kasus penyakit asam urat sebesar 7,3% untuk gangguan sendi berdasarkan tanda dan gejalanya yang diperoleh dari data di Jawa Tengah prevalensinya penderita asam urat berkisar antara 2,6 hingga 47,2% yang bervariasi di antara populasi (Riskesdas, 2018).

Menurut data WHO di Indonesia penyakit asam urat memasuki peringkat kedua setelah penyakit pengapuran tulang. Penyakit asam urat di Indonesia telah mencapai 8,1% dari total penduduk, 29% mengalami asam urat membeli obat dari puskesmas dan sekitar 71% sisanya membeli obat-obatan di warung untuk meredakan rasa sakit. Penderita penyakit asam urat di Jawa Tengah berjumlah 5,1% dari seluruh

penduduk (Riskesdas, 2018). Hasil survey epidemiologi yang dilakukan di Jawa bekerja sama dengan WHO kepada 4.683 sampel yang berusia 15-45 tahun di temukan hasil penderita asam urat sejumlah 24,3% (Nengsi & dkk, 2014). Kejadian asam urat yang tinggi menimbulkan dampak jangka panjang.

Dampak yang terjadi pada penderita asam urat dapat mengakibatkan kerusakan sendi, tophi atau benjolan dan batu ginjal (Kementerian Kesehatan, 2018). Dampak dari nyeri sendi adalah menurunnya kualitas hidup seperti rasa lelah yang luar biasa, berkurangnya batas gerak setelah bangun tidur, merasakan nyeri yang kuat saat melakukan gerakan pertama tetapi kekakuannya tidak berlangsung lama kira-kira sekitar 15 menit, pada pagi hari kekakuannya mengurangi kemampuan untuk melakukan empat gerakan ekstensi, terbatasnya pergerakan fisik dan efek sistemik seperti kegagalan organ dan kematian (Price, 2012). Jika tidak diobati penyakit *gout arthritis* dapat menyebabkan 80% lansia mengalami kesulitan berjalan, membungkuk atau berdiri, sedangkan sekitar 20% lansia tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari (WHO, 2016).

Gout arthritis juga dikenal sebagai asam urat adalah jenis radang sendi yang sangat menyakitkan. Nyeri merupakan salah satu gejala yang ditunjukkan oleh orang yang menderita asam urat. Studi pendahuluan di Ikatan Lansia Budi Luhur Surabaya menemukan bahwa 65% mengeluh nyeri sendi serta peningkatan kadar asam urat yang lebih dari normal. Banyak orang yang menderita asam urat mengeluhkan nyeri di persendian, nyeri tersebut sering terjadi ditengah malam atau menjelang pagi hari ketika penderitanya terbangun karena rasa sakit yang tidak tertahankan (Sandy, 2015). Gangguan sendi sering dikeluhkan oleh lanjut usia dan menempati urutan kedua dengan persentase 14,5%, setelah penyakit kardiovaskular pada penduduk usia >55 tahun (WHO, 2018). Angka kejadian nyeri sendi pada penderita asam urat sebesar 24,7% yang merupakan salah satu dari 12 penyakit yang tergolong penyakit tidak menular (Suryani, 2021).

Asam urat merupakan penyakit yang terjadi akibat penimbunan kristal pada jaringan sendi yang akhirnya menyebabkan peradangan dan rasa nyeri. Nyeri sendi menyebabkan rasa yang tidak nyaman dan terbatasnya gerak serta kehilangan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang akan mempengaruhi kualitas hidup lansia. Keluhan yang sering terjadi pada penderita asam urat lanjut usia adalah nyeri sendi, bengkak, peradangan, panas, kaku bahkan tidak mampu melakukan aktivitas normal (Jaliana, 2018).

Nyeri asam urat umumnya terdapat pada persendian kaki dan tangan yang dapat menimbulkan nyeri meradang akibat penimbunan zat purin yang memicu kristal, jika nyeri tersebut tidak diobati akan menimbulkan gangguan pada aktivitas fisik sehari-hari seperti penurunan aktivitas fisik (J.I Health et al., 2020). Ada beberapa yang dapat menyebabkan rasa pegal atau nyeri mengenai kebiasaan makan, merupakan faktor utama yang mempengaruhi kesehatan dan kemampuan fisik individu. Banyak mengonsumsi olahan yang tinggi purin dapat meningkatkan potensi asam urat. Resiko terkena asam urat akan meningkat jika dibarengi dengan pola makanan yang tidak seimbang (Kussoy, 2019). Dampak yang terjadi pada lansia yang mengalami asam urat di antaranya, pergerakan tubuh menurun dan nyeri pada gerakan, timbulnya tanda dan gejala seperti tophi (benjolan) yang menyebabkan penimbunan kristal monosodium, perubahan bentuk pada sendi dan pengeroposan tulang di lokasi serangan asam urat. Terjadinya nefropati urat yang diikuti dengan nefrolitiasis pada ginjal disebabkan oleh pengendapan tersebut (Widiyanto, 2020).

Penanganan nyeri pada asam urat dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri, biasanya menggunakan obat antiinflamasi nonsteroid. Obat non-opioid kerap digunakan untuk menghilangkan rasa sakit termasuk pada tahap perencanaan pengobatan (Nengsi & dkk, 2014). Terapi farmakologi dan non farmakologi dapat digunakan untuk mengobati nyeri asam urat. Terapi farmakologi termasuk pemberian analgesik, seperti obat anti radang dan nonsteroid (OAINS) yang membantu mengurangi nyeri. Sementara terapi non farmakologi atau tindakan keperawatan di

luar farmakologi dapat digunakan untuk mengurangi nyeri sendi, seperti antisipasi, distraksi, biofeedback, hipnosis diri, masase kulit, relaksasi dan kompres jahe. Jahe merupakan salah satu bahan kompres yang mampu memberikan sensasi hangat, rasa pedas, dan aromatik jahe seperti olerasin, zingeron, gingerol serta shagaol membantu mengurangi nyeri asam urat. Olerasi memiliki sifat analgesik, antiinflamasi dan antioksidan yang kuat. Olerasi atau zingerol mampu menghentikan pembentukan prostaglandin, mengurangi rasa sakit serta peradangan (Suryani, 2021). Kompres jahe mampu menyebabkan proses vasodilatasi pada pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan sirkulasi darah yang dapat membantu untuk menurunkan rasa nyeri (Radharani, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ilham (2020) sebuah studi yang dilakukan di Kelurahan Lantora Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar pada tahun 2019 menunjukkan bahwa kompres jahe yang dibuat menggunakan jahe merah dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien yang menderita asam urat. Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Wilcoxon diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$, yang berarti terdapat pengaruh kompres jahe menggunakan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri pada *gout arthritis* penderita di Kelurahan Lantora Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar 2019.

Menurut Samsudin (2016) menyatakan bahwa memberikan kompres jahe dapat mempengaruhi terhadap intensitas nyeri pada asam urat terhadap lansia. Selain itu penanganan non-farmakologi nyeri sendi dapat menggunakan *massage*. *Massage* adalah teknik pijatan dan sentuhan halus yang dapat merelaksasi tubuh dengan meningkatkan rasa nyaman melalui permukaan kulit serta mengurangi rasa sakit. Relaksasi sangat penting dalam menciptakan *line* untuk meningkatkan kenyamanan dan menghilangkan rasa sakit yang bertahan lama (Syamsyuhidajat, 2010). Ada beberapa jenis pijatan untuk mengurangi nyeri antara lain *hand massage*, *effleurage*, *deep back massage*, dan *foot massage*. Teknik relaksasi *massage* yang paling tepat untuk nyeri adalah *foot massage*, hal ini disebabkan oleh fakta bahwa di bagian kaki memiliki banyak saraf yang terhubung ke organ dalam (Sari &

Rumhaeni, 2020). Massage kaki (*foot massage*) pada kaki dapat membantu untuk membangun keseimbangan dalam tubuh serta dapat meningkatkan aliran darah, menurunkan tekanan darah dan kolesterol serta dapat mengurangi rasa sakit. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa *foot massage* merupakan salah satu metode terapi komplementer paling umum untuk membantu mengurangi nyeri (Muliani et al., 2020). Manfaat dari *foot massage* dapat memberikan penghambatan dalam rasa nyeri serta dapat membuat hormon endorfin atau senyawa penawar alami pada sistem kontrol menurun dan mengendurkan otot sehingga nyeri berkurang. Terapi *foot massage* dapat mengurangi nyeri karena pijatan yang diberikan merangsang otak lebih cepat daripada rasa sakit yang menghasilkan hormon serotonin dan dopamin (Masadah, 2020).

Menurut Nurfatimah, N. (2019) dengan judul “penerapan teknik kompres jahe terhadap pengendalian level nyeri dengan kasus rheumathoid arthritis” menunjukkan bahwa kompres jahe dapat mengurangi nyeri rheumatoid arthritis dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 3, ini dapat dilakukan 3 kali pemberian pada pagi hari selama 1 minggu selama 20 menit mampu mengurangi nyeri. Menurut Kaur,J, Dan Bhardwaj,N, (2012) dalam penelitiannya mengenai efektifitas *foot massage* pada nyeri pasien dengan masalah musculoskeletal, bahwa terdapat pengaruh *foot massage* terhadap nyeri. Hasil penelitian sebelumnya telah meneliti terkait dengan kompres jahe terhadap nyeri dan juga *foot massage* terhadap nyeri, hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil tersebut efektif, hasil penelitian tersebut berbeda dengan penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian ini mengkombinasikan intervensi kompres jahe dan juga *foot massage* untuk mengurangi nyeri sendi.

Kompres jahe dan *foot massage* dapat menjadi bagian penting dalam mengatasi asam urat karena sifat-sifat terapeutiknya. Kompres jahe memiliki sifat antiinflamasi yang efektif dalam mengurangi nyeri dan peradangan akibat asam urat. Jahe mengandung gingorel yang membantu menghambat mediator peradangan seperti prostaglandin dan leukotrien (Dinno Baskoro, 2023). *Foot Massage* membantu meningkatkan sirkulasi darah dan meredakan ketegangan otot

yang bisa mengurangi gejala nyeri pada persendian akibat asam urat. Teknik ini juga dapat memberikan efek relaksasi yang membantu mengurangi intensitas nyeri (Dinno Baskoro, 2023). Mengingat manfaat kompres jahe dan *foot massage* dalam mengendalikan nyeri lebih cepat dibandingkan hanya menggunakan metode tunggal, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi kombinasi kompres jahe dan foot massage (Pertiwi et al., 2019). *Foot massage* dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan sirkulasi namun pada *foot masage* tidak memiliki efek anti inflamasi sebagai penyebab utama dari *gout atritis*, anti inflamasi di dapatkan dari kompres jahe.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan Di desa Larangan pada tanggal 16-18 Januari 2024 dengan 10 orang lansia yang mengalami asam urat ini mengeluh nyeri sendi. Hasil dari wawancara selama ini lansia untuk mengatasi asam urat dengan mengonsumsi obat yang dibeli dari apotik atau warung untuk mengurangi nyeri sendi dan ada juga yang menggunakan balsam, koyo, mengonsumsi rebusan daun kersen, daun kelor. Meskipun lansia di Desa Larangan sudah melakukan terapi untuk menurunkan nyeri akan tetapi hasilnya tidak efektif dan ada juga yang belum pernah menggunakan rebusan atau kompres jahe sejumlah 3 responden, yang menggunakan balsam dan koyo berjumlah 4 responden sedangkan yang mengonsumsi rebusan daun kelor dan daun kersen berjumlah 3 responden. Menurut data dari puskesmas yang mengalami asam urat pada bulan february 2024 berjumlah 43 lansia. Asam urat di Desa Larangan memang tidak banyak jika dibandingkan dengan penyakit lainnya seperti penyakit diabetes, hipertensi dan tuberculosis yang jumlahnya lebih banyak. Namun, asam urat salah satu dari banyak penyakit umum yang perlu mendapat perhatian. Berdasarkan latar belakang tersebut sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Kombinasi Kompres Jahe dan *Foot Massage* Terhadap Nyeri Asam Urat Pada Lansia di Desa Larangan”

1.2 Tujuan

1.2.1 Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh terapi kombinasi kompres jahe dan *foot massage* untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia di Desa Larangan.

1.2.2 Tujuan khusus

1.2.2.1 Mengidentifikasi tingkat nyeri asam urat sebelum diberikan kompres jahe dan *foot massage* pada lansia di Desa Larangan.

1.2.2.2 Mengidentifikasi tingkat nyeri asam urat setelah diberikan kompres jahe dan *foot massage* pada lansia di Desa Larangan.

1.2.2.3 Menganalisis pengaruh pemberian kompres jahe dan *foot massage* terhadap nyeri asam urat pada lansia di Desa Larangan.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat aplikatif

Hasil dari penelitian ini diharapkan responden dapat menerapkan kompres jahe dan *foot massage* secara mandiri ketika nyeri asam urat kambuh.

1.3.2 Manfaat keilmuan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah keilmuan baru atau terapi baru untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia.

1.3.3 Manfaat metodologi

Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu rujukan penelitian selanjutnya yang akan melakukan penelitian pengembangan intervensi dan mengatasi nyeri asam urat pada lansia.