

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk menyesuaikan diri dengan stresor lingkungan. Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (Kholifah 2016). Lansia mengalami perubahan diantaranya perubahan fisik, mental dan psikososial. Perubahan fisik meliputi perubahan pada sel, sistem pernafasan, sistem pendengaran, sistem pendengaran, sistem penglihatan, sistem kardiovaskuler, system pengaturan tubuh, respirasi, gastrointestinal, genitourinaria, endokrin, kulit, dan musculoskeletal (Yaslina, Moidaliza, and Srimutia 2021).

Perubahan fisiologi yang terjadi di lansia dapat mengenai sistem muskulokeletal, yaitu rasa nyeri sendi di ekstremitas adalah keluhan yang paling sering muncul di lansia (Yaslina, Moidaliza, and Srimutia 2021). Gangguan pada musculoskeletal umumnya memberikan gejala atau keluhan nyeri, dari tingkat ringan hingga berat. Keluhan nyeri yang timbul bisa mengganggu penderita tidak dapat bekerja atau beraktivitas dengan nyaman bahkan juga tidak dapat merasakan kenyamanan di hidupnya. oleh sebab itu, penanganan untuk gangguan muskulokeletal yang pertama kali harus di lakukan adalah mengurangi nyeri atau gejala yang di timbulkan. Faktor resiko nyeri ekstremitas diantaranya usia, jenis kelamin, kurangnya kekuatan otot, penyakit dan pekerjaan yang terlalu

berat berpotensi tinggi meningkatkan nyeri ekstremitas di lansia. Selain pekerjaan, usia adalah faktor yang terpenting pada hal terjadinya nyeri pada ekstremitas. Semakin orang bertambah usia maka akan rentan terhadap suatu penyakit, hal ini terjadi karena gangguan sistem muskulokeletal dalam tubuhnya menurun. Beberapa masalah yang seringkali di alami oleh lanjut usia (lansia) adalah timbulnya rasa nyeri sendi di ekstremitas yang menghambat aktifitas sehari-hari (Martono,2019). Intervensi yang dilakukan untuk mengatasi nyeri akut adalah dengan cara kompres hangat, distraksi relaksasi, tarik nafas dalam.

Menurut (Yulian, 2019) kadar asam urat dalam darah merupakan hasil keseimbangan antara produksi dan ekskresi. ketika terjadi ketidakseimbangan kedua proses tersebut, maka terjadi keadaan hiperurisemia yang menyebabkan hipersaturasi asam urat sehingga menyebabkan gout. Penyakit asam urat adalah artritis penyakit yang disebabkan oleh penumpukan kristal pada persendian, akibat tingginya kadar asam urat di dalam tubuh. Sendi-sendi yang di serang terutama adalah jari-jari kaki, dengkul, tumit, pergelangan tangan, jari tangan dan siku. Selain nyeri, penyakit asam urat juga dapat membuat persendian membengkak, meradang, panas dan kaku sehingga penderita tidak bisa melakukan aktivitas seperti biasanya dan penderita tidak dapat berobat di karenakan ekonomi yang kurang. (Nuranti 2020).

World Health Organization (WHO) memperkirakan kurang lebih 335 juta orang di dunia menderita penyakit gout arthritis (Fanani 2018). Indonesia menempati peringkat pertama di Asia Tenggara pada tahun 2015

dengan angka prevalensi 655.745 orang (0,27) dari 238.452.952 orang. Penyakit Gout Arthritis diperkirakan terjadi di 840 orang dari 100.000 orang. Prevalensi Gout Arthritis di Indonesia terjadi pada usia dibawah 34 tahun sebanyak 32% dan diatas 34 tahun sebanyak 68% (Suhadi, 2018). Pada tahun 2016 jumlah penderita asam urat di Sukoharjo mencapai 3245 penderita dari 12 puskesmas di Sukoharjo dan pada tahun 2017 jumlah penderita asam urat di Sukoharjo mengalami peningkatan 21,04% menjadi 3507 penderita. Hal ini menunjukkan bahwa penyakit persendian di Jawa Tengah khususnya Kabupaten Sukoharjo masih relatif tinggi (Yankusuma 2016). Berdasarkan hasil pra survey terdapat 40 orang dari 98 orang lanjut usia yang menderita asam urat di Balai Pelayanan Sosial Dewanata Cilacap. Selain itu ditemukan hasil pengakuan dari salah satu lansia dimana sejauh ini hanya mengkonsumsi obat untuk menurunkan nyeri dan asam uratnya, dan hanya memijat bagian yang terasa nyeri menggunakan minyak urut. Lansia tersebut didapati mengaku belum pernah mendapat terapi lainnya untuk mengatasi nyeri yang dialami (Zein 2022).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada salah satu perawat di Puskesmas Cilacap Tengah I dengan metode wawancara dan observasi pada tanggal 28 Maret 2023, didapatkan data posyandu lansia pada tanggal 9 Maret 2023. Bahwa lansia yang aktif mengikuti posyandu lansia di Rw 21 berjumlah 90 lansia, diantaranya 23 lansia yang terkena asam urat, 9 penderita asam urat laki-laki, dan 14 penderita asam urat perempuan.

Beberapa terapi untuk mengurangi kadar asam urat tersebut perlu dilakukan terapi pengobatan dengan terapi medis maupun non medis. Terapi farmakologi (medis) adalah pemberian obat kelompok allopurinol, obat anti inflamasi nonsteroid, tetapi salah satu efek yang serius dari obat inflamasi adalah perdarahan saluran cerna. Sedangkan dalam keperawatan terapi non farmakologi disebut keperawatan komplementer. Pengobatan dengan menggunakan terapi komplementer mempunyai manfaat selain bisa meningkatkan kesehatan secara menyeluruh juga lebih murah, manfaat pengobatan dengan menggunakan terapi komplementer dirasakan oleh pasien dengan penyakit kronik yang rutin mengeluarkan dana. tumbuhan obat yang digunakan sebagai anti hiperurisemia untuk menurunkan kadar asam urat adalah tanaman jahe (*Zingiber Officinale*). Bagian tanaman yang digunakan adalah daun yang masih segar atau yang sudah dikeringkan

Jahe (*Zingiber Officinale*) adalah salah satu tanaman dengan akar atau batang bawah digunakan untuk kebutuhan makanan maupun pengobatan. Pada pengobatan tradisional Asia, jahe digunakan untuk mengobati selesma, batuk, diare dan penyakit radang sendi seperti arthritis . Jahe mempunyai banyak khasiat yaitu menurunkan rasa nyeri pada penyakit nyeri sendi atau asam urat. Banyaknya penelitian tentang manfaat dan khasiat jahe yg terbukti ampuh untuk meredakan/menurunkan skala nyeri asam urat/nyeri sendi, maka jahe digunakan sebagai kompres pada penderita asam urat atau nyeri sendi (Madoni 2018). Jahe yang digunakan yaitu jenis jahe putih/kuning kecil atau disebut juga jahe

sunti/jahe emprit. Karena kandungan minyak atsirinya lebih besar dari pada jahe putih/kuning besar atau disebut juga jahe gajah, sehingga cita rasanya lebih pedas, disamping seratnya tinggi. Jahe ini cocok buat ramuan obat-obatan, atau untuk ekstrak oleoresin dan minyak atsirinya (Madoni 2018). Pada penelitian sebelumnya di dapatkan hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh kompres hangat menggunakan parutan jahe terhadap penurunan intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Padang Tahun 2017 dengan p value 0,000 dimana $p < \alpha 0,05$.

Selain dari terapi parutan jahe ada terapi lain yaitu terapi *hotpack* yang dapat digunakan untuk mengurangi sekala nyeri. Terapi menggunakan *hotpack* (kantong panas) dengan cara merelaksasikan otot yang mengalami kekakuan, mengatasi nyeri, menetralsir darah yang beku kembali seperti semula, dan meningkatkan sirkulasi peraliran darah. Selain itu, manfaat kompres panas juga dapat mengembalikan kelenturan jaringan tubuh dan otot yang mengalami cedera. Namun, hindari menempelkan kompres panas langsung pada luka yang terbuka atau memar yang membengkak. Kompres panas dapat digunakan lebih lama dibanding kompres dingin. Durasi penggunaan sebaiknya selama 15-20 menit – jangan lebih (Warsyih and Khotimah 2017). Penggunaan *hotpack* sendiri ada dua macam, yaitu panas kering dan panas lembab. Untuk jenis *hotpack* panas kering menggunakan sejenis bantal pemanas sementara *hotpack* lembab menggunakan juga dihangatkan di sauna. Sementara panas lembab menggunakan handuk yang direndam dengan air hangat (Zebua 2020).

Heat therapy (*hotpack*) bekerja dengan meningkatkan sirkulasi dan aliran darah ke area tertentu karena peningkatan suhu sehingga dapat merilekskan, menenangkan otot dan menyembuhkan jaringan yang rusak (Zebua 2020). Pada penelitian sebelumnya didapatkan dengan hasil Asymp.Sig (2- tailed) = 0,033 ≤ 0,05 yang artinya ada pengaruh kompres hangat (Hot-Pack) terhadap nyeri sendi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah ” Adakah Pengaruh Kombinasi Terapi *Hotpack* dan Parutan Jahe Hangat Pada Lansia Penderita Asam Urat Terhadap Nyeri Sendi Di Posyandu Lansia RW 21 Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I ?

C. Tujuan

Tujuan penulisan ini dibagi menjadi tujuan umum dan tujuan khusus sebagai berikut :

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi *hotpack* dan parutan jahe hangat pada lansia penderita asam urat terhadap nyeri sendi di Posyandu Lansia RW 21 Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I .

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik demografi pada lansia yang terkena asam urat. : Usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan.
- b. Untuk mengetahui tingkat nyeri sendi pre test pemberian terapi *hotpack* dan parutan jahe

- c. Untuk mengetahui tingkat nyeri sendi post test pemberian terapi *hotpack* dan parutan jahe
- d. Untuk membandingkan tingkat nyeri sendi post test *hotpack* dan post test parutan jahe

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Menambah wawasan peneliti tentang pengaruh kombinasi terapi *hotpack* dan parutan jahe hangat pada lansia penderita asam urat terhadap nyeri sendi di Posyandu Lansia RW 21 Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I.

2. Bagi Mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi lansia agar lebih menjaga pola hidup sehat pada lansia yang mempunyai riwayat penyakit asam urat.

3. Bagi peneliti lain

Sebagai tambahan referensi tentang pengaruh kombinasi terapi *hotpack* dan parutan jahe hangat pada lansia penderita asam urat terhadap nyeri sendi di Posyandu Lansia Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I.

E. Keaslian Penelitian

1. Pengaruh pemberian kompres hangat (*hot-pack*) terhadap nyeri sendi, Tamara Mawahdah Anggraini 2021. Metode penelitian yang digunakan adalah *Quasy Experiment* dengan pendekatan yang digunakan adalah menggunakan metode post test-only non equivalent control group. Test

dengan hasil Asymp.Sig (2- tailed) = 0,033 \leq 0,05 yang artinya ada pengaruh kompres hangat (Hot-Pack) terhadap nyeri sendi.

2. Pengaruh Kompres Hangat Memakai Parutan Jahe Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Tahun 2017, Abri Madoni. Desain penelitian ini menggunakan Quasi-eksperimen dengan rancangan One Group Pretest-posttest design, populasi penelitian semua lansia gout arthritis dengan sampel 10 lansia penderita gout arthritis dengan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan dengan metode observasi dan pengukuran skala nyeri pada lansia gout arthritis. Analisa univariat menggunakan mean dan standar deviasi. Analisa bivariat menggunakan Paired Sample T-test. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh kompres hangat memakai parutan jahe terhadap penurunan intensitas nyeri gout arthritis. Yang akan terjadi penelitian menunjukkan ada dampak kompres hangat memakai parutan jahe terhadap penurunan intensitas nyeri gout arthritis pada lansia di wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Padang Tahun 2017 dengan p value 0,000 dimana $p < \alpha 0,05$.
3. Pengaruh kombinasi kompres hangat dengan nafas dalam terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dengan rheumatoid arthritis ematoid arthritis merupakan suatu penyakit yang menyerang persendian yang menimbulkan nyeri, kekakuan, pembengkakan, peradangan, dan keterbatasan gerak. Tindakan keperawatan non-farmakologi yang bisa mengurangi nyeri sendi pada lansia dengan rheumatoid arthritis adalah

kombinasi kompres hangat dengan nafas dalam. Tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh kombinasi kompres hangat dengan nafas dalam terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Mojo Desa Tampingmojo. Desain penelitian yang digunakan adalah desain quasy experiment. Populasi penelitian adalah lansia dengan rheumatoid arthritis sebanyak 68. Sampel penelitian ini 22 responden dengan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan skala nyeri numeric rating scale, analisis data menggunakan uji statistik Wilcoxon rank dengan tingkat kesalahan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan kombinasi kompres hangat dengan nafas dalam nyeri berat sebanyak 15 responden (68,2%) dan setelah diberikan kombinasi kompres hangat dengan nafas dalam nyeri ringan sebanyak 15 responden (68,2%). Hasil uji statistik Wilcoxon rank didapatkan nilai $p = 0,000 < \alpha 0,05$ maka H_1 diterima. Kesimpulan penelitian ini ada pengaruh kombinasi kompres hangat dengan nafas dalam terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dengan rheumatoid arthritis. Pemberian kombinasi kompres hangat dengan nafas dalam ini dapat menurunkan nyeri sendi, merileksasikan otot, dan melancarkan peredaran darah.