

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Konsep Sehat menurut Organisasi Kesehatan Dunia WHO tahun 1981: *“Health is a state of complete physical, mental and social wellbeing, and not merely the absence of disease or infirmity”*, terjemahannya lebih kurang adalah sebagai suatu keadaan sempurna baik jasmani, rohani, maupun kesejahteraan sosial seseorang, tidak hanya terhindar dari penyakit cacat dan kelemahan (Batara, 2018). Konsep sehat dari WHO tersebut diadopsi oleh Indonesia yang dituangkan dalam UU Kesehatan No. 36 Tahun 2009 dengan modifikasi sebagai berikut: Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis.

Sayangnya, kondisi ideal tersebut tidak mudah dicapai bagi mereka yang hidup dengan nyeri kronis, terutama nyeri yang disebabkan oleh gangguan pada sendi. Nyeri kronis adalah jenis nyeri yang berlangsung lebih dari tiga bulan dan tidak jarang bersifat menetap. Pada lansia, nyeri sendi menjadi masalah yang sangat umum dan berdampak besar pada kehidupan sehari-hari (Wijaya & Fitriani, 2020).

Penelitian menunjukkan bahwa nyeri kronis akibat gangguan sendi memengaruhi berbagai aspek kehidupan, mulai dari gangguan tidur, keterbatasan mobilitas, hingga kesehatan emosional. Rasa sakit yang terus-

menerus dapat menimbulkan stres berkepanjangan, kecemasan, bahkan depresi, yang pada akhirnya menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan (Susanti & Wahyuni, 2020; Sari & Ramadhani, 2020). Ketika seseorang kesulitan untuk bergerak, tidur dengan nyenyak, atau merasa nyaman secara mental akibat nyeri sendi, maka mustahil baginya untuk mencapai derajat kesehatan seperti yang dicita-citakan oleh WHO maupun undang-undang di Indonesia. Penyakit yang umum yang di jumpai di masyarakat dengan masalah nyeri sendi merupakan penyakit asam urat.

Penyakit asam urat merupakan salah satu gangguan kesehatan yang cukup sering terjadi di masyarakat, terutama akibat pola makan dan gaya hidup modern. Kondisi ini muncul ketika kadar asam urat dalam darah meningkat melewati ambang batas normal. Akumulasi asam urat yang berlebih dapat membentuk kristal-kristal kecil di dalam sendi, menimbulkan rasa nyeri hebat yang umum dikenal sebagai gout atau radang sendi (Nuranti et al., 2020). Sendi-sendi seperti jari kaki, lutut, dan pergelangan tangan sering kali menjadi lokasi utama terjadinya nyeri dan pembengkakan. Secara medis, kondisi ini dikenal dengan istilah hiperurisemia, yaitu kadar asam urat lebih dari 7,0 mg/dl pada pria dan 6,0 mg/dl pada wanita (Widiyanto et al., 2020). Gejalanya bisa muncul secara tiba-tiba dan walaupun berlangsung singkat, dapat mengganggu aktivitas harian karena rasa nyeri yang cukup intens.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) menjelaskan bahwa gout adalah peradangan sendi akibat penumpukan kristal asam urat, yang umumnya menyerang sendi-sendi seperti jari kaki, pergelangan, lutut, dan telapak kaki.

Secara global, menurut data dari World Health Organization (WHO), prevalensi gout meningkat di beberapa negara: 3,2% di Inggris dan 3,9% di Amerika Serikat. Di Korea Selatan, kasus meningkat dari 3,49 per 1.000 orang pada tahun 2007 menjadi 7,58 per 1.000 orang di tahun 2015. WHO juga mencatat bahwa pada 2017, prevalensi gout arthritis di dunia mencapai 34,2% (Irdiansyah et al., 2022). Di Indonesia sendiri, prevalensi penyakit ini juga mengalami peningkatan. Berdasarkan data Riskesdas (2018), 11,9% penduduk terdiagnos oleh tenaga kesehatan, dan 24,7% mengalami gejala yang mengarah pada asam urat. Prevalensi tertinggi tercatat pada kelompok usia ≥ 75 tahun (54,8%), dan perempuan lebih banyak terjangkit (8,46%) dibanding laki-laki (6,13%). Di Jawa Tengah, prevalensi asam urat pada pria mencapai 24,3% dan pada perempuan 11,7%, dengan prevalensi gout arthritis secara keseluruhan mencapai 26,4% (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2023).

Berbagai pendekatan telah dilakukan untuk mengatasi gangguan pada nyeri sendi. Selain pengobatan medis, intervensi nonfarmakologis juga penting, salah satunya melalui latihan fisik yang dapat diberikan oleh keluarga, seperti latihan *range of motion* (ROM) untuk menjaga kelenturan dan fungsi sendi (Simorangkir et al., 2023).

Range of Motion (ROM) adalah salah satu jenis latihan fisik yang berguna untuk meningkatkan mobilitas dan kelenturan sendi. Latihan ini cukup sederhana dan terjangkau, karena dapat dilakukan sendiri di rumah tanpa mengganggu aktivitas sehari-hari. Gerakan pada latihan ROM membantu meregangkan dan memperkuat otot-otot di sekitar sendi, sehingga sendi menjadi lebih kuat dalam menahan tekanan dan benturan, serta mengurangi beban pada tulang rawan, yang akhirnya bisa mengurangi rasa nyeri (Nurhasanah et al., 2023) . Jenis latihan ROM terbagi menjadi aktif dan pasif. ROM aktif adalah ketika pasien dapat menggerakkan tubuhnya sendiri tanpa bantuan. Latihan ini sering digunakan sebagai terapi non-obat untuk mengurangi nyeri sendi sekaligus meningkatkan kemampuan gerak sendi. Karena bisa dilakukan mandiri di rumah, latihan ini sangat praktis dan membantu memperkuat otot sekaligus mengurangi tekanan pada sendi, sehingga nyeri yang dirasakan bisa berkurang. (Nurhasanah et al., 2023)

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melukukan studi kasus dengan “ Implementasi range of motion untuk mengatasi masalah nyeri kronis pada pasien penderita asam urat “

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat disimpulkan rumusan masalah yaitu : “ Bagaimana implementasi *Range of motion* terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien asam urat dengan masalah keperawatan nyeri kronis ?

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas rom (*range of motion*) terhadap penurunan nyeri pada pasien asam urat dengan masalah keperawatan nyeri kronis di keluarga.

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan keluarga dengan masalah keperawatan nyeri kronis pada penderita *asam urat*.
- b. Mendeskripsikan implementasi rom (*range of motion*) pada penderita *asam urat*.
- c. Mendeskripsikan respon latihan rentang gerak rom (*range of motion*) penderita *asam urat*.
- d. Mendeskripsikan hasil implementasi rom (*range of motion*) pada penderita nyeri *asam urat*.

A. Manfaat Penulisan

1. Bagi Penulis

Diharapkan sebagai sarana melatih peneliti dalam mengelola asuhan keperawatan pada penderita *asam urat*.

2. Bagi pembaca

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi, pengetahuan, wawasan dalam penanganan *asam urat* dengan latihan rom (*range of motion*).

3. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai referensi di perpustakaan yang dapat digunakan untuk menambah informasi bagi mahasiswa Universitas Al-Irsyad Cilacap

