

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gout arthritis ialah gangguan sendi akibat tingginya jumlah asam urat dalam darah. Saat jumlah asam urat melebihi ambang batas, zat ini dapat mengendap di area sendi maupun organ tubuh lainnya (Susanto dan Marlina, 2022). Gejala umum meliputi kemerahan, pembengkakan, sensasi panas, nyeri hebat, serta kesulitan dalam melakukan gerakan yang menandakan kondisi *gout arthritis* sudah parah. Penyakit ini berkaitan dengan gangguan metabolisme purin, yaitu bagian dari asam nukleat yang ditemukan dalam inti sel tubuh. Menurut Husnaniyah (2019), kadar normal asam urat pada laki-laki sekitar 3,6 sampai 8,2 mg/dl, sedangkan perempuan antara 2,3 sampai 6,1 mg/dl.

WHO (2019), prevalensi *arthritis gout* sebesar 34,2% di seluruh dunia, dengan 26,3% dari populasi di Amerika Serikat, yang merupakan negara maju. Selain itu, *gout arthritis* cukup umum di negara berkembang, seperti Indonesia. Riskesdas (2018), tingkat kejadian penyakit sendi di Indonesia adalah 13,3% berdasarkan diagnosis yang dibuat oleh tenaga kesehatan dan 18,9% berdasarkan diagnosis dan gejala yang ditunjukkan. Di Aceh, prevalensi gangguan sendi tertinggi sekitar 13,3% berdasarkan daerah diagnosis yang dibuat oleh tenaga kesehatan. Di Sumatera Utara, ada 45.972 penderita *gout arthritis*, dengan kota Medan dengan 7.826 penderita tertinggi, Deli Serdang dengan 7.004 penderita tertinggi, Langkat dengan 3.376 penderita tertinggi, dan Pematangsiantar dengan 856 penderita.

Tubuh normal mengeluarkan asam urat melalui urin dan feses. Namun demikian, jika ginjal tidak dapat mengeluarkannya, kristal dari asam urat akan menyebabkan rasa nyeri akibat menumpuk di persendian. Kesulitan berjalan sering dialami oleh penderita *gout arthritis* (Bahtiar et al., 2023). Tubuh menanggapi nyeri dengan cara yang kompleks terhadap rangsangan yang merugikan atau berpotensi merugikan (Pusporini ratih, 2020).

Sistem perlindungan alami yang membantu tubuh merespons atau menghindari cedera. Menurut Busvold & Bondevik (2018), nyeri dapat menjadi indikasi bahwa ada masalah di dalam tubuh. Mereka juga dapat menjadi akibat dari cedera atau penyakit. Salah satu gejala asam urat adalah nyeri yang diakibatkan dari asam urat.

Gout, atau juga dikenal sebagai *gout arthritis*, berlangsung saat kristal asam urat terakumulasi di tubuh lalu menumpuk di jaringan atau persendian sekitarnya, menyebabkan peradangan yang menyakitkan. (Anggreini et al., 2022). Nyeri asam urat biasanya terjadi pada persendian kaki dan tangan. Penumpukan purin menyebabkan kristal-kristal yang menyebabkan rasa nyeri, dan apabila rasa nyeri tidak kunjung hilang, itu dapat mengganggu kegiatan sehari-hari (Zainiyah. S, 2021).

Rasa nyeri akibat *gout arthritis* menimbulkan ketidaknyamanan pada pasien karena intensitas sakitnya dapat mengganggu aktivitas harian secara signifikan. Reaksi tubuh seperti kegelisahan, denyut jantung yang tidak normal, peredaran darah yang terganggu, dan laju pernafasan adalah akibat dari nyeri berulang ini. Jika nyeri tidak ditangani dengan baik, daya tahan tubuh akan menurun, yang mengakibatkan penurunan fungsi kekebalan tubuh, kerusakan jaringan, dan metabolisme yang tidak normal, yang semuanya dapat membahayakan kesehatan (Sari et al., 2022).

Mengurangi asupan makanan tinggi purin, termasuk jeroan dan makanan yang diawetkan, merupakan langkah efektif dalam pencegahan asam urat. Disarankan untuk mempertahankan pola makan yang sehat agar berat badan dapat dikontrol karena konsumsi alkohol dan obesitas adalah salah satu penyebab asam urat tinggi. Dengan berolahraga secara teratur, Anda dapat mencegah penyakit asam urat karena olahraga dapat meningkatkan kelenturan dan kekuatan sendi serta mencegah kerusakan sendi akibat peradangan. Pengobatan non-farmakologis juga dapat membantu mengatasi nyeri *gout arthritis*, dengan menggunakan bahan herbal yang dapat membantu mengurangi nyeri yang dikenal secara turun temurun oleh masyarakat, salah satunya adalah jahe. Jahe mengandung senyawa yang panas dan pedas, shogaol,

dan gingerol, yang memiliki sifat anti inflamasi. Rasa pedas dari jahe akan meredakan otot yang kaku, nyeri, dan spasme (Silvi et al., 2024).

Teknik rendam kaki jahe (DAMKIHE) salah satu metode yang digunakan untuk mengurangi keluhan nyeri. Kandungan jahe meningkatkan sensasi hangat, memperlancar pembuluh darah (vasodilatasi), meningkatkan aliran darah serta mengurangi nyeri dengan mencegah peningkatan inflamasi seperti bradykinin, histamin, dan prostaglandin yang menyebabkan nyeri (Ulhasanah et al., 2024). Salah satu metode pengobatan yang menggunakan rempah-rempah alami ini, rendaman kaki jahe adalah metode yang bertujuan untuk mengurangi intensitas nyeri, meningkatkan tingkat relaksasi, dan meregangkan otot-otot yang kaku yang disebabkan oleh nyeri.

Merendam kaki menggunakan air jahe hangat dianggap lebih bagus daripada konsumsi jahe secara langsung, sebab mengkonsumsi oral dalam jumlah besar serta jangka panjang dapat menimbulkan efek samping seperti diare serta gangguan pada saluran pencernaan. Jahe sendiri memiliki berbagai efek fisiologis dan farmakologis, seperti memberikan rasa hangat, bersifat antiinflamasi, antioksidan, antitumor, antimikroba, antidiabetes, antiobesitas, serta mampu mengurangi mual (antiemetik). Kandungan olerasin memiliki sifat panas, getir, dan ber-aroma khas, seperti *zingeron*, *gingerol*, dan *shagaol*, jahe membantu mengurangi nyeri asam urat. Olerasin mempunyai kandungan anti-inflamasi, analgetik, dan antioksidan yang tinggi. Olerasin/zingerol dapat menghalangi pembentukan prostaglandin, yang menyebabkan rasa sakit atau radang berkurang (Radharani & Husada, 2020).

Studi yang diselesaikan oleh (Liana et al., 2019) membuktikan jahe merah (*Zinger Officinale Roscoe var Rubrum*) memiliki kemampuan untuk meredakan peradangan, mengurangi akumulasi asam urat, serta meningkatkan sirkulasi darah. Seiring waktu, asam urat akan turun, dan Jahe merah juga dapat mengurangi nyeri asam urat.

Hasil penelitian tambahan (Ida Fatmasari et al., 2024) Hasil penelitian menunjukkan bahwa diagnosis utama pada klien adalah nyeri akut. Sesudah diterapkan terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat, evaluasi

menunjukkan bahwa klien mengatakan bahwa nyeri telah berkurang, dengan skala turun menjadi 2. Temuan ini mengindikasikan bahwa perendaman kaki dengan air jahe hangat membuat rasa sakit *gout arthritis* menjadi berkurang.

Data yang diperoleh melalui studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Simalingkar terdapat 959 (31,10%) pada kasus penyakit otot dan jaringan pengikat (merupakan sepuluh penyakit terbesar). Dalam hasil dari pengamatan dan wawancara yang dilakukan pada terdapat 6 (0,19%) klien yang menderita asam urat. Dari 6 klien tersebut mengatakan nyeri pada sendi (skala 5-7), klien tersebut mengatakan bahwa untuk mengatasi nyeri mereka mengkonsumsi obat yang telah diresepkan oleh dokter.

Melalui latar belakang tersebut, penulis termotivasi dan tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai pemanfaatan terapi rendam kaki dengan air jahe merah hangat sebagai upaya menurunkan tingkat nyeri pada pasien yang mengalami *Gout Arthritis*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan pada latar belakang masalah, rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimana penerapan terapi rendam kaki air jahe hangat terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien *Gout Arthritis* di komunitas wilayah kerja UPT. Puskesmas Simalingkar Kota Medan tahun 2025?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum :

Menggambarkan pemberian rendaman kaki dengan air jahe merah hangat dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien *Gout Arthritis* dan mencegah komplikasi lebih lanjut di komunitas wilayah kerja UPT. Puskesmas Simalingkar Kota Medan tahun 2025.

Tujuan Khusus :

1. Menggambarkan karakteristik pasien *Gout Arthritis* (umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan), karakteristik yang berkaitan dengan

masalah yang diteliti

2. Menggambarkan Tingkat Nyeri sebelum Penerapan terapi rendam kaki air jahe hangat pada pasien *Gout Arthritis*
3. Menggambarkan Tingkat Nyeri setelah Penerapan terapi rendam kaki air jahe hangat pada pasien *Gout Arthritis*
4. Membandingkan tingkat nyeri sebelum dan sesudah terapi rendam kaki air jahe hangat.

D. Manfaat Penelitian

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Subjek Penelitian

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan. tentang penerapan terapi rendam kaki air jahe hangat untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien *Gout Arthritis* dan meningkatkan kemandirian pasien dalam melakukan terapi rendam kaki air jahe hangat.

2. Bagi Tempat Peneliti

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan bagi Puskesmas Simalingkar Kota Medan dalam menambah pedoman tentang pengembangan pelayanan praktek untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien *Gout Arthritis*.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil Studi kasus menjadi pelengkap yang berguna bagi peningkatan kualitas Pendidikan, menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya serta menjadi sumber bacaan di ruang belajar prodi D-III Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan terutama tentang terapi non-farmakologis penerapan rendam kaki air jahe merah hangat dalam mengurangi tingkat nyeri *Gout Arthritis*.