

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit yang umum diderita oleh lansia di Indonesia merupakan penyakit yang tidak menular dan bersifat degeneratif akibat faktor usia, semisal penyakit jantung, stroke, rematik, diabetes melitus, dan cedera. Penyakit degeneratif pada lansia ini pada umumnya merupakan gabungan dari gangguan kesehatan yang timbul akibat gaya hidup yang diadopsi sedari usia muda dan proses penuaan yang alami yang tidak bisa dihindari seiring dengan usia (Kemenkes RI, 2021).

Lansia dengan gangguan muskuloskeletal sering kali mengalami perubahan jaringan ikat (kolagen dan elastin) akibat berkurangnya kapasitas tulang rawan, kepadatan tulang, perubahan sistem otot, dan berkurangnya elastisitas sendi. Banyak lansia yang menderita gangguan muskuloskeletal menyebabkan nyeri sendi. Nyeri sendi merupakan manifestasi klinis yang mengkhawatirkan pada persendian sehingga menyebabkan terganggunya fungsi tubuh penderita. Secara umum, nyeri sendi ini menimbulkan ketidaknyamanan saat sendi terkena pembengkakan, peradangan, kekakuan dan gerakan terbatas. Gangguan pada sistem muskuloskeletal yang menyebabkan nyeri sendi antara lain Osteoarthritis, gout arthritis, rheumatoid arthritis, septic arthritis (Nora Hayani dkk., 2024).

Gout Arthritis atau asam urat merupakan salah satu gangguan metabolik yang ditandai dengan terjadinya inflamasi akut karena pembentukan kristalisasi asam urat dalam sendi. Seseorang yang mengkonsumsi makanan dengan tinggi purin akan mengalami kelebihan kadar asam urat (Putri dkk., 2023)

Gout arthritis adalah artropati akibat kristal yang paling umum disebabkan oleh kristal monohidrat monosodium urat yang menumpuk di persendian sehingga menyebabkan peradangan dan rasa nyeri yang hebat. Kristal ini dapat terbentuk ketika tubuh memiliki kadar asam urat yang tinggi karena peningkatan pemecahan purin (Sabil dkk., 2023).

Prevalensi *gout arthritis* di dunia menurut World Health Organization (WHO) (2018) mengalami kenaikan dengan jumlah 1370 kasus (33,3 %). Hasil Riskesdas tahun 2018, menyatakan bahwa prevalensi penyakit *Athrititis gout* di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 7,3%. Seiring dengan bertambahnya usia, demikian juga diagnosis dokter prevelensi tertinggi pada umur 60-75 tahun (18,9%). Prevelensi berdasarkan umur yang di diagnosis dokter lebih tinggi pada perempuan 8,5% di banding laki-laki 6,1%. *Gout arthritis* menduduki urutan kedua setelah *osteoarthritis*, prevalensi di Indonesia sendiri diperkirakan 1,6-13,6/100.000 orang, prevalensi ini meningkat seiring dengan meningkatnya umur (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penyakit *gout arthritis* pada penduduk usia ≥ 15 tahun di Provinsi Sumatera Utara tercatat sebesar 5,35%, dengan rentang kepercayaan (95% CI) antara 4,99% hingga 5,74%. Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari lima dari setiap seratus penduduk mengalami gangguan sendi yang telah didiagnosis oleh tenaga kesehatan. Diantaranya, Kota Medan memiliki prevalensi sebesar 3,97% dengan jumlah responden tertimbang sebanyak 7.822 orang, yang menjadikan data ini relatif lebih stabil dan representatif. Meskipun angka penderita penyakit sendi di Kota Medan sedikit lebih rendah dari rata-rata provinsi, hal ini tetap menunjukkan adanya beban masalah muskuloskeletal yang signifikan di wilayah perkotaan tersebut (Riskesdas Sumut, 2018).

Penatalaksanaan *gout arthritis* pada lansia biasanya meliputi terapi farmakologis (obat antiinflamasi, penurun kadar asam urat) dan non-farmakologis, termasuk latihan fisik. Salah satu bentuk latihan fisik yang sederhana namun efektif adalah peregangan (*stretching*), dimana salah satu yang latihan yang efektif yaitu *knee stretching exercise*. Latihan ini bertujuan untuk meningkatkan fleksibilitas dan kekuatan otot sekitar lutut, menjaga rentang gerak sendi, serta mengurangi kekakuan dan nyeri. Intervensi ini dapat menjadi pendekatan keperawatan yang relevan dan aman, terutama dalam konteks asuhan keperawatan gerontik yang berfokus pada peningkatan fungsi dan kemandirian lansia (Kusuma Putra dkk., 2021).

Knee stretching exercise (KSE) merupakan suatu aktivitas meregangkan otot-otot yang terdapat pada daerah lutut untuk meningkatkan fleksibilitas otot dan jangkauan gerakan persendian. Menurut Rahmiati dkk (2014) mengemukakan bahwa *KSE* sangat efektif dilakukan untuk meningkatkan fleksibilitas otot dan sendi lutut sehingga dapat memberikan efek penurunan atau hilangnya rasa nyeri sendi pada lansia. Latihan ini juga dapat meningkatkan aliran darah, juga memperkuat tulang. Latihan *KSE* dilakukan untuk meningkatkan elastisitas tulang rawan dan meningkatkan produksi cairan pelumas sendi, sehingga bisa mengurangi nyeri sendi lutut yang dialami lansia (Kusuma Putra dkk., 2021).

Menurut hasil penelitian Ummah (2019) didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan pengaruh pemberian senam lansia dan stretching knee terhadap kemampuan fungsional lansia dan dapat disimpulkan bahwa kedua latihan intervensi tersebut mempunyai perbedaan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan fungsional lansia yang signifikan (Ummah, 2019).

Menurut penelitian Ulkhasanah dkk tahun 2022 terdapat perbedaan rata-rata nyeri sebelum dan sesudah dilakukan pemberian stretching exercise terhadap skala nyeri pada penderita *gout arthritis* pada lansia di daerah tawang sari sukoharjo. Hal tersebut dibuktikan dengan uji Wilcoxon Analisa hasil p-value 0,001 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan dalam menurunkan nyeri dengan dilakukan terapi stretching exercise efektif dalam menurunkan nyeri (Ulkhasanah dkk., 2022).

Hasil penelitian Kurniawati dkk tahun 2020 juga berpendapat bahwa terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan terapi *stretching* dengan hasil sebelum dilakukan terapi *stretching (pretest)* rata-rata skala nyeri adalah 5,44 dan setelah dilakukan terapi *stretching (posttest)* rata-rata nyeri adalah 1,72. Sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pada tingkat nyeri *gout arthritis* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi stretching dengan nilai P value (0,000) (Kurniawati dkk., 2020).

Hasil penelitian Ameliawati (2022) setelah diberikan intervensi terapi *stretching* selama 3 kali dalam satu minggu dengan waktu 15-20 menit didapatkan hasil pada kedua pasien skala nyeri menurun. Berdasarkan

Standar Luaran Keperawatan Indonesia dengan luaran tingkat nyeri menurun diperoleh kriteria hasil keluhan nyeri menurun, meringis menurun dan kesulitan tidur menurun (Ameliawati, 2022).

Berdasarkan hasil survei awal pada tanggal 03 Mei 2025 di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu didapatkan jumlah Lansia yang menderita *gout arthritis* pada tahun 2024 sampai dengan saat ini tercatat sebanyak 331 kasus dengan rata-rata kasus setiap bulannya. Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik melakukan studi kasus penelitian tentang asuhan keperawatan pada lansia dengan menerapkan *Knee stretching exercise* Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Pasien *Gout arthritis* di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah yaitu “Bagaimana Penerapan *Knee Stretching Exercise* dapat Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Pasien *Gout arthritis*”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk menggamabarkan asuhan keperawatan dalam penerapan *knee stretching exercise* dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien dengan *gout arthritis*.

Penulis mampu meningkatkan keterampilan dan kemampuan dalam melaksanakan Asuhan Keperawatan Pada Lansia dengan masalah keterbatasan gerak akibat nyeri *gout arthritis*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada pasien dengan gangguan *gout arthritis* dalam penerapan *knee stretching exercise* untuk menurunkan tingkat nyeri.
- b. Mampu merumuskan diagnosis pada pasien pasien dengan gangguan *gout arthritis* dalam penerapan *knee stretching exercise* untuk menurunkan tingkat nyeri.

- c. Mampu melakukan intervensi pada pasien dengan gangguan *gout arthritis* dalam penerapan *knee stretching exercise* untuk menurunkan tingkat nyeri.
- d. Mampu melakukan implementasi pada pasien dengan gangguan *gout arthritis* dalam penerapan *knee stretching exercise* untuk menurunkan tingkat nyeri.
- e. Mampu melakukan evaluasi pada pasien dengan gangguan *gout arthritis* dalam penerapan *Knee Stretching Ezercise* untuk menurunkan tingkat nyeri.

D. Manfaat

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan masukan untuk meningkatkan kualitas pendidikan keperawatan, khususnya pada pasien lansia dengan gout arthritis.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai evaluasi dalam upaya peningkatan mutu pelayanan dalam memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif terutama pada pasien lansia

3. Bagi Penulis Selanjutnya

Penulisan laporan ini diharapkan dapat menjadi bahan perbandingan serta dapat dijadikan referensi bagi penulis lain yang ingin melakukan penulisan selanjutnya.