BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) hingga saat ini masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa PTM merupakan penyebab utama kematian secara global dan berkongtribusi besar terhadap beban penyakit Masyarakat. Salah satu kelompok PTM yang cukup banyak ditemukan adalah penyakit muskuloskeletal, termasuk *gout arthritis* (*World Health Organization*, 2022).

Gout arthritis merupakan penyakit inflamasi sendi yang disebabkan oleh gangguann metabolisme purin sehingga terjadi peningkatan kadar asam urat (hiperurisemia). Kondisi hiperurisemia yang tidak terkontrol dapat menyebabkan pengendapan kristal monosodium urat pada sendi dan jaringan sekitarnya, sehingga menimbulkan reaksi inflamasi. Proses inflamasi tersebut memicu timbulnya nyeri hebat, pembengkakan, kemerahan, peningkatan suhu lokal, serta keterbatasan gerak sendi (Israwati, Tahiruddin & Ananda, 2023).

Secara global, pravelensi *gout arthritis* terus menunjukkan peningkatan dari tahun ke tahun. Berdasarkan data *World Health Organization* (2023), diperkirakan terdapat lebih dari 37 juta penderita *gout arthritis* di seluruh dunia dengan pravelensi terstandarisasi usia sekitar 2.500 per 100.000 penduduk. Jumlah kasus gout secara global meningkat dari sekitar 41,2 juta kasus pada tahun 2017 menjadi lebih dari 55,8 juta kasus pada tahun 2021, dengan pravelensi global sekitar 0,5-0,7%. Tren peningkatan ini dipengharuhi oleh bertambahnya usia harapan hidup serta meningkatnya faktor risiko metabolik seperti obesitas dan pola makan tinggi purin (*World Health Organization,* 2023).

Di negara maju, *gout arthritis* merupakan salah satu bentuk arthritis inflamasi yang paling sering ditemukan. Di Amerika Serikat pravelensinya mencapai 5,2%, di Korea mencapai 2,1% dan di Australia

sekitar 0,9% atau lebih dari 220.000 penduduk hidup dengan gout pada tahun 2023 (*Australian Institute of Health and Welfare*, 2023).

Di Indonesia, gangguan sendi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang banyak ditemukan di masyarakat. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2023, pravelensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan sebesar 12,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala mencapai 25,7%. Pravelensi tertinggi ditemukan pada kelompok usia ≥75 tahun sebesar 54,8% dengan jumlah penderita Perempuan lebih banyak (8,5%) dibandingkan dengan laki-laki (6,2%) (Riskesdas, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Medan (2023), dari sekitar 2,54 juta penduduk Kota Medan, +45% (±1,14 juta jiwa) yang berkunjung ke fasilitas kesehatan tingkat pertama mengalami keluhan penyakit sendi, sehingga termasuk penyakit tidak menular yang paling sering ditemukan. Dari jumlah tersebut, gout arthritis mendominasi sekitar 60% (684 ribu jiwa) dengan keluhan nyeri ringan hingga berat yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Peningkatan kasus ini dipengaruhi pola hidup urban, seperti konsumsi makanan tinggi purin (+50%). kurang aktivitas fisik (+45%), dan obesitas (±30%). Selain itu, lebih dari 70% penderita masih bergantung pada terapi farmakologis jangka panjang untuk meredakan nyeri, yang berisiko menimbulkan efek samping bila digunakan terus-menerus (Dinas Kesehatan Kota Medan, 2023). Data tersebut menunjukkan bahwa *gout arthritis* merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian, khususnya dalam upaya penatalaksanaan dan pencegahan komplikasi lebih lanjut.

Dalam praktik keperawatan, masalah utama yang sering muncul pada pasien *gout arthritis* adalah nyeri akut. Nyeri akut merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan aktual atau potensial, dengan durasi kurang dari tiga bulan dan biasanya timbul secara tiba-tiba (Potter & Perry, 2017). Nyeri yang tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan gangguan mobilitas fisik, keterbatasan aktivitas sehari-hari, gangguan istirahat tidur, serta penurunan kualitas hidup pasien. Penatalaksanaan *gout arthritis* selama ini

umumnya berfokus pada terapi farmakologis, seperti pemberian obat antiinflamasi dan obat penurun kadar asam urat. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah senam ergonomis, yaitu latihan fisik yang disusun berdasarkan prinsip ergonomi untuk meningkatkan fleksibilitas sendi, melancarkan sirkulasi darah, serta merilekskan otot (Fika *et al*., 2025).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zalila *et al*.,(2022) menunjukkan bahwa hasil dari asuhan keperawatan pada Tn "S" dan Ny "H" dengan diagnosis yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (miss abses, amputasi, terbakar, terpotong, mengangkat berat, prosedur operasi, trauma, latihan fisik berlebihan). Intervensi pada kedua pasien yaitu: identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas dan intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon nyeri non verbal. Evaluasi pasien pertama intensitas skala nyerinya 6 (sedang), dan pasien kedua skala nyerinya 5 (sedang). Hasil penelitian di panti sosial lanjut usia harapan kita di Palembang setelah dilakukan penatalaksanaan senam ergonomic pada pasien pertama skala nyeri 6 (sedang) menjadi 4 (sedang), dan pasien kedua skala nyeri 5 (sedang) menjadi 3 (ringan). Pemberian intervensi nonfarmakologis berupa senam ergonomis memberikan hasil yang bermakna dalam menurunkan nyeri.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Vidyhantoko & Melizza (2025) menyatakan bahwa Tn. A seorang lansia berusia 60 tahun dengan diagnosis gout arthritis di Desa Sukoanyar, Malang. Intervensi senam ergonomic dilakukan selama 25 menit per sesi dalam kurun waktu 2 hari. Penelitian dilakukan sebelum (pre) dan sesudah (post) intervensi mengguanakan skala nyeri (0-10) dan alat cek kadar asam urat. Pada evaluasi hari pertama, skala nyeri kembali turun dari 4 menjadi 3, dengan kadar asam urat turun dari 9,6 gr/dl menjadi 8,7 gr/dl. Pada evaluasi hari kedua, skala nyeri kembali turun dari 3 menjadi 2, dengan kadar asam urat turun dari 10,4 gr/dl menjadi 7,1 gr/dl.

Hasil survei awal yang dilakukan pada tanggal 12 Februari 2026 di Rumah Sakit Umum Haji Medan, didapatkan data penderita *gout arthritis*

pada tahun 2025 sebanyak 286 orang. Sebagian besar pasien mengeluhkan nyeri sendi akut sebagai keluhan utama yang mengganggu aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai "Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Rumah Sahit Umum Haji Medan".

1.1

B. Rumusan Masalah

Berdasatkan paparan latar belakang diatas, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah: "Bagaimana Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Rumah Sakit Umum Haji Medan?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Menggambarkan penerapan senam ergonomis terhadap nyeri akut pada pasien dengan *gout arthritis*.

2. Tujuan khusus
   a. Menggambarkan karakteristik pasien *gout arthritis* (umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan) dalam penerapan senam ergonomis dalam mengurangi nyeri akut.
   b. Menggambarkan penurunan skala nyeri sebelum dilakukan senam ergonomis.
   c. Menggambarkan penurunan skala nyeri sesudah dilakukan senam ergonomis.
   d. Membandingkan tingkat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan senam ergonomis.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Subjek Penelitian (Pasien, Keluarga, dan Masyarakat)

   Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan pasien, keluarga, dan masyarakat tentang penerapan senam ergonomis untuk mengurangi skala nyeri pada pasien

dengan *gout arthritis*, dan meningkatkan kemandirian pasien, keluarga serta masyarakat dalam melakukan senam ergonomis.

2. Bagi Tempat Penelitian

   Studi kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan bagi lahan praktik untuk menambah petunjuk tentang pengembangan pelayanan praktik untuk menambah petunjuk tentang pengembangan pelayanan praktik untuk mengatasi masalah gangguan mobilittas fisik pada pasien dengan *gout arthritis*.

3. Bagi Institusi Pendidikan (Poltekkes Kemenkes Medan)

   Hasil studi kasus ini menjadi pelengkap yang berguna bagi peningkatan kualitas pendidikan, menjadi referensi serta bahan bacaan di ruang belajar Prodi D-III Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan dan menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan bidang keperawatan dalam penerapan senam ergonomis.