

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gout Arthritis atau biasa disebut dengan Asam urat merupakan penyakit pada sendi karena ketidakmampuan tubuh untuk mengontrol proses kristalisasi asam urat yang menyebabkan keluhan nyeri, bengkak, dan rasa kesemutan. Asam urat juga merupakan produk metabolisme yang normal dari hasil pencernaan protein dalam tubuh atau dari hasil uraian purin yang seharusnya dibuang lewat urin, tinja, atau keringat (Wahyuni, 2019).

Asam urat berasal dari pemecahan dan metabolisme makanan yang mengandung nukleotida purin. Banyaknya endapan kristal Mono Sodium Urat (MSU) dalam jaringan menyebabkan timbulnya berbagai masalah pada tubuh seperti munculnya benjolan atau disebut *tofi*. Penderita Asam urat lebih banyak terjadi pada laki-laki dibandingkan dengan wanita. Hal ini terjadi karena laki-laki tidak memiliki hormon estrogen yang membantu mengeluarkan asam urat melalui urin. Kisaran normal kadar asam urat untuk wanita sebesar 2,4-5,7 mg/dl, sedangkan untuk laki-laki berkisar antara 3,4-7,0 mg/dl. Jika kadar asam urat dalam darah melebihi batasan tersebut maka dapat dikatakan mengalami *Gout Arthritis* (Imani, 2022).

Salah satu tanda dari *Gout Arthritis* sendiri adalah nyeri pada persendian. Nyeri awalnya bersifat akut namun bila dibiarkan lama kelamaan akan menjadi kronis. Nyeri kronis akan bersifat kompleks karena memiliki korelasi dengan faktor psikologi, dan sangat mengganggu aktivitas sehari – hari.

Sedangkan *Gout Arthritis* yang dibiarkan akan membentuk gumpalan di sendi atau yang disebut dengan *thopi* yang menyebabkan nyeri sampai dengan merusak sendi hingga kecacatan. Dampak jika terjadi gejala *Gout Arthritis* yang tidak ditangani antara lain dapat menyebabkan jantung koroner, batu kemih dan gagal ginjal (Fauzana, 2016).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), prevalensi penderita *Gout Arthritis* di dunia sebanyak 34,2% (WHO 2017). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 di Indonesia tercatat prevalensi penderita *Gout Arthritis* berdasarkan diagnosis dan gejalanya yaitu 7,3%. Prevalensi penderita *Gout Arthritis* di Riau berdasarkan Dinas Kesehatan Provinsi Riau (2015) sebesar 3,74% (Riskesdas, 2018). Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (2018) melaporkan bahwa *Gout Arthritis* termasuk sepuluh jenis penyakit terbesar di Kota Pekanbaru (Dinkes 2018). Dari prevalensi penderita penyakit *Gout Arthritis* lebih banyak adalah perempuan yaitu sebesar 8,5% dibandingkan laki-laki sebesar 6,1%. Penyebabnya karena pada wanita yang memasuki *monopause* mengalami penurunan hormon estrogen sehingga *Gout Arthritis* dalam tubuh tidak dieksresikan secara optimal (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

Menurut data yang didapat pada Juni 2022 di Puskesmas Karya Wanita, penyakit *Gout Arthritis* adalah urutan penyakit ke-5 tertinggi dari 10 jenis penyakit *degeneratif*, jumlah penderita 48 jiwa diantaranya 15 laki-laki dan 33 perempuan dengan rentang usia 55-59 tahun (Darsiah, 2022). Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan petugas kesehatan di Puskesmas Karya Wanita didapatkan pelayanan untuk penderita di wilayah Puskesmas Karya

Wanita belum dimanfaatkan masyarakat dikarenakan berbagai faktor seperti tidak rutin cek kesehatan ke fasilitas kesehatan.

Diagnosa keperawatan yang sering muncul pada kasus *Gout Arthritis* diantaranya adalah gangguan mobilitas fisik, gangguan pola tidur dan defisit pengetahuan. Penatalaksanaan yang dilakukan pada pasien dengan masalah *Gout Arthritis* terbagi menjadi 2 golongan yaitu secara farmakologi yaitu dengan dan non farmakologi. Cara farmakologi dapat dilakukan dengan mengonsumsi obat kimiawi untuk menurunkan kadar asam urat dan nyeri. Dan yang kedua adalah dengan cara non farmakologi (Waladani, 2022).

Pengobatan non farmakologis yang biasanya digunakan oleh masyarakat ketika kadar asam urat tinggi yaitu dengan menghentikan makanan yang tinggi purin seperti jeroan dan sayur-sayuran, akan tetapi tidak dapat dapat menurunkan kadar asam urat (Angriani, 2018). Oleh karena itu penulis ingin menerapkan cara lain pengobatan non farmakologis yaitu dengan Latihan isometrik

Latihan isometrik merupakan salah satu pengobatan non farmakologis untuk membantu menurunkan kadar asam urat dalam tubuh serta dapat memperbaiki metabolisme tubuh. Latihan isometrik bertujuan untuk menambah kemampuan fungsional. Pemberian terapi latihan isometrik menimbulkan manfaat meningkatnya mobilitas sendi, memperkuat otot yang menyokong sendi, mengurangi nyeri dan kaku sendi (Wahyuni, 2019).

Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan didapatkan setelah dilakukan Latihan Isometrik dapat menurunkan kadar asam urat. Penelitian ini dilakukan selama 8 hari dengan frekuensi 4 kali dalam 1 minggu dalam waktu

20 menit selama dilakukan tindakan latihan isometrik . Pengecekan Pre Post asam urat dilakukan sebelum latihan isometrik, sedangkan Post Test kadar asam urat dilakukan setelah selesai tindakan latihan isometrik selama 8 hari, Maka kadar asam urat Kembali di ukur yaitu dengan menggunakan alat *Easy Touch GCU*, blood lancet dan alcohol swab (Wahyuni, 2019) .

Latihan isometrik merupakan upaya yang paling tepat dan mudah di pahami oleh pasien serta aman dilakukan di rumah karena tidak memerlukan biaya atau peralatan minimal. Selanjutnya, keuntungan latihan isometrik tidak menyebabkan intraartikular peradangan, tekanan, dan kerusakan tulang, dan kelemahan latihan isometrik ini ialah harus diajarkan terlebih dahulu, karena Latihan ini tidak semua orang bisa melaksanakannya (Wahyuni, 2019).

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai Latihan Isometrik Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat pada Pasien *Gout Arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Penerapan Latihan Isometrik untuk Menurunkan Kadar asam Urat pada Penderita Gout Arthritis di wilayah Puskesmas Karya Wanita Pekanbaru”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mendeskripsikan penerapan latihan isometrik terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita *Gout Arthritis* di wilayah Puskesmas Karya Wanita Pekanbaru.

1.4 Manfaat Penulis

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penulisan karya tulis ilmiah studi kasus ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan tentang “ Penerapan Latihan Isometrik untuk Menurunkan Kadar Asam Urat pada Pasien *Gout Arthritis* di wilayah Puskesmas Karya Wanita Pekanbaru”.

1.4.2 Manfaat Praktis

(1) Masyarakat

Sebagai bahan masukan dan memberi wawasan ilmiah mengenai manfaat latihan isometrik terhadap penurunan kadar asam urat pasien gout arthritis.

(2) Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

(a) Sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang penerapan latihan isometrik terhadap penurunan kadar asam urat pasien gout arthritis.

(b) Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian menggunakan pengobatan secara non farmakologi dengan melakukan latihan isometrik terhadap penurunan kadar asam urat

pasien gout arthritis pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.