

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gout arthritis adalah penyakit degeneratif yang mempengaruhi persendian tetapi tidak menular dan biasanya membutuhkan waktu lama untuk berkembang. Menurut Anies (2018) menegaskan bahwa hiperurisemia atau penumpukan asam urat yang berlebihan merupakan penyebab gout arthritis. Patyawargana, (2021) menyatakan bahwa gangguan ini apabila terjadi peningkatan asam urat dapat berdampak buruk pada fungsi ginjal. Adanya keluhan dapat merusak kepercayaan penderita dalam mengelola keadaan yang berhubungan dengan penyakitnya dan mengakibatkan keterbatasan fisik yang dapat mengganggu kapasitasnya untuk merawat diri sendiri (Cindi et al., 2020). Jadi kadar asam urat yang meningkat dapat menurunkan rasa keyakinan penderita dalam merawat diri mengatasi keadaan penyakit yang dialami.

World Health Organization (WHO) (2017) memperkirakan bahwa 34,2% orang diseluruh dunia menderita gout arthritis. Di negara-negara kaya seperti Amerika Serikat frekuensinya 26,3% dari keseluruhan penduduk. Gout arthritis juga tersebar luas di negara berkembang seperti Indonesia dengan prevalensi gout arthritis yang semakin meningkat. Riskesdas (2018) mengklaim bahwa prevalensi penyakit sendi di Indonesia adalah 11,9% jika ditentukan oleh diagnosis tenaga kesehatan dan 24,7% jika ditentukan oleh diagnosis gejalanya. Menurut prevalensi diagnosis tertinggi di Provinsi Bali atau sebesar 19,3% dan prevalensi diagnosis berdasarkan gejala tertinggi di wilayah NTT atau sebesar 31,1%. Prevalensi penduduk Indonesia yang diperkirakan menderita gout arthritis sebanyak 12-34% dari 18,3 juta penduduk.

Menurut Riskesdas (2018) terdapat 8,35% penderita asam urat di Provinsi Sulawesi Utara, 9,94% di Kabupaten Minahasa, dan 7,27% di Kota Manado. Berdasarkan hasil survei, Sulawesi Utara dan Manado menemukan hubungan antara asam urat kromis dengan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi purin dan alkohol. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perokok memiliki kadar asam urat yang lebih rendah dibandingkan bukan perokok

(WHO-ILAIR Copcord 1981, dalam Paramaiswari 2019). Kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi purin dan minum alkohol yang berlebihan menjadi salah satu faktor peningkatan penderita asam urat di Sulawesi Utara dan sekitarnya.

Menurut Paramaiswari (2019) prevalensi penyakit asam urat di desa Sulawesi Utara dan Manado menunjukkan kebiasaan minum alkohol, makan makanan tinggi purin, dan minum atau mengonsumsi obat diuretik. Di Minahasa, kebiasaan mengonsumsi minuman beralkohol tradisional seperti cap tikus sangat erat kaitannya dengan budaya masyarakat Minahasa. Tidak mengherankan jika banyak orang Minahasa berusia dewasa minum alkohol baik pada saat senang maupun duka (Tumbelaka, 2014 dalam Lumintang C., dkk 2021).

Adapun dampak dari gout arthritis seperti rasa nyeri yang begitu hebat dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari sehingga berpengaruh pada kenyamanan penderita (Sari dkk, 2022). Menurut Febrianti (2019) dampak dari rasa tidak nyaman yang terus-menerus ini akan bermanifestasi dalam reaksi tubuh antara lain kecemasan, detak jantung yang tidak teratur, gangguan sirkulasi darah, dan laju pernafasan. Jika nyeri tidak dikelola dengan baik, kemampuan tubuh untuk menahan cedera, kerusakan jaringan, dan metabolisme yang menyimpang akan berkurang.

Hiperurisemia adalah suatu kondisi ketika kadar asam urat dalam darah sangat tinggi. Kadar asam urat pada 95% berada dalam kisaran normal pria dan wanita masing-masing adalah 3,0-7,0 mg/dL dan 2,2-5,7 mg/dL. Mengonsumsi daging, jeroan, kerang, dan kacang-kacangan makanan tinggi purin secara rutin dapat meningkatkan kadar asam urat (Ema, P. Y. 2018). Dampak peningkatan kadar asam urat akan berefek pada peradangan sendi kronis, yang dapat melumpuhkan seseorang dan menghancurkan persendiannya secara permanen.

Gout arthritis juga dapat memberikan pengaruh pada efikasi diri atau kepercayaan seseorang yang dapat menentukan kemampuan dalam merawat diri. *Self-efficacy* menurut Oshotse et al., (2018) adalah rasa kepercayaan yang dirasakan seseorang dalam kemampuannya untuk menyelesaikan tugas tertentu. *Self-efficacy* memiliki koneksi untuk menangani penyakit dan

perawatan medis. *Self-efficacy* adalah keyakinan bahwa seseorang dapat meningkatkan hasil kesehatannya. Dalam penelitian Jackson T et al., (2020) didapati ada hubungan antara efikasi diri dan keparahan nyeri artritis.

Menurut Fontaine dalam Cindi et al, (2020) penderita radang sendi mengungkapkan keluhan mereka lebih sering saat ada aktivitas fisik dan sosial. Penderita yang menderita radang sendi merasa sulit untuk menjalani kehidupan yang mereka inginkan. Jika kondisinya memburuk, maka penderita radang sendi cenderung akan mengalami kualitas hidup yang buruk.

Adapun berbagai upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah gout artritis yaitu dengan tidak mengonsumsi makan yang tinggi protein dan tidak meminum alkohol yang dapat meningkatkan kadar purin. Terapi non-farmakologis seperti senam dan kompres hangat yang dapat dilakukan. Menurut (Amalia et all 2021) senam ergonomik menyerupai rangkaian gerakan sholat dan memadukan gerakan otot dan pernafasan. Gerakan yang sangat efektif, efisien, dan logis ditemukan dalam latihan senam ergonomik. Posisi dan kelenturan saraf ditingkatkan dengan melakukan latihan senam ergonomik, yang juga meningkatkan aliran darah. Hal ini meningkatkan jumlah oksigen yang dikirim ke otak dan mempercepat pembakaran asam urat, kolestrol, dan gula darah (Saragih., dkk 2020).

Menurut Sari., dkk (2022) kompres hangat adalah teknik pemberian suhu hangat yang memiliki efek fisiologis dan perubahan fisik, seperti meningkatkan metabolisme sel, meningkatkan aliran darah, menurunkan nyeri dan kecemasan, meningkatkan kenyamanan, dan mengendurkan otot. Hal ini juga menjadi salah satu upaya dalam menurunkan rasa nyeri yang dirasakan oleh penderita gout artritis. Upaya lainnya dapat melakukan aktivitas normal sehari-hari untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam mengontrol keadaan yang berkaitan dengan penyakit yang dialami dan menghindari aktivitas fisik yang dapat menimbulkan rasa nyeri sendi penderita asam urat.

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Tateli Tiga, Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa. Survei data awal dilakukan di Puskesmas Desa Tateli. Adapun jumlah penderita gout artritis yang didapati sebanyak 68 penderita yang ada di Desa Tateli Tig. Pencegahan yang diberikan Puskesmas kepada

masyarakat hanya terapi farmakologis dengan pemberian obat allopurinol. Pengukuran kadar asam urat yang dilakukan oleh Puskesmas Tateli didapati dengan rata-rata 6,0-8,7 mg/dL, yang terendah 3,9-5,5 mg/dL, dan yang tertinggi 9,2-13,1 mg/dL.

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, maka perlu di teliti tentang kadar asam urat dan efikasi diri penderita gout arthritis di Desa Tateli Tiga, dikarenakan apabila efikasi diri yang dimiliki penderita sangat rendah dapat mempengaruhi keyakinan seseorang dalam merawat diri, serta jika terjadi peningkatan kadar asam urat dapat memberikan dampak kecacatan apabila terjadi terus-menerus peradangan pada sendi dan akan mengalami kematian apabila ginjal sudah tidak mampu mencerna dan mengeluarkan asam urat dari dalam tubuh. Dengan demikian senam ergonomik dapat diberikan sebagai terapi nonfarmakologis kepada penderita gout arthritis untuk menurunkan kadar asam urat, dan agar supaya para penderita gout arthritis memiliki kemampuan dalam merawat diri dengan melakukan terapi nonfarmakologis.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Apakah ada pengaruh penurunan senam ergonomik terhadap kadar asam urat dan efikasi diri penderita gout arthritis di Desa Tateli Tiga, Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahui efektivitas senam ergonomik terhadap efikasi diri dan kadar asam urat terhadap penderita gout arthritis.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Diketahui karakteristik demografi pada penderita gout arthritis di Desa Tateli Tiga, Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa

1.3.2.2 Diketahui kadar asam urat penderita gout arthritis sebelum dan sesudah dilakukan senam ergonomik di Desa Tateli Tiga, Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa

1.3.2.3 Diketahui efikasi diri penderita gout arthritis sebelum dan sesudah dilakukan senam ergonomik di Desa Tateli Tiga, Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa

1.3.2.4 Dianalisis efektivitas senam ergonomik terhadap efikasi diri dan kadar asam urat terhadap penderita gout arthritis di Desa Tateli Tiga, Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa dijadikan bahan tambahan referensi pustaka dan dapat menjadi pengembangan ilmu pengetahuan baik dalam bidang keperawatan medikal bedah dan keperawatan komunitas.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Penderita Gout Arthritis

Pada penderita gout arthritis diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi serta masukan baik bagi penderita gout arthritis, agar supaya para penderita gout arthritis tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis.

1.4.2.2 Puskesmas

Pada Puskesmas penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan kepada petugas kesehatan di Puskesmas untuk dapat memberikan terapi nonfarmakologis kepada penderita gout arthritis dalam menurunkan kadar asam urat sebagai alternatif lain selain pengobatan farmakologis.

