

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1.Latar Belakang**

Menurut Undang – Undang No. 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada pasal 1 ayat 2 dikatakan bahwa usia lanjut adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (Maryam dkk, 2012). Dengan bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga muncul penyakit sendi pada lansia. Salah satu penyakit sendi pada lansia yakni gout arthritis (Wahyunita & Fitrah, 2010)

Asam urat atau dikenal dengan Gout Arthritis merupakan penyakit yang menyerang persendian dan struktur disekitarnya yang ditandai dengan gejala kesemutan dan linu, nyeri, bengkak, kemerahan,dan panas pada sendi (Ode, 2012). Penyebab gout dibagi menjadi dua yakni gout primer yang disebabkan oleh faktor genetik dan lingkungan, dan gout sekunder yang disebabkan oleh adanya komplikasi dengan penyakit lain seperti hipertensi (Yenrina, Krisnatuti, & Rasjmida, 2014). Secara ilmiah, setiap orang memiliki asam urat namun tidak boleh melebihi kadar normal. Untuk kadar asam urat normal pada pria berkisar antara 3 – 7,2 mg/dl, dan pada wanita 2 - 6 mg/dl.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit sendi di Indonesia sebesar 11,9%. Prevalensi berdasarkan daerah tertinggi di Provinsi Bali sebesar 19,3% dan prevalensi di Provinsi Gorontalo sebesar 10,4%. Prevalensi penyakit sendi di Indonesia juga di bagi berdasarkan usia. Usia 55-64 tahun sebesar 45%, 65-74 tahun sebesar 51,9%, dan usia 75 tahun keatas sebesar 54,8%. Dengan tingginya

angka prevalensi penyakit sendi pada lansia, menyebabkan penyakit sendi berada pada peringkat kedua setelah hipertensi. Di Kota Gorontalo, prevalensi gout di bagi berdasarkan usia. Pada tahun 2014, kasus gout artritis di usia 45 tahun sampai usia > 70 tahun sebanyak 394 kasus. Pada tahun 2015 sebanyak 353, tahun 2016 sebanyak 393 dan pada tahun 2017 sebanyak 365 kasus.

Menurut Fitriana (2015) penanganan pada gout artritis dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dengan pemberian NSAID, allopurinol, probenesid dan sulfinpyrazone, corticosteroid, dan obat pirai. Obat tersebut berfungsi sebagai penghilang rasa sakit, melindungi fungsi ginjal, dan menurunkan kadar asam urat. Terapi non farmakologi yakni diet dengan menghindari makanan berlemak yang kaya purin. Kompres hangat atau dingin juga dapat dilakukan untuk meningkatkan relaksasi otot – otot yang kaku.

Terapi non farmakologi lainnya yang dapat mengurangi asam urat yakni olahraga. Olahraga yang teratur memperbaiki kondisi kekuatan dan kelenturan sendi dan sangat berguna untuk memperkecil risiko terjadinya kerusakan sendi akibat radang sendi. Olahraga yang disarankan yakni olahraga yang teratur berupa latihan pelepasan dan senam (Sustrani, Alam, & Hadibroto, 2007)

Senam yang dapat dilakukan untuk mengurangi kadar asam urat adalah senam ergonomis. Senam ergonomis adalah suatu teknik senam untuk mengembalikan atau membetulkan posisi dan kelenturan sistem saraf serta aliran darah, memaksimalkan suplai oksigen ke otak, pembakaran asam urat, kolesterol, gula darah, asam laktat, dan kristal oksalat (Wratsongko, 2014).

Menurut Potter & Perry (2010) terapi non farmakologi ini lebih bagus digunakan karena mengurangi penggunaan obat. Karena penggunaan obat yang banyak dalam waktu yang sama, dapat meningkatkan risiko efek samping obat. Lansia berisiko mengalami efek samping obat karena adanya perubahan terkait usia pada proses absorpsi, distribusi, metabolisme, dan ekskresi obat. Satu jenis obat dapat berinteraksi dengan obat lainnya sehingga dapat menambah atau mengurangi efek obat lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih, Aini F., Saparwati M. pada tahun 2016 tentang “Pengaruh Senam Ergonomis terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia dengan Hiperurisemia di Unit Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran Kabupaten Semarang” didapatkan hasil kadar asam urat pada kelompok intervensi sebelum diberikan perlakuan adalah 8,2 mg/dl dan sesudah diberikan perlakuan adalah 6,5 mg/dl. Angka penurunan kadar asam urat pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah perlakuan sebanyak 1,7 mg/dl. Hal ini menandakan bahwa ada pengaruh senam ergonomis terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia dengan hiperurisemia. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada kelompok sampel dan frekuensi pemberian senam yakni dilakukan 4 kali dalam seminggu. Penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti tidak akan menggunakan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil wawancara pada 3 orang lansia yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werda Ilomata Kota Gorontalo, lansia mengatakan sering mengalami nyeri persendian dan saat dilakukan pemeriksaan kadar asam urat oleh

petugas kesehatan, kadar asam urat lansia diatas normal. Hal ini didukung dengan pemeriksaan kadar asam urat yang dilakukan oleh peneliti pada 3 orang lansia. Dimana hasil pemeriksaannya diatas normal yakni, 2 orang lansia memiliki kadar asam urat 8,5 mg/dl dan 1 orang lansia memiliki kadar asam urat 7,1 mg/dl. Penatalaksanaan farmakologi untuk mengurangi nyeri akibat kadar asam urat yang tinggi, diberikan obat – obatan. Lansia mengatakan obat – obatan tersebut di konsumsi saat nyeri persendian kambuh. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologi seperti senam untuk mengurangi kadar asam urat, belum pernah dilakukan.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Senam Ergonomis terhadap Kadar Asam Urat pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo”.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

1. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 prevalensi penyakit sendi di Indonesia sebesar 11,9%. Prevalensi penyakit sendi di Provinsi Gorontalo sebesar 10,4%. Prevalensi penyakit sendi di Indonesia juga di bagi berdasarkan usia. Usia 55-64 tahun sebesar 45%, 65-74 tahun sebesar 51,9%, dan usia 75 tahun keatas sebesar 54,8%.
2. Di Kota Gorontalo, prevalensi gout di bagi berdasarkan usia. Pada tahun 2014, kasus gout arthritis di usia 45 tahun sampai usia > 70 tahun sebanyak 394 kasus. Pada tahun 2015 sebanyak 353, tahun 2016 sebanyak 393 dan pada tahun 2017 sebanyak 365 kasus.

3. Berdasarkan hasil wawancara pada 3 orang lansia yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werda Ilomata Kota Gorontalo, lansia mengatakan sering mengalami nyeri persendian dan saat dilakukan pemeriksaan kadar asam urat oleh petugas kesehatan, kadar asam urat lansia diatas normal. Hal ini didukung dengan pemeriksaan kadar asam urat yang dilakukan oleh peneliti pada 3 orang lansia. Dimana hasil pemeriksaannya diatas normal yakni, 2 orang lansia memiliki kadar asam urat 8,5 mg/dl dan 1 orang lansia memiliki kadar asam urat 7,1 mg/dl.
4. Penatalaksanaan non farmakologi seperti senam untuk mengurangi kadar asam urat, belum pernah dilakukan di Panti Sosial Tresna Werda.

### **1.3.Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh senam Ergonomis terhadap kadar asam urat pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo?”

### **1.4.Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1.Tujuan Umum**

Mengidentifikasi dan menganalisa pengaruh senam ergonomis terhadap kadar asam urat pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo.

#### **1.4.2.Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi kadar asam urat pada lansia sebelum melakukan senam ergonomis di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo.

2. Mengidentifikasi kadara asam urat pada lansia sesudah melakukan senam ergonomis di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo.
3. Menganalisa pengaruh senam ergonomis terhadap kadar asam urat pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo.

### **1.5. Manfaat Penelitian**

#### 1.5.1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pengalaman, dan wawasan ilmiah, serta bahan penerapan ilmu metode penelitian, khususnya mengenai pengaruh senam ergonomis dan dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

#### 1.5.2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti tentang pengaruh senam ergonomis terhadap kadar asam urat pada lansia, serta menambah pengalaman peneliti.

##### b. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai langkah awal untuk penelitian selanjutnya dalam bidang ilmu keperawatan dan memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan khususnya terapi non farmakologi.

c. Bagi Masyarakat

Dengan penelitian ini diharapkan masyarakat dapat mengetahui informasi yang terkait dengan penelitian ini agar dapat menjadi acuan dalam menjalani terapi untuk menurunkan kadar asam urat.