

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gout arthritis merupakan jenis peradangan yang disebabkan oleh pengendapan Kristal Monosodium Urat (MSU) pada persendian karena terjadi peningkatan kadar *gout* dalam darah melebihi ambang batas normal yang dapat memecah purin (hiperurisemia). *Gout arthritis* merupakan penyakit yang memiliki tanda dan gejala yang sangat umum yaitu terjadi peradangan akut pada persendian yang muncul dalam waktu singkat dan cepat. *Gout arthritis* dapat meningkat menjadi batu ginjal dan dapat menyebabkan gagal ginjal jika tidak ditangani (Faqih, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) (2022) data penderita *gout arthritis* yang terjadi di seluruh dunia memiliki tingkat kejadian sebesar 41,2%. Penderita *gout arthritis* pada laki-laki memiliki tingkat kejadian 10% dan pada perempuan dengan tingkat kejadian 6%, angka kejadian ini akan terus naik bersamaan dengan meningkatnya umur.

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil Survei Kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan bahwa prevalensi penyakit *gout arthritis* di Indonesia terjadi pada usia dibawah 34 tahun sebesar 32% dan diatas usia 34 tahun sebesar 68%. Adapun prevelensi *gout arthritis* berdasarkan kelompok usia 35-44 sebanyak 6,27%, usia 45-54 sebanyak 11,08% dan usia 54-64 sebanyak 15,55%, usia 65-74 sebanyak 18,63% dan usia >75 sebanyak 18,95%. Adapun persentase tertinggi *gout arthritis* di berbagai kota seperti di Aceh sebanyak 12,26%, Bengkulu sebanyak 12,11%, Papua sebanyak 11,43% dan Kalimantan Timur sebanyak 11,1%. Berdasarkan data tersebut terlihat mayoritas penderita *Gout arthritis* adalah lansia >54 tahun.

Berdasarkan data dari dinas kesehatan kota Bengkulu, jumlah lansia pada tahun 2024 sebanyak 35.845 orang, dengan jumlah penderita *gout arthritis* mencapai 2.560 orang. Hasil survey dari 4 Puskesmas di Kota Bengkulu diketahui kunjungan terbanyak penderita *gout arthritis*

pada lansia di 4 Puskesmas, yaitu puskesmas Nusa Indah sebanyak 43 orang (41%), puskesmas Sukamerindu sebanyak 28 orang (27%), puskesmas Sawah Lebar sebanyak 18 orang (17%) dan puskesmas Lempuing sebanyak 15 orang (14%).

Faktor risiko yang dapat mempengaruhi terjadinya *Gout arthritis* yaitu jenis kelamin lebih sering terjadi pada laki-laki, genetik/riwayat penyakit keluarga, merokok, obesitas/kelebihan berat badan, pola makan dengan konsumsi purin berlebih yang menyebabkan sendi sakit, nyeri dan meradang. Gejala klinis yang sering dikeluhkan pada penderita *gout arthritis* adalah peradangan parah pada sendi dengan tanda-tanda utama peradangan seperti nyeri tekan pada sendi dengan presentase 90-95%, kemerahan dan hangat pada sendi dengan presentase 60-85%, pembengkakan pada sendi dengan presentase 70-90% dan hilangnya fungsi pergerakan pada sendi dengan presentase 55-75%. Pada sendi besar seperti lutut dan pergelangan kaki, tanda-tanda pada kulit jarang terjadi, tetapi pembengkakan dan nyeri dapat terasa hebat. Dampak jika nyeri pada *gout arthritis* tidak ditangani mengakibatkan sulit berjalan dan sulit menggerakkan sendi yang mengganggu aktivitas sehari-hari sehingga membutuhkan penatalaksanaan yang cepat, tepat dan efektif (Mbuyi, 2020).

Penatalaksanaan *gout arthritis* dapat dilakukan dengan dua pendekatan yaitu farmakologis dan non farmakologis. Pendekatan farmakologis yaitu meliputi Obat Anti *Inflamasi Nonsteroid* (OAINS), kolkisin dan kortikosteroid. Namun, penggunaan klinisnya seringkali dibatasi oleh efek samping seperti demam, ruam kulit, reaksi alergi, hepatitis, sindrom Stevens- Johnson, nekrosis hati fatal dan nefropati. Sedangkan pendekatan non farmakologis yaitu dengan melakukan latihan fisik diantaranya terapi *foot hydrotherapy* dan *stretching static* (Mulianda., 2019).

Foot hydrotherapy merupakan terapi non farmakologi, *foot hydrotherapy* merupakan teknik/cara perawatan tubuh dengan

menggunakan bantuan air hangat yang dapat memberikan efek pijatan dan stimulasi jaringan kulit dan otot dengan berbagai keuntungan antara lain, melancarkan sirkulasi di seluruh tubuh melalui efek tekanan hidrostatik pada pembuluh darah dan limfe, relaksasi otot, merangsang pembuangan sampah metabolik dari dalam sel ke aliran darah dan melalui kulit, mengurangi ketegangan saraf.

Hydrotherapy kaki ini bisa meringankan rasa nyeri di bagian persendian, karena dengan berendam di air hangat bisa memperlancar sistem vaskularisasi atau memperlancar aliran pembuluh darah (Hasana., 2022). Menurut hasil penelitian Asniati (2022) mengenai *foot hydrotherapy* terhadap penurunan nyeri pada penyakit *gout arthritis* di dapatkan bahwa skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat di hari pertama didapatkan nilai 6,35 sedangkan rata-rata nilai skala nyeri setelah di lakukan *foot hydrotherapy* di dapatkan nilai 5,52 berarti ada pengaruh *foot hydrotherapy* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *gout arthritis*.

Stretching static/peregangan otot merupakan salah satu teknik relaksasi melalui kegiatan aktif yang diharapkan dapat menurunkan intensitas nyeri dan kekakuan otot, melalui proses latihan yang membuat otot menjadi lentur, siap bergerak dan membantu peralihan tubuh, dari kurang gerak ke aktivitas banyak gerak tanpa menimbulkan ketegangan (Juartika, 2024).

Menurut hasil penelitian Feri (2024) pemberian *stretching static* pada pagi hari secara berturut-turut dapat mengurangi rasa nyeri sendi pada lansia penderita *gout arthritis*. Hal ini di karenakan latihan *stretching* ini untuk melakukan peregangan sendi yang membantu meningkatkan gerak sendi sehingga dapat menahan dengan baik serta mengurangi tekanan pada tulang rawan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat nyeri sebelum dilakukan intervensi *stretching static* dengan skala nyeri 6 sedangkan tingkat nyeri setelah di lakukan intervensi *stretching static* dengan skala 4,79 yang artinya bahwa ada pengaruh *stretching static* terhadap penurunan nyeri *gout arthritis* pada lansia.

Berdasarkan survey pada tanggal 27 Agustus 2025 didapatkan bahwa banyak penderita *gout arthritis* di wilayah Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu rata-rata mengkonsumsi obat untuk menangani rasa nyeri dan belum ada penggunaan terapi non farmakologi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh *foot hydrotherapy* dan *stretching static* terhadap perubahan nyeri pada lansia dengan *gout arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu.

B. Rumusan Masalah

Lansia yang menderita *gout arthritis* sebanyak 90-95% merasakan nyeri sendi yang terus menerus, sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari yang mengakibatkan sulit berjalan. Oleh karena itu, dibutuhkan perhatian sebagai langkah untuk mencegah terjadinya komplikasi serius yang diakibatkan oleh kondisi *gout arthritis*. Sehingga dapat dirumuskan pertanyaan penelitian ini adalah :

“Apakah ada pengaruh terapi *foot hydrotherapy* dan *stretching static* terhadap perubahan nyeri pada lansia dengan *gout arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu Tahun 2026?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh terapi *foot hydrotherapy* dan *stretching static* terhadap perubahan nyeri pada lansia dengan *gout arthritis* di wilayah kerja puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden (jenis kelamin, berat badan, Konsumsi purin dan riwayat keluarga penderita *gout*)
- b. Diketahui gambaran rata-rata skala nyeri lansia sebelum dan setelah diberikan terapi *foot hydrotherapy* dan *stretching static* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- c. Diketahui perbedaan rata-rata skala nyeri lansia sebelum dan

setelah diberikan terapi *foot hydrotherapy* dan *stretching static* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

- d. Diketahui pengaruh *foot hydrotherapy* dan *stretching static* terhadap perubahan nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi untuk penelitian lebih lanjut dibidang keperawatan khususnya dalam bidang keperawatan gerontik. Selain itu penelitian ini juga sebagai acuan untuk pengembangan ilmu pengetahuan keperawatan yang dapat diterapkan pada pengabdian masyarakat dan menambah koleksi bahan pustaka serta dapat menjadi bahan publikasi jurnal.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan/Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang alternatif terapi non farmakologi dalam perubahan nyeri *gout arthritis* menggunakan terapi *foot hydrotherapy* dan *stretching static* kepada penderita yang mengalami *gout arthritis*.

3. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini diharapkan terapi non farmakologi menggunakan teknik *stretching static* dan *foot hydrotherapy* bisa mengatasi nyeri sendi pada lansia penderita *gout arthritis*

4. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan bermanfaat serta dapat dijadikan sebagai data dasar yang dapat digunakan untuk penelitian/studi yang lebih lanjut.

