

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada penuaan umumnya telah terjadi penurunan kemampuan dalam berbagai organ dan sistem tubuh yang akan terlihat setelah berusia 60 tahun. Seiring bertambahnya usia tubuh akan mengalami kemunduran dan berbagai macam penyakit akan menyerang fungsi tubuh manusia. Adapun salah satunya penyakit yang sering muncul yaitu penyakit yang mengganggu keseimbangan lansia. *Gout Arthritis* merupakan penyakit yang disebabkan karena kadar asam urat dalam darah yang berlebihan. Tingginya kadar asam urat dapat menyebabkan kekakuan sendi yang berakibat lansia rentan mengalami risiko jatuh serta penurunan kekuatan otot (Nasri & Widarti, 2020). Kejadian jatuh yang dialami penderita *Gout Arthritis* disebabkan oleh kekakuan sendi yang menyebabkan ekstremitas sulit untuk digerakkan (Yang et al., 2022).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa penderita *Gout Arthritis* meningkat pada setiap tahunnya di dunia. Pada beberapa Negara, prevalensi dapat meningkat 10% pada laki-laki dan 6% pada perempuan dengan rentang usia >80 tahun. Angka kejadian asam urat diperkirakan pada tahun 2030 akan meningkat lebih dari 8 juta orang (*WHO, 2020*). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (*Riskesdas, 2018*) Indonesia termasuk Negara terbesar keempat di dunia yang penduduknya menderita gout arthritis. Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan yaitu 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7%, Berdasarkan data WHO dalam *Non-Communicable Disease Country Profile* di Indonesia memiliki prevalensi penyakit *Gout Arthritis* pada lansia usia 55-64 tahun didapatkan mencapai 45%, dan usia 65-74 tahun mencapai 51,9%, pada usia >75 tahun berkisar pada 54,8%, selain itu penderita wanita lebih banyak (8,46%) dibandingkan pria 6,13% (*WHO, 2020*).

Arthritis Gout merupakan kondisi dimana terganggunya metabolisme purin (hiperurisemia) dalam tubuh akibat peningkatan kadar asam urat dalam darah yang ditandai dengan nyeri sendi sehingga dapat menghambat aktivitas penderita (Widyanto, 2019). Timbulnya Gout arthritis diakibatkan karena adanya peningkatan kadar asam urat dalam darah. Kadar asam urat yang tinggi di dalam tubuh dapat disebabkan oleh konsumsi makanan mengandung tinggi purin secara berlebihan diantaranya seperti daging, jeroan, seafood, kacang-kacangan dan keju. Konsumsi obat-obatan seperti aspirin, diuretik, etambutol, siklosporin dan pirazinamid yang dapat menurunkan ekskresi asam urat. Nilai normal asam urat laki-laki adalah 3,0 – 7,0 mg/dl dan Perempuan 2,2 – 5,7 mg/dl. Kadar asam urat yang tinggi dalam darah, dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan pembentukan kristal urat yang biasanya terkonsentrasi pada sendi dan jaringan sekitarnya. Kristal ini lama kelamaan menumpuk dan merusak jaringan dan akhirnya menimbulkan rasa nyeri dan peradangan. Adapun sendi yang sering terkena penumpukan asam urat ini antara lain pangkal ibu jari kaki, lutut, pergelangan kaki, pergelangan tangan dan siku (Susanto, 2018).

Fenomena terjadinya *Gout Arthritis* pada tubuh dapat menimbulkan nyeri terutama pada titik artikulasi tubuh akibat penimbunan kristal monosodium urat pada persendian maupun jaringan lunak di dalam tubuh. *Gout Arthritis* merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang sering terjadi pada lansia, biasanya ditandai dengan nyeri yang tidak tertahankan, pembengkakan, dan rasa panas pada persendian (Aminah et al., 2022). Adanya peningkatan kadar asam urat didalam darah yang terus bertambah sehingga menyebabkan penderita penyakit ini tidak mampu untuk berjalan, menumpuknya kristal asam urat berupa tofi pada sendi dan jaringan sekitarnya. Hal tersebut dapat menyebabkan rasa tidak nyaman pada persendian jika berjalan sehingga dapat menimbulkan kerusakan pada sendi bahkan sampai berdampak kecacatan sendi dan mengganggu aktivitas penderitanya (Irmawati et al., 2023).

Bertambahnya umur pada lansia kekuatan pada otot akan mengalami penurunan secara bertahap. Penurunan otot tersebut akan mengakibatkan risiko jatuh pada lansia. Jatuh merupakan penyebab kecacatan nomor tiga di kalangan

lansia dan merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan dampak sosial yang besar di seluruh dunia di negara-negara dengan tingkat populasi penuaan yang signifikan. Lebih dari 30% orang berusia di atas 65 tahun setiap tahunnya dan setengah dari kasus tersebut jatuh lagi (Sumaiyah et al., 2018). Keseimbangan saat berjalan dan kekuatan otot tungkai memiliki hubungan signifikan dengan resiko jatuh terutama pada lansia. Berkurangnya aktivitas otot pinggul juga mempengaruhi kemampuan tubuh untuk menjaga keseimbangan yang berdampak negatif pada kinerja fungsional (Kemenkes RI, 2017).

Secara biologis lanjut usia merupakan seseorang yang sedang mengalami proses penuaan dimulai dari penurunan fungsi organ-organ, termasuk tulang dan otot. Kondisi pada lanjut biasanya akan mengalami penurunan fungsi pada fisik yang berupa pendengaran menurun, penglihatan kabur, serta penurunan kekuatan otot (gangguan muskuloskeletal) yang dapat mengakibatkan gerakan lambat dan gerakan tubuh yang tidak seimbang atau proporsional. Terjadinya perubahan fisik pada lansia dapat mengakibatkan gangguan mobilitas fisik yang akan membatasi kemandirian lansia dalam memenuhi aktivitas sehari-hari dan menyebabkan terjadinya resiko jatuh pada lansia (Shalahuddin et al., 2022). Menurunnya massa tulang dan otot akan menyebabkan penurunan kemampuan seseorang untuk menjaga keseimbangan yang berakibat pada risiko jatuh hingga jatuh (Nasri & Widarti, 2020).

Keseimbangan yang menurun seiring bertambahnya usia merupakan proses sensorik-motorik yang kompleks dimana sistem visual, vestibular, dan muskuloskeletal bekerja sama untuk menghasilkan stabilitas postural. Selain itu, pada lansia masukan saraf dari mekanoreseptor yang didistribusikan ke seluruh tubuh manusia mengalami penurunan seiring bertambahnya usia dan dapat mempengaruhi keseimbangan sehingga meningkatkan risiko terjatuh. Berdasarkan hal tersebut, dibutuhkan program latihan yang mencakup kekuatan dan keseimbangan untuk mencegah terjatuh di kemudian hari. Salah satu intervensi olahraga yang dapat digunakan adalah *The Otago Exercise* merupakan latihan yang dirancang untuk mencegah jatuh pada lansia. Program latihan ini bersifat

rumahan yang terdiri dari latihan keseimbangan dan penguatan yang disesuaikan dengan kebutuhan seseorang (Segita et al., 2021).

Otago Exercise merupakan salah satu latihan yang memiliki fungsi untuk mencegah risiko jatuh. *Otago Exercise* telah dikembangkan dan telah diuji coba di *University of Otago Medical School, New Zealand* yang dibina oleh Professor John Campbell (Campbell & Otago, 2011). *Otago Exercise* memiliki serangkaian kegiatan yang terdiri dari dua latihan utama, yaitu latihan penguatan otot kaki dan latihan keseimbangan untuk pasien yang mengalami kesulitan dalam berjalan. *Otago Exercise* ini dapat dilakukan di rumah yang memiliki efektivitas yang tinggi untuk mencegah risiko jatuh. Latihan senam ini memiliki fungsi untuk meningkatkan kekuatan otot dan keseimbangan berjalan maupun berdiri hingga mencapai stabilitas pada lansia (Warijan et al., 2022). Program latihan ini berfokus untuk melatih kekuatan otot, keseimbangan, fleksibilitas, dan stabilitas. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu menyatakan bahwa *Otago Exercise* secara signifikan mampu meningkatkan kemampuan fisik lansia berdasarkan perubahan hasil yang didapatkan dari pengukuran kekuatan ekstremitas atas dan bawah baik sebelum dan sesudah perlakuan latihan (Kiik et al., 2020).

Dampak dari *Gout Arthritis* tersebut dapat menyebabkan klien mengalami kesulitan dalam beraktivitas sehari-hari seperti bangun dari tempat tidur, berjalan, berdiri setelah duduk dan aktivitas lainnya. Berdasarkan pemaparan diatas untuk itu pentingnya dilakukan latihan *Otago Exercise* sebagai implementasi dalam membantu keseimbangan tubuh klien dan penguatan otot untuk membantu memenuhi aktivitas sehari-hari. Untuk itu peneliti mengambil judul studi kasus “Implementasi *Otago Exercise* Pada Lansia Dengan *Gout Arthritis* di Malang” yang akan dituangkan dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN).

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada studi kasus ini adalah bagaimana Implementasi *Otago Exercise* Pada Lansia Dengan *Gouth Arthritis* di Malang

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah mengetahui asuhan keperawatan pada pasien dengan indikasi *Gout Arthritis* pada Lansia.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan dari penelitian ini adalah teridentifikasinya beberapa hal dibawah ini, diantaranya sebagai berikut:

- a) Mengetahui analisis pengkajian pada pasien lansia penderita *Gout Arthritis* di Malang
- b) Mengetahui diagnosa keperawatan pada pasien lansia penderita *Gout Arthritis* di Malang
- c) Mengetahui rencana asuhan keperawatan yang akan diberikan pada pasien lansia penderita *Gout Arthritis* di Malang
- d) Mampu melakukan implementasi keperawatan pada pasien lansia penderita *Gout Arthritis* di Malang
- e) Mampu mengevaluasi dari hasil implementasi yang telah diberikan pada pasien lansia penderita *Gout Arthritis* di Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Klien

Mendapatkan perhatian serta penanganan alternatif dan efektif untuk dilakukan sehingga memudahkan klien untuk mempraktekkan sendiri di rumah.

1.4.2 Manfaat Praktis

Pada hasil penelitian ini dapat diharapkan untuk menjadi sumber informasi ataupun sumber data dan sebagai bahan referensi, serta dapat menjadi masukan mengenai asuhan keperawatan pada pasien lansia penderita *Gouth Arthritis* di Malang.