

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Gout Arthrititis

2.1.1 Pengetian Gout Arthrititis

Asam urat atau gout arthritis merupakan produk akhir metabolisme purin yang larut dalam air. Purin banyak terdapat dalam makanan seperti daging merah, jeroan, kacang-kacangan, dan berbagai jenis makanan laut. Dalam kondisi normal, tubuh akan mengeluarkan asam urat melalui urin. Namun, apabila produksinya terlalu tinggi atau proses pembuangannya terganggu, kadar asam urat dalam darah meningkat dan menyebabkan hiperurisemia. Kondisi ini dapat memicu terbentuknya kristal monosodium urat yang kemudian mengendap pada sendi, sehingga menimbulkan peradangan. Secara klinis, penderita hiperurisemia biasanya mengalami nyeri sendi hebat, pembengkakan, kemerahan, kekakuan, serta rasa panas pada area sendi yang terlibat. Gejala tersebut sering muncul secara mendadak pada malam hari dan dapat mengganggu tidur maupun aktivitas sehari-hari (Dungga, 2022).

2.1.2 Etiologi dan Faktor Risiko

Arthritis gout, atau yang umum dikenal sebagai penyakit asam urat, merupakan kondisi peradangan pada sendi akibat penumpukan kristal monosodium urat. Kristal ini terbentuk ketika kadar asam urat dalam darah meningkat melampaui batas normal. Penderita biasanya merasakan nyeri sendi, pembengkakan, kekakuan, serta sensasi panas pada area yang terkena, yang pada akhirnya dapat menghambat aktivitas sehari-hari. Sejumlah faktor dapat meningkatkan risiko gout, seperti riwayat keluarga, pola makan tinggi purin, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, serta obesitas. Faktor-faktor tersebut memengaruhi proses metabolisme purin

sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya hiperurisemia dan pembentukan kristal urat pada sendi (Bunga et al., 2024).

Berbagai faktor gaya hidup dan kondisi kesehatan dapat memicu peningkatan kadar asam urat yang akhirnya menyebabkan artritis gout. Pola makan tinggi purin seperti konsumsi daging merah, jeroan, makanan laut, serta minuman beralkohol menjadi pemicu utama meningkatnya produksi asam urat. Alkohol, terutama bir, turut memperparah hiperurisemia karena kandungan purin dan proses metaboliknya. Gaya hidup sedentari atau kurang bergerak juga meningkatkan risiko penumpukan asam urat. Selain itu, konsumsi gula berlebih, khususnya dari minuman manis tinggi fruktosa seperti soda dan minuman energi, dapat menaikkan kadar asam urat dalam darah. Obesitas turut berperan melalui mekanisme resistensi insulin dan gangguan pembuangan asam urat oleh ginjal. Kondisi tersebut diperburuk bila disertai gangguan fungsi ginjal, yang menghambat ekskresi asam urat dan menyebabkan akumulasi dalam tubuh, sehingga risiko artritis gout semakin tinggi (Bunga et al., 2024).

2.1.3 Patofisiologi

Gout arthritis muncul akibat gangguan pada proses metabolisme purin yang menyebabkan kadar asam urat dalam darah meningkat (hiperurisemia). Kondisi ini terjadi karena tubuh memproduksi asam urat secara berlebihan atau ginjal tidak mampu membuangnya secara optimal. Akibatnya, kristal monosodium urat (MSU) mengendap pada jaringan, terutama di area persendian. Seiring waktu, endapan kristal tersebut memicu timbulnya nyeri hebat, bengkak, dan peradangan lokal sebagai respons sistem imun terhadap kristal yang menumpuk. Sendi yang paling sering terdampak meliputi pangkal ibu jari kaki, lutut, pergelangan kaki, pergelangan tangan, dan siku. Bila tidak ditangani dengan tepat, penumpukan kristal urat dapat menimbulkan kerusakan

jaringan sekitar sendi hingga menyebabkan perubahan bentuk (deformitas) yang bersifat permanen (Sumarya & Suanda, 2021).

Faktor lain yang turut meningkatkan kadar asam urat meliputi gangguan fungsi ginjal, penambahan usia, serta kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi purin, seperti jeroan, daging, berbagai jenis kacang, bayam, kembang kol, dan kerang. Gabungan faktor-faktor tersebut mempercepat pembentukan kristal urat di dalam cairan sinovial. Reaksi peradangan yang muncul selanjutnya memicu aktivasi sel-sel leukosit dan pelepasan mediator inflamasi, sehingga menimbulkan nyeri intens, kemerahan, serta sensasi panas pada sendi yang terkena (Sumarya & Suanda, 2021).

2.1.4 Manifestasi Klinis

Pada penderita gout, keluhan yang umum muncul adalah nyeri sendi mendadak akibat penumpukan kristal asam urat di dalam persendian. Nyeri biasanya sangat tajam, sering terjadi pada malam hingga dini hari, dan umumnya menyerang sendi-sendi di ekstremitas bawah seperti ibu jari kaki, pergelangan kaki, atau lutut, meskipun sendi ekstremitas atas seperti jari tangan juga dapat terlibat sehingga menghambat aktivitas dan pergerakan. Sendi yang terkena tampak membengkak, kemerahan, terasa panas, dan sangat peka terhadap sentuhan. Gejala tersebut berkembang dengan cepat dalam beberapa jam dan kadang disertai keluhan sistemik seperti demam serta peningkatan denyut nadi. Serangan nyeri biasanya berlangsung beberapa hari dan akan mereda secara bertahap seiring menurunnya kadar asam urat di dalam tubuh (Ningrum et al., 2023).

Penyakit asam urat ditandai dengan timbulnya nyeri sendi berat yang dipicu oleh peningkatan kadar asam urat dalam darah. Rasa nyeri yang muncul sering kali sangat mengganggu aktivitas harian penderita, terutama ibu jari kaki maupun jari tangan, merupakan area yang paling sering terdampak dan dapat menunjukkan gejala

berupa pembengkakan, kekakuan, serta peningkatan suhu pada daerah yang terlibat. Kondisi ini disebabkan oleh deposisi kristal monosodium urat pada jaringan sendi yang kemudian memicu reaksi inflamasi, sehingga sendi tampak kemerahan dan terasa panas saat disentuh (Lindawati R. Yasin et al., 2023).

2.1.5 Penatalaksanaan

Pengelolaan kadar asam urat, terutama berdasarkan pengalaman pasien yang mencoba terapi air rebusan daun salam bermanfaat dalam menurunkan kadar asam urat karena kandungan flavonoidnya mampu menghambat kerja enzim xantin oksidase, sekaligus membantu meningkatkan pengeluaran asam urat melalui urin berkat efek diuretik. Pemanfaatan daun salam sebagai terapi tambahan telah menunjukkan efektivitas dalam mengurangi nyeri, pembengkakan, serta peradangan pada sendi yang dipicu oleh gout, sehingga turut berkontribusi dalam meningkatkan kualitas hidup penderitanya (Setiawan & Nurjanah, 2018).

Secara klinis, pemanfaatan air rebusan daun salam sebagai terapi pendamping diketahui mampu meredakan keluhan nyeri, pembengkakan, dan inflamasi pada sendi pasien gout. Menunjukkan bahwa individu yang secara teratur mengonsumsi rebusan daun salam mengalami penurunan kadar asam urat yang bermakna, disertai dengan peningkatan kualitas hidup (Situmorang et al., 2023).

2.1 Konsep Nyeri

2.2.1 Pengertian Nyeri

Nyeri adalah pengalaman subjektif yang melibatkan sensasi fisik dan respons emosional yang tidak menyenangkan, yang biasanya muncul akibat kerusakan jaringan ataupun potensi terjadinya kerusakan tersebut. Sensasi nyeri dapat bervariasi, mulai dari rasa tertusuk, panas seperti terbakar, hingga melilit, dan sering kali disertai ketidaknyamanan emosional seperti rasa takut, cemas, atau mual. Intensitas nyeri dapat

ringan hingga sangat berat, bahkan pada beberapa kondisi dapat menimbulkan penderitaan yang membuat seseorang kesulitan untuk menahannya. Secara klinis, nyeri diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori, antara lain nyeri akut, nyeri kronis, nyeri neuropatik, dan nyeri somatik (Bahrudin, 2018).

Nyeri merupakan masalah yang sering dijumpai dan memiliki dampak signifikan pada individu usia lanjut. Kondisi ini kerap berkaitan dengan penurunan status kesehatan, meningkatnya keterbatasan fungsi, risiko kecacatan, depresi, gangguan tidur, demensia, hingga isolasi sosial. Meskipun nyeri bukanlah bagian alami dari proses penuaan, banyak lansia yang menganggapnya sebagai hal yang biasa terjadi. Secara umum, angka kejadian nyeri meningkat seiring dengan bertambahnya usia (Pany & Boy, 2019).

Jika dilihat dari lamanya berlangsung, nyeri dapat diklasifikasikan menjadi nyeri akut dan kronis. Nyeri akut merupakan respons tubuh terhadap kerusakan jaringan atau ancaman cedera, dengan durasi yang relatif pendek umumnya kurang dari tiga bulan dan tidak memberikan efek jangka panjang terhadap kualitas hidup. Jenis nyeri ini biasanya menjadi tanda awal adanya masalah kesehatan dan sering kali tidak memerlukan penanganan medis khusus. Nyeri akut dapat disertai perubahan fisiologis seperti peningkatan tekanan darah, denyut jantung, laju pernapasan, pelebaran pupil, serta peningkatan ketegangan otot. Fungsi utama nyeri akut adalah sebagai sinyal peringatan bagi tubuh untuk menghindari atau melindungi diri dari sumber bahaya (Pany & Boy, 2019).

2.2.2 Jenis-Jenis Nyeri

Nyeri dapat diklasifikasikan berdasarkan durasinya, yang secara umum terbagi menjadi dua jenis utama, yaitu nyeri akut dan nyeri kronis :

- A. Nyeri akut adalah pengalaman yang menyakitkan baik secara fisik maupun emosional, yang muncul akibat kerusakan jaringan yang nyata atau berpotensi terjadi. Nyeri ini biasanya muncul dengan cepat dan berlangsung dalam waktu yang relatif singkat, serta sering kali menjadi masalah utama yang dihadapi pasien di berbagai layanan kesehatan, terutama di Unit Gawat Darurat. Nyeri akut terjadi sebagai reaksi terhadap cedera, peradangan, atau kondisi patologis tertentu dan berperan sebagai mekanisme pelindung tubuh. Namun, jika tidak ditangani dengan baik, hal ini dapat menyebabkan masalah lebih lanjut, seperti meningkatnya rasa sakit, stres emosional, kecemasan, gangguan proses penyembuhan, berkurangnya kepuasan pasien, bahkan bisa berisiko berkembang menjadi nyeri kronis. Oleh karena itu, nyeri akut dianggap sebagai indikator yang sangat penting dalam menilai kualitas perawatan keperawatan dan memerlukan evaluasi yang cepat, pemilihan intervensi yang tepat, serta penanganan yang segera dan efisien sesuai dengan standar prosedur operasional demi meningkatkan kenyamanan dan hasil klinis pasien (Ode Irman, 2025).
- B. Nyeri kronis adalah suatu kondisi ketidaknyamanan yang berlangsung terus-menerus selama lebih dari tiga bulan dan berbeda dari nyeri akut yang berfungsi sebagai indikator adanya kerusakan pada jaringan. Dalam kasus nyeri kronis, rasa sakit tidak lagi berfungsi sebagai sinyal peringatan tetapi berubah menjadi masalah yang menetap dan rumit. Berdasarkan studi yang telah dibahas, nyeri kronis tidak hanya terkait dengan aspek fisik, tetapi juga melibatkan faktor emosional, psikologis, dan sosial yang saling mempengaruhi. Nyeri ini bisa berasal dari berbagai sumber, seperti nyeri muskuloskeletal (contohnya nyeri punggung bawah), nyeri akibat peradangan, nyeri neuropatik yang disebabkan oleh kerusakan saraf, nyeri viseral, atau kombinasi dari beberapa jenis nyeri. Penderita nyeri kronis

sering merasa sangat cemas, putus asa, dan beranggapan bahwa nyeri sulit untuk diatasi disebabkan oleh pengalaman terapi yang sebelumnya tidak berhasil. Hal ini dapat menyebabkan stres, depresi, penurunan aktivitas fisik, keterbatasan dalam fungsi sosial, serta penurunan kualitas hidup secara keseluruhan (Sari, 2017).

2.2.3 Mekanisme Timbulnya Nyeri pada gout Arthritis

Mekanisme munculnya rasa sakit pada pasien dengan arthritis gout sangat berhubungan dengan kegiatan metabolisme purin dalam tubuh. Purin adalah senyawa yang secara alami dihasilkan dari aktivitas seluler dan konsumsi jenis makanan tertentu. Di dalam tubuh, purin akan dipecah melalui serangkaian proses enzimatik yang akhirnya menghasilkan asam urat sebagai hasil akhir dari metabolisme. Asam urat kemudian dibawa melalui aliran darah dan dikeluarkan oleh ginjal melalui urin. Namun, jika ada peningkatan dalam produksi asam urat atau penurunan dalam kemampuan ginjal untuk mengeluarkannya, maka kondisi hiperurisemia akan terjadi (Fia et al., 2022).

Kadar asam urat yang tinggi dalam darah dapat memicu terbentuknya penumpukan kristal asam urat, terutama di dalam cairan serta jaringan sendi. Endapan kristal ini akan memicu reaksi inflamasi pada sendi yang menyebabkan peradangan yang disebut sebagai arthritis gout. Proses peradangan inilah yang menjadi penyebab utama munculnya rasa sakit, pembengkakan, kemerahan, dan keterbatasan gerakan pada orang yang mengidap gout. Dengan demikian, peningkatan kadar asam urat sebagai produk akhir metabolisme purin memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan dan munculnya rasa nyeri pada arthritis gout (Widyanto & Fandi., 2017).

2.3 Terapi Air Rebusan Daun Salam

2.3.1 Pengertian Terapi Air Rebusan Daun Salam

Terapi air rebusan daun salam merupakan salah satu bentuk pengobatan tradisional yang memanfaatkan hasil rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum* Wight) sebagai media terapi alami untuk membantu menurunkan kadar asam urat dalam tubuh. Terapi ini dilakukan dengan cara mengonsumsi air hasil rebusan daun salam secara teratur. Daun salam telah lama dikenal sebagai tanaman herbal yang mengandung berbagai senyawa bioaktif seperti minyak atsiri, tanin, dan flavonoid yang berfungsi menjaga keseimbangan metabolisme tubuh (Mulyani et al., 2025).

Kandungan zat aktif pada daun salam memiliki peran penting dalam menghambat proses pembentukan asam urat di dalam tubuh. Senyawa flavonoid dan tanin dalam daun salam bekerja dengan cara menghambat aktivitas enzim xantin oksidase, yaitu enzim yang berperan dalam proses metabolisme purin yang menghasilkan asam urat. Dengan terhambatnya enzim ini, produksi asam urat dalam darah dapat dikurangi, sehingga kadar asam urat yang tinggi dapat kembali ke batas normal. Hal ini menunjukkan bahwa daun salam bukan hanya berfungsi sebagai bumbu dapur, tetapi juga memiliki potensi terapeutik yang signifikan dalam bidang kesehatan, terutama untuk penderita asam urat (Sri Wulandari et al., 2023).

2.3.2 Mekanisme Kerja Terapi Air Rebusan Daun Salam

Daun salam memiliki berbagai mekanisme yang berperan dalam menurunkan kadar asam urat dalam tubuh. Salah satunya adalah kemampuannya meningkatkan produksi urin diuretik, sehingga proses pengeluaran asam urat melalui ginjal menjadi lebih cepat dan konsentrasi asam urat dalam darah menurun. Selain itu, daun salam juga memiliki sifat antiinflamasi yang membantu meredakan peradangan pada kondisi hiperurisemia dan gout, yang sering muncul akibat penumpukan kristal monosodium

urat di persendian. Kandungan antioksidannya berfungsi melindungi sel tubuh dari stres oksidatif, yang dapat memperburuk kadar asam urat. Lebih jauh, daun salam juga memberikan efek positif pada metabolisme lipid dan glukosa melalui aktivitas antikolesterol dan antidiabetik, sehingga mendukung keseimbangan metabolik tubuh dan secara tidak langsung membantu menurunkan kadar asam urat (Tari et al., 2018).

2.3.3 Kandungan Air Rebusan Daun Salam

Daun salam (*Syzygium polyanthum*) merupakan tanaman herbal yang banyak digunakan dalam pengobatan tradisional karena mengandung senyawa bioaktif seperti flavonoid, tanin, dan minyak atsiri yang memiliki efek farmakologis. Flavonoid berperan sebagai antioksidan dan antiinflamasi dengan menghambat enzim proinflamasi seperti siklooksigenase (COX-2), sehingga dapat menurunkan nyeri dan peradangan. Tanin memiliki sifat antiinflamasi yang membantu mengurangi pembengkakan, sedangkan minyak atsiri berperan sebagai analgesik. Selain itu, kandungan vitamin dan mineral dalam daun salam turut mendukung proses perbaikan jaringan dan mengurangi stres oksidatif. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa daun salam berpotensi memiliki efek antihiperurisemia, sehingga dapat membantu menurunkan kadar asam urat dan mengurangi risiko kekambuhan nyeri pada penderita gout arthritis (Harismah et al., 2024).

2.3.4 Faktor Risiko Gout Arthritis

Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap peningkatan kadar asam urat adalah indeks massa tubuh. Individu dengan indeks massa tubuh mengalami kelebihan berat badan cenderung memiliki kadar asam urat lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang memiliki berat badan normal (Aulia Lubis & Cinta Lestari, 2020).

Selain faktor berat badan, usia, dan jenis kelamin, risiko terjadinya gout arthritis juga dapat dipengaruhi oleh gaya hidup serta kondisi kesehatan tertentu. Pola konsumsi

makanan yang mengandung kadar purin tinggi seperti daging merah, jeroan, makanan laut, dan minuman beralkohol dapat meningkatkan produksi asam urat dalam tubuh. Selain itu, penyakit seperti obesitas, diabetes melitus, dan hipertensi turut menjadi faktor risiko karena dapat mengganggu metabolisme purin serta menurunkan kemampuan ginjal dalam membuang asam urat (Aulia & Cinta, 2020).

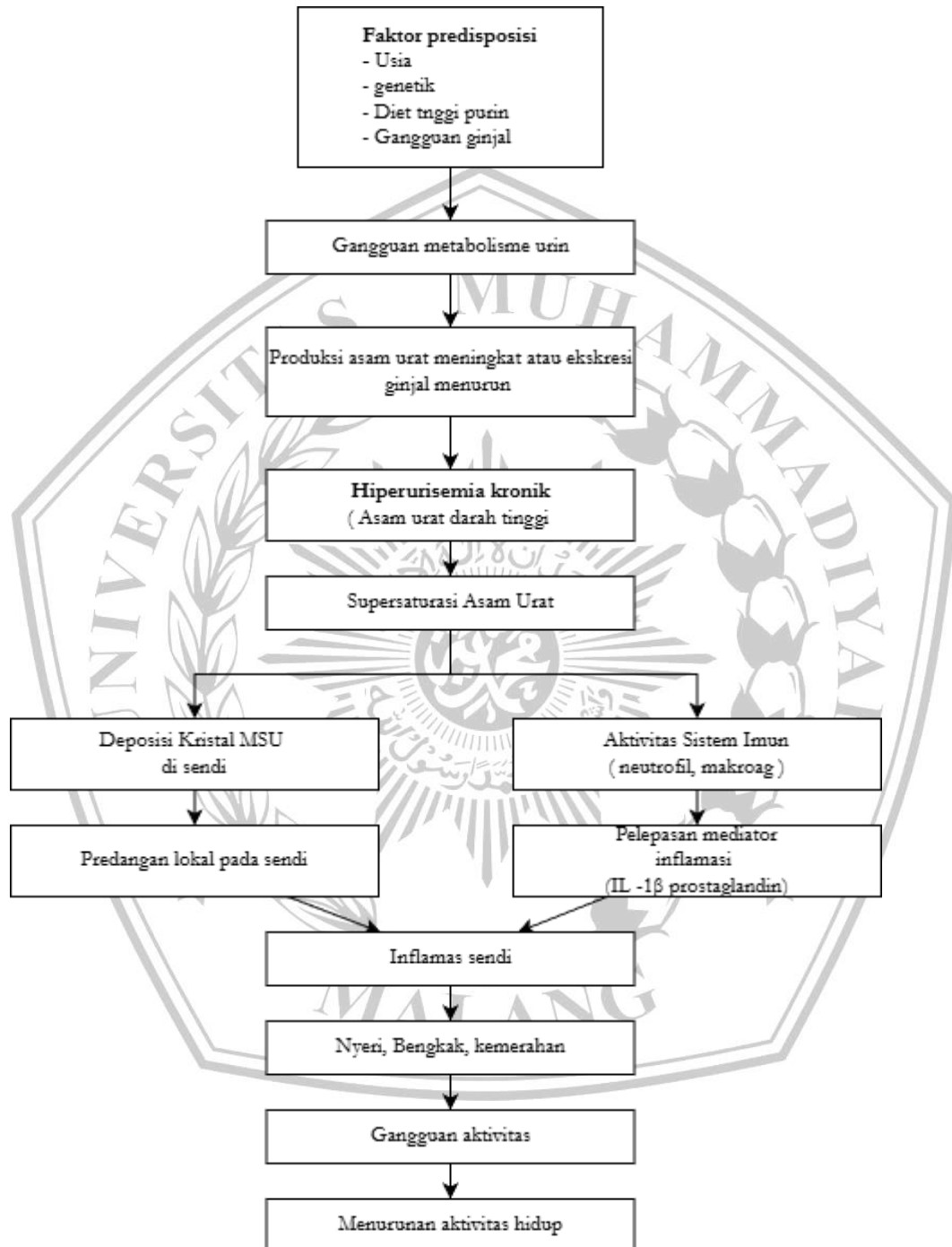
Kadar asam urat yang tinggi atau hiperurisemia juga dapat menimbulkan gangguan pada fungsi endotel pembuluh darah akibat peningkatan stres oksidatif dan aktivasi sistem renin-angiotensin-aldosteron, yang pada akhirnya berpotensi menimbulkan komplikasi seperti hipertensi dan penyakit kardiovaskular (Maruhashi et al., 2018).

2.3.5 Mekanisme Timbulnya Nyeri pada Asam Urat

Nyeri pada penderita asam urat atau gout arthritis muncul akibat peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia), yang menyebabkan pembentukan kristal monosodium urat (MSU) di cairan dan jaringan sendi. Saat kadar asam urat melebihi ambang normal (lebih dari 6 mg/dL), zat ini mengalami kristalisasi dan mengendap di persendian. Endapan kristal tersebut dianggap sebagai benda asing oleh sistem kekebalan tubuh, sehingga memicu reaksi peradangan. Aktivasi sel imun, seperti makrofag dan neutrofil, menimbulkan pelepasan mediator inflamasi, termasuk interleukin-1 β (IL-1 β), prostaglandin, dan sitokin proinflamasi. Mediator ini menyebabkan pelebaran pembuluh darah, peningkatan permeabilitas kapiler, serta pembengkakan jaringan, yang akhirnya menimbulkan gejala peradangan berupa kemerahan, rasa panas, pembengkakan, dan nyeri hebat pada sendi. Semakin tinggi kadar asam urat, semakin besar risiko terjadinya peradangan sendi gout, yang dapat meningkat 15–43 kali dibandingkan individu dengan kadar normal. Dengan demikian, nyeri pada asam urat disebabkan oleh kombinasi antara deposisi kristal urat dan

respons inflamasi tubuh terhadap kristal tersebut (Fia et al., 2022; Kasper, 2016; Roddy, 2014).

2.3.6 Patofisiologi Gouth Arthritis



Sumber : (Sumarya & Suanda, 2021)

2.4 Konsep Pengalaman Pasien

2.4.1 Definisi Pengalaman Pasien

Pengalaman pasien merujuk pada persepsi subjektif yang dialami lansia selama proses menghadapi penyakit, menerima perawatan, dan berinteraksi dengan tenaga kesehatan. Hal ini mencakup perasaan, pandangan, serta respons pasien terhadap nyeri sendi yang disebabkan oleh gout arthritis, termasuk terhadap intervensi keperawatan seperti senam ergonomik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien mengalami penurunan intensitas nyeri, peningkatan kemampuan bergerak, dan perbaikan pola tidur setelah mengikuti intervensi tersebut. Memahami pengalaman pasien penting untuk membantu tenaga keperawatan memberikan asuhan yang lebih empatik, efektif, dan sesuai kebutuhan individu. Dengan demikian, pengalaman pasien mencerminkan tidak hanya perubahan fisik, tetapi juga persepsi emosional dan sosial yang memengaruhi kepuasan serta kualitas hidup lansia penderita gout arthritis (Zalila et al., 2022).