

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyakit tidak menular (PTM) merujuk pada kelompok penyakit atau kondisi medis yang tidak dapat ditularkan antar individu melalui kontak fisik atau cara lainnya. Kasus penyakit kronis atau tidak menular sebagian besar yang disertai peningkatan kadar asam urat dalam tubuh umumnya terjadi di negara-negara dengan pendapatan nasional rendah hingga menengah. Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), PTM menyumbang sekitar 68% dari total kematian global pada tahun 2012 (Adinda dkk., 2024).

Penyakit tidak menular umumnya berlangsung lama dan cenderung berkembang seiring waktu. Asam urat atau *arthritis gout* adalah salah satu jenis penyakit tidak menular. *Hiperuricemia* merujuk pada peningkatan kadar asam urat dalam darah. Kondisi ini dapat menyebabkan *arthritis gout*, yaitu peradangan pada sendi yang terjadi akibat penumpukan asam urat. *Arthritis gout* dapat mengganggu aktivitas seseorang dan berpotensi menurunkan produktivitas kerja. Serangan asam urat terjadi secara mendadak, berulang, dan disertai dengan *arthritis* yang sangat nyeri pada sendi (Eka Novitayanti dan Betty Kusdhiarningsih, 2023).

Asam urat merupakan salah satu jenis penyakit radang sendi akibat adanya penumpukan kristal asam urat pada persendian seperti pada persendian lutut, pergelangan kaki, jari kaki dan paling sering dikeluhkan pada jempol kaki. Kondisi tersebut terjadi karena tingginya kadar asam urat dalam darah (*hiperurisemia*). Penyakit asam urat tetap menjadi masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia. Kenaikan kadar asam urat dalam darah tidak hanya menyebabkan *gout*, tetapi juga

menjadi salah satu faktor risiko utama kematian akibat kerusakan kardiovaskular. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan, seperti masih banyaknya orang yang mengonsumsi makanan tanpa memperhatikan kandungan gizi atau dampaknya terhadap kesehatan. Seiring waktu, jumlah penderita asam urat cenderung terus meningkat (Rodela Agnesia dkk., 2022). Kadar asam urat pada pria secara alami lebih tinggi dibandingkan wanita, karena wanita memiliki hormon estrogen yang membantu proses pembuangan asam urat melalui urin. Pada pria, kadar asam urat cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, sementara pada wanita, kadar asam urat mulai meningkat setelah menopause. Kadar normal asam urat pada wanita adalah kurang dari 6,0 mg/dl, sedangkan pada pria adalah kurang dari 7,0 mg/dl. Kadar asam urat yang melebihi nilai tersebut, dikategorikan mengalami *hyperuricemia* (Ulhasanah dkk., 2022).

Menurut World Health Organization, angka kejadian asam urat di dunia diperkirakan akan meningkat sebesar 34,2% di negara maju, dengan peningkatan di Amerika sebanyak 26,3%, serta 16% penderita diperkirakan dapat mengalami kecacatan dan nyeri berdasarkan data WHO dalam *Non-Communicable Disease Country Profile*. Prevalensi penderita penyakit asam urat di Indonesia pada usia 55-64 tahun adalah sekitar 45%, pada usia 65-74 tahun sekitar 51,9%, dan pada usia >75 tahun sekitar 54,8%. Tahun 2018, prevalensi *gout arthritis* di Indonesia mencapai sekitar 11,9%, dengan rincian Aceh sebanyak 18,3%, Jawa Barat 17,5%, dan Papua 15,4%. Berdasarkan gejala *gout arthritis*, prevalensi di Nusa Tenggara Timur mencapai 33,1%, di Jawa Barat 32,1%, dan di Bali 30%. Handayani dkk., 2024, menyatakan bahwa prevalensi penyakit asam urat di Indonesia semakin

mengalami peningkatan, Prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Indria Putri Utina dkk., 2023). Berdasarkan hasil Studi Pendahuluan yang dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan di salah satu banjar wilayah kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan dengan wawancara kepada masyarakat yang hadir pada posyandu didapatkan bahwa dari 20 orang yang memiliki penyakit asam urat terdapat 35% (7 orang) yang mengalami nyeri pada persendian lutut dan peneliti menggunakan 2 pasien yang melakukan kunjungan dengan kadar asam urat melebihi batas normal pada tanggal 13 April 2025 bahwa kedua pasien tersebut mengeluh nyeri pada kedua lututnya.

Asam urat tidak membahayakan kesehatan manusia apabila dalam batas normal. Kelebihan (*hiperurisemia*) atau kekurangan (*hipourisemia*) kadar asam urat dalam plasma darah dapat menjadi indikasi adanya penyakit pada tubuh manusia. Faktor etiologi dari *hiperurisemia* dan beberapa faktor risiko lainnya seperti pola makan tidak terjaga, penggunaan alkohol, faktor genetik, obat-obatan dapat membuat seseorang lebih rentan terhadap penyakit asam urat (Singh and Gaffo, 2020). Rasa nyeri adalah gejala penyakit *gout* yang paling sering mendorong seseorang mencari bantuan medis. Nyeri ini sangat mengganggu dan lebih menyulitkan banyak orang dibanding penyakit lain. Penyakit ini dapat menyebabkan bagian tubuh yang terserang mengalami pembengkakan dan peradangan (Pillinger and Mandell, 2020). Prevalensi individu sebanyak 3,3%

dilaporkan mengalami keluhan nyeri sendi akibat peningkatan kadar asam urat. Intensitas nyeri yang dirasakan umumnya meningkat secara bertahap dan mencapai puncaknya dalam waktu 8 hingga 12 jam. Pada serangan pertama, biasanya hanya satu sendi yang terlibat, dengan lokasi yang paling sering terkena adalah pangkal ibu jari kaki (sekitar 90%). Sendi lainnya yang juga dapat terpengaruh meliputi pergelangan kaki, lutut, pergelangan tangan, jari tangan, dan siku dan merasakan nyeri hebat hingga mengalami kesulitan berjalan atau memakai sepatu (Utami dan Efkelin, 2022).

Upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan kadar asam urat dalam darah dan rasa nyeri yang dirasakan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu secara farmakologis dan non-farmakologis. Salah satu cara untuk mengatasi nyeri secara non farmakologis adalah dengan melakukan *stretching exercise*, yang merupakan jenis terapi latihan yang dapat mempercepat proses penyembuhan dari cedera atau penyakit tertentu. Terapi ini melibatkan gerakan tubuh yang dilakukan baik secara aktif maupun pasif. *Stretching* sendiri adalah aktivitas yang bertujuan untuk meregangkan otot guna meningkatkan fleksibilitas otot dan rentang gerakan pada persendian (Stove *et al.*, 2024).

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2019 bahwa Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) adalah fasilitas pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perseorangan tingkat pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif di wilayah kerjanya. Upaya kesehatan adalah setiap kegiatan atau serangkaian kegiatan yang dilakukan secara terpadu, terintegrasi dan berkesinambungan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan

masyarakat dalam bentuk pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan, pengobatan penyakit dan pemulihan kesehatan. Usaha yang dilakukan pemerintah dalam upaya menangani masalah PTM adalah dengan mengadakan Pos Pembinaan Terpadu (POSBINDU) PTM dengan fokus pencegahan dan pengendalian PTM yang diutamakan untuk menjaga agar masyarakat tetap sehat dan terhindar dari faktor perilaku berisiko. UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan juga mengadakan kegiatan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) setiap 1 bulan sekali dalam upaya untuk mendorong masyarakat penyandang penyakit kronis mencapai kualitas hidup optimal (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Ningrum dkk (2023) didapatkan hasil evaluasi pemberian latihan *stretching exercise* pada Ny. S selama 3 hari dalam seminggu pada pagi hari 30 menit sebelum makan dengan durasi perlakuan selama 15 menit yang difokuskan pada ekstremitas bawah menunjukkan adanya penurunan skala nyeri pada pasien yaitu skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 4 dari skala nyeri 0-10. Setelah dilakukan latihan *stretching exercise* nyeri akut yang dirasakan Ny. S berkurang dan telah dibuktikan data pengkajian PQRST sebelum latihan *stretching exercise* dan sesudah latihan *stretching exercise*.

Berdasarkan hasil implementasi pada Ny. H selama 4 kali kunjungan efektif dalam mengurangi nyeri sendi dengan demonstrasi *stretching exercise*. Skala nyeri yang dirasakan Ny. H awalnya berada pada skala 7 (nyeri berat) dan menurun 1 poin setiap kali melakukan *stretching exercise* dengan frekuensi 1 kali sehari. Pada pertemuan ke-4, skala nyeri yang dirasakan Ny. H turun menjadi skala 3 (nyeri

ringan) (Delia dkk., 2024). Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa *stretching exercise* berpengaruh dalam menurunkan rasa nyeri pada penderita *gout arthritis*.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rahmiati dan Yelni (2018) yang dilakukan pada 33 lansia di Gampong Bayu, Aceh Besar yang mengalami nyeri sendi lutut dengan pemberian *stretching exercise* selama 2 minggu dengan frekuensi seminggu 3 kali sehingga total perlakuan sebanyak 6 kali. Hasil penelitian terdapat perbedaan skala nyeri sendi lutut sebelum dan sesudah diberikan *stretching exercise* pada lansia dengan *p value* 0,014 sehingga *stretching exercise* dapat digunakan sebagai salah satu terapi alternatif untuk mengurangi rasa nyeri pada sendi.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis ingin mengetahui bagaimanakah analisis Praktik Klinik Keperawatan pada pasien Asam Urat dengan *stretching exercise* terhadap penurunan rasa nyeri akibat kadar asam urat yang tinggi di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang didapatkan yaitu “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Dengan *Stretching Exercise* pada Pasien Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini bertujuan untuk mengetahui penerapan kasus kelolaan pasien asam urat dengan *stretching exercise*

terhadap rasa nyeri akibat kadar asam urat yang tinggi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengkajian asuhan keperawatan nyeri akut dengan pemberian *stretching exercise* pada pasien asam urat.
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada pasien asam urat dengan nyeri akut.
- c. Menetapkan rencana asuhan keperawatan pada pasien asam urat dengan nyeri akut.
- d. Melakukan implementasi keperawatan pemberian *stretching exercise* pada pasien asam urat dengan nyeri akut.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pemberian *stretching exercise* pada pasien asam urat dengan nyeri akut.
- f. Menganalisis hasil pemberian *stretching exercise* pada pasien asam urat dengan nyeri akut.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi mengenai *stretching exercise* terhadap penurunan rasa nyeri.
- b. Hasil karya Ilmiah ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pengembangan pembelajaran khususnya dibidang keperawatan terkait pemberian *stretching exercise* pada pasien asam urat.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan pengembangan informasi bagi institusi pendidikan mengenai pemberian intervensi *stretching exercise* pada pasien asam urat.
- b. Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi masyarakat terkait pemberian intervensi *stretching exercise* pada pasien asam urat.

E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah

Karya ilmiah ini menggunakan rancangan studi kasus yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif dengan 2 kasus kelolaan pada pasien asam urat dengan nyeri akut di wilayah UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan. Penelitian diawali dengan menentukan sampel, melakukan pengkajian asuhan keperawatan, merumuskan diagnosis keperawatan, menetapkan rencana asuhan keperawatan, melakukan implementasi keperawatan, melakukan evaluasi keperawatan, menganalisis data serta menyajikan data.

Pengambilan kasus kelolaan dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini dilaksanakan di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan April 2025. Populasi dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah pasien asam urat di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan. Sampel pada penelitian ini adalah sampel yang sudah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dari karya ilmiah ini yaitu pasien asam urat tidak dengan kencing manis yang bersedia menjadi responden dengan menandatangani *inform consent* saat pengambilan data, pasien asam urat yang nilai kadar asam urat melebihi nilai batas normal (perempuan <6.0 gr/dL dan laki-laki <7.0 gr/dL), pasien asam urat

yang memiliki keluhan nyeri pada persendian. Kriteria eksklusi dari penelitian ini yaitu pasien asam urat dengan tingkat nyeri yang tidak tertahankan dan pasien asam urat dengan kencing manis.

Jenis data yang dikumpulkan dalam karya ilmiah ini berupa data primer (data pengkajian individu, data diperoleh dari subyek penelitian menggunakan lembar format pengkajian asuhan keperawatan) dan data sekunder (diperoleh melalui studi pendahuluan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan sehingga didapatkan jumlah penderita asam urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi wawancara, pemeriksaan fisik, observasi, dokumentasi.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar pengkajian asuhan keperawatan dari data biografi, riwayat kesehatan, pengkajian fisiologis, pengkajian psikologis, pengkajian status kognitif dan mental, pemeriksaan fisik *head to toe*, serta pemeriksaan penunjang. Pengumpulan data pada penelitian ini meliputi reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan atau verifikasi. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Analisa data dilakukan secara naratif dengan mengemukakan fakta, membandingkan dengan teori yang ada selanjutnya dituangkan dalam bentuk pembahasan.

Etika penyusunan karya ilmiah harus memahami prinsip prinsip etika penelitian karena subjek yang dipergunakan adalah manusia. Adapun hak-hak yang tidak boleh dilanggar meliputi *Autonomy* (menghormati arkat dan martabat manusia), *Confidentiality* (kerahasiaan), *Justice* (keadilan), *Beneficience* (berbuat baik) dan *Non maleficience* (tidak merugikan).