

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Lanjut usia merupakan fase terakhir dalam siklus kehidupan manusia, yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk menjaga keseimbangan kesehatan dan menghadapi stres fisiologis. Pada tahap ini, seseorang juga mengalami penurunan kemampuan fisik dan mental, serta kepekaan individu yang menurun (Kementerian Sosial Republik Indonesia, 2021). Jumlah penduduk lanjut usia di seluruh dunia terus meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2021, populasi lansia berusia  $\geq 65$  tahun tercatat sebanyak 761 juta jiwa dan diproyeksikan akan meningkat menjadi 1,6 miliar pada tahun 2050 (United Nations, 2021).

Pertumbuhan populasi lansia ini merupakan yang paling signifikan dibandingkan kelompok usia lainnya karena peningkatan angka harapan hidup dan penurunan angka kelahiran global. Di Indonesia, hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) mencatat bahwa persentase penduduk lansia ( $\geq 60$  tahun) meningkat dari 9,6% pada tahun 2019 menjadi 11,75% pada tahun 2023, atau sekitar 29 juta jiwa (BPS, 2023). Peningkatan ini diproyeksikan akan terus berlanjut hingga mencapai sekitar 19–20% dari total populasi Indonesia pada tahun 2045 (Katadata, 2021; Smeru, 2022). Pertumbuhan jumlah lansia ini berdampak pada tantangan baru dalam sistem pelayanan kesehatan, termasuk peningkatan kasus penyakit degeneratif seperti *gout arthritis*.

Proses penuaan memiliki dampak yang kompleks pada berbagai aspek kehidupan, baik pada tingkat individu maupun dalam konteks keluarga dan masyarakat, termasuk pada aspek kesehatan. Semakin tua usia seseorang, maka fungsi organ tubuhnya akan semakin menurun, sehingga tidak jarang lansia mengalami gangguan kesehatan, seperti asam urat (*gout arthritis*) yang merupakan salah satu kondisi kesehatan yang paling sering terjadi pada lansia (Rumawas, 2021).

Asam Urat (*gout arthritis*) adalah kondisi peradangan sendi yang disebabkan oleh gangguan metabolisme purin, yang ditandai dengan kadar asam urat darah yang tinggi. Kadar asam urat yang melebihi batas normal dapat menyebabkan penumpukan asam urat di sendi dan organ tubuh lainnya, menyebabkan nyeri, peradangan, dan kerusakan sendi. Jika tidak diatasi, kondisi ini dapat menyebabkan kecacatan sendi dan mengganggu aktivitas sehari-hari (Arif *et al.*, 2023). Kadar asam urat normal dapat bervariasi pada setiap individu, yaitu sekitar 3,5-7 mg/dl pada pria dan 2,6-6 mg/dl pada wanita (RJ *et al.*, 2023). Gejala khas *gout arthritis* meliputi nyeri, pembengkakan, dan tanda-tanda inflamasi pada sendi, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Khoirunnisa & Retnaningsih, 2021).

Berdasarkan data WHO tahun 2021 didapatkan prevalensi *gout arthritis* cukup besar dimana dari total populasi dunia setidaknya ada 34,2% orang yang mengalami *gout arthritis*, dengan jumlah 25% yang mempunyai keluhan, sedangkan sisanya tidak ada keluhan. Penderita penyakit asam urat diperkirakan terjadi pada 840 orang dari setiap 100.000 orang (Zuniawati, 2024). Berdasarkan data WHO dalam *Non- Communicable Disease Country Profile* bahwa penderita asam urat meningkat terutama di negara berkembang, salah satunya di negara Indonesia menunjukkan bahwa berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia, prevalensi asam urat sebesar 11,9%. Sedangkan berdasarkan gejala atau diagnosis sebesar 24,7%; berdasarkan karakteristik umur sebesar 54,8% terjadi pada usia  $\geq 75$  tahun, bahwa insiden asam urat lebih tinggi pada wanita dengan persentase sebesar 8,46%, dibandingkan laki – laki sebesar 6,13% (Handayani *et al.*, 2023). Data asam urat di Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2022 sebanyak 170 orang (Anisah & Arifah, 2024). Data Berdasarkan pelaporan di Puskesmas Pandak I Kabupaten Bantul, yang berada di 4 Dusun dalam waktu tahun 2024 sampai bulan Juni 2025 berjumlah 61 orang dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan.

Penyakit *gout* memiliki kemungkinan besar dipengaruhi oleh faktor keturunan dan lebih sering menyerang pria dewasa dibandingkan wanita. Hal ini terkait dengan kebiasaan pria dewasa yang lebih sering mengonsumsi

alkohol, sehingga mengurangi kemampuan tubuh untuk membuang asam urat melalui urin, menyebabkan penumpukan asam urat di persendian (Fitriani *et al.*, 2021). Gangguan yang ditimbulkan oleh *gout arthritis* dapat mempengaruhi produktivitas penderitanya, dengan gejala utama berupa rasa nyeri yang sangat hebat pada persendian yang terkena akibat penumpukan asam urat. Rasa nyeri ini dapat menyebabkan gangguan kualitas tidur dan komplikasi lainnya, seperti kerusakan sendi, terbentuknya tofi, penyakit jantung, batu ginjal, dan gagal ginjal (*nefropati gout*) (Rahmawati, 2023).

Menurut *International Association for the study of Pain*, nyeri adalah sebuah pengalaman sensorik dan emosional tidak menyenangkan yang diakibatkan dari kerusakan jaringan. Nyeri menjadi suatu alasan bagi individu untuk mencari bantuan keperawatan (Herdman *et al.*, 2021). Nyeri ini biasanya muncul pada satu sendi, terutama pada malam hari hingga pagi hari, dan dapat menyerang sendi lainnya seperti kaki, tangan, lutut, dan siku (Harahap *et al.*, 2022).

Penanganan yang cepat dan tepat sangat penting bagi penderita *Gout arthritis* untuk mencegah nyeri yang semakin parah dan kelumpuhan permanen. Penanganan yang efektif dapat mencegah kelumpuhan dan mengurangi nyeri dengan cara mencegah kekakuan pada persendian, melancarkan pembuluh darah, dan mencegah kerusakan sistem persarafan motorik. Oleh karena itu, penanganan nyeri yang tepat, baik melalui tindakan farmakologis maupun non-farmakologis, sangat diperlukan bagi pasien dengan *gout arthritis* untuk mencegah komplikasi yang lebih serius (Sihotang *et al.*, 2021). Terapi farmakologi melibatkan penggunaan obat-obatan seperti *NSAID*, *colchicine*, dan *corticosteroid*. Sementara itu, terapi non-farmakologi dapat dilakukan dengan menggunakan tanaman herbal, teknik relaksasi, dan kompres hangat. Tujuan dari terapi non-farmakologi adalah untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, dan mengurangi nyeri (Widiyanto *et al.*, 2020).

Pemberian kompres hangat dapat dikombinasikan dengan tanaman herbal seperti serai (*Cymbopogon Citratus*) untuk meningkatkan khasiatnya.

Serai merupakan tanaman yang kaya akan minyak atsiri, yang mengandung komponen antioksidan seperti sitronelal dan geraniol, serta komponen lain seperti *sitral*, *kavikol*, dan *eugenol*. Kombinasi kompres hangat dengan serai dapat memberikan efek yang lebih baik dalam mengurangi nyeri (Noviyanti *et al.*, 2023). Air serai memiliki sifat anti-inflamasi dan analgesik yang dapat membantu mengurangi nyeri. Dengan rasa pedas dan hangat, air serai dapat melancarkan sirkulasi darah dan menghilangkan rasa nyeri pada otot dan sendi, sehingga sangat bermanfaat untuk penderita *arthritis*, kelelahan otot, dan sakit kepala (Pebrianti & Sari, 2022). Kompres hangat serai juga efisien karena dapat dilakukan dengan mudah tanpa memerlukan peralatan khusus. Ini berarti kompres hangat serai dapat dilakukan di rumah atau di fasilitas kesehatan dengan biaya yang relatif rendah (Nurjannah & Rahmawati, 2024).

Penggunaan obat farmakologi pada nyeri jika dilakukan berlebihan dan dalam jangka waktu yang lama akan menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan dan merugikan seperti kecanduan dan overdosis (Suryadi, 2020). Tindakan mandiri perawat untuk membantu pasien dalam manajemen nyeri adalah dengan pemberian kompres hangat. Salah satu tindakan yang terbukti efektif untuk mengurangi nyeri secara non-farmakologi adalah dengan menghangatkan persendian yang sakit, yaitu dengan tindakan pemberian kompres hangat dikombinasikan dengan tanaman herbal untuk memberikan khasiat yang lebih, salah satunya dengan serai (serai) (Arif *et al.*, 2023). Khasiat tanaman serai mengandung minyak atsiri yang memiliki kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasa pedas dan panas yaitu mengandung anti radang (anti inflamasi) dan menghilangkan rasa nyeri sebagai analgesik (Pebrianti & Sari, 2022).

Penatalaksanaan *gout arthritis* di Puskesmas Pandak I selama ini masih didominasi oleh terapi farmakologis seperti pemberian obat *antiinflamasi nonsteroid (OAINS)* dan penurun kadar asam urat, tanpa adanya pendekatan sistematis terhadap terapi nonfarmakologis untuk manajemen nyeri. Meskipun edukasi kesehatan dan penyuluhan telah dilakukan, intervensi berbasis herbal

seperti kompres hangat air rebusan serai belum menjadi bagian dari protokol pelayanan rutin di puskesmas.

Beberapa penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Dwi Noviyanti *et al.* (2023) di Puskesmas Merdeka Palembang, menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat air rebusan serai efektif menurunkan nyeri pada pasien *arthritis gout*, dengan rerata penurunan dari skala 5 menjadi 3 dan hasil uji Wilcoxon menunjukkan signifikansi ( $p = 0,000$ ). Namun, penelitian tersebut belum mengintegrasikan pendekatan keperawatan komunitas dan tidak mengevaluasi keterlibatan keluarga dalam praktik mandiri di rumah.

Kebaruan dari penelitian ini terletak pada aplikasi langsung kompres hangat air rebusan serai pada lansia dengan nyeri *gout arthritis* di Puskesmas Pandak I, dengan pendekatan studi kasus keperawatan yang memfokuskan pada edukasi, keterlibatan keluarga, dan keberlanjutan praktik di rumah. Selain itu, penelitian ini menggunakan metode edukatif-partisipatif yang memperkuat kemandirian pasien dan keluarga dalam mengelola nyeri secara nonfarmakologis, sebagaimana disarankan dalam teori keperawatan komunitas dan didukung oleh hasil studi Arif *et al.* (2023) dan Oktavianti & Anzani (2021), yang menyatakan efektivitas kompres serai dalam menurunkan nyeri secara signifikan ( $p = 0,005$ ).

Berdasarkan paparan tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang “Efektivitas Kompres Hangat Air Rebusan Serai (*Cymbopogon Cirtatus*) Dalam Mengurangi Nyeri Pada Pasien *Gout arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Pandak I”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat Efektivitas Kompres Hangat Air Rebusan Serai (*Cymbopogon Cirtatus*) Dalam Mengurangi Nyeri Pada Pasien *Gout arthritis* Di Wilayah Kerja Puskesmas Pandak I?

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas kompres hangat air rebusan serai (*cymbopogon citratus*) dalam mengurangi nyeri pada pasien *gout arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Pandak I.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian nyeri pada pasien *gout arthritis* di Puskesmas Pandak 1.
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan fokus nyeri pada pasien *gout arthritis* di Puskesmas Pandak 1
- c. Melaksanakan penerapan kompres hangat air rebusan serai (*cymbopogon citratus*) dalam mengurangi nyeri pada pasien *gout arthritis* di Puskesmas Pandak 1
- d. Mengevaluasi penerapan kompres hangat air rebusan serai (*cymbopogon citratus*) dalam mengurangi nyeri pada pasien *gout arthritis* di Puskesmas Pandak 1.
- e. Mendokumentasikan penerapan kompres hangat air rebusan serai (*cymbopogon citratus*) dalam mengurangi nyeri pada pasien *gout arthritis* di Puskesmas Pandak 1.

### D. Manfaat Penelitian

Terkait dengan tujuan tugas akhir ini diharapkan dapat memberi manfaat :

#### 1. Bagi Perawat di Puskesmas Pandak I

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan pertimbangan dalam mengembangkan intervensi non-farmakologis untuk manajemen nyeri pada pasien *gout arthritis*, khususnya melalui terapi kompres hangat air rebusan serai.

#### 2. Bagi Pasien

Penelitian ini memberikan alternatif terapi yang alami, aman, dan mudah dilakukan secara mandiri di rumah untuk membantu mengurangi nyeri pada penyakit *gout arthritis*. Dengan demikian, pasien tidak hanya

bergantung pada obat-obatan, tetapi juga memiliki kendali terhadap manajemen nyeri yang mereka alami melalui pendekatan komplementer.

### 3. Bagi Keluarga

Keluarga sebagai pendamping pasien memiliki peran penting dalam mendukung keberlanjutan terapi di rumah. Penelitian ini memberikan edukasi kepada keluarga tentang cara merawat anggota keluarga yang mengalami nyeri akibat *gout arthritis*, serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam menerapkan terapi kompres hangat serai secara mandiri dan konsisten untuk mendukung pemulihan.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini mencakup observasi, wawancara, dan pengisian kuesioner NRS (*Numeric Rating Scale*). Observasi digunakan untuk memantau perkembangan latihan sebelum dan sesudah terapi, sementara wawancara dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi yang telah dilakukan. Kuesioner NRS (*Numeric Rating Scale*) digunakan untuk menilai kualitas nyeri.