BAB I
PENDAHULUAN

Proses menua secara individu mengakibatkan beberapa masalah baik masalah secara fisik, biologis, mental maupun sosial ekonomi. Seiring bertambahnya usia, khususnya pada pra lansia dan lansia, berbagai penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi, *rheumatoid arthritis*, dan asam urat mulai bermunculan, yang dapat mempengaruhi fungsi dan peran mereka dalam keluarga (Rosaria dan Bhamada, 2023). Asam urat atau *gout arthritis*, merupakan salah satu penyakit kronis yang umu terjadi pada lansia (Suandika et al., 2024).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) prevelensi *gout arthritis* berkisar 1-4% dari populasi umum, di negara barat laki-laki lebih tinggi yang menderita asam urat di bandingkan dengan perempuan yaitu sebesar 3- 6%. Sedangkan di beberapa negara, prevelensi dapat meningkat 10% pada laki-laki sedangkan perempuan meningkat 6% pada rentang usia ≥80 tahun. Pada insiden tahunan *gout arthritis* 2,68 per 1000 orang. Di seluruh dunia penyakit asam urat mengalami peningkatan yang diakibatkan karena kebiasaan makan buruk, diet makan rendah purin salah, kurangnya berolahraga, obesitas (Astutik, 2020). Di Inggris, Spanyol, dan Belanda populasi asam urat di atas 3%. Orang dewasa di amerika berusia di atas 20 tahun tercatat memiliki penyakit asam urat sebanyak 3,9% (Aini et al., 2023). Prevelensi gout artritis secara global belum menentu, namun di Amerika Serika angka prevalensi Gout artritis pada tahun 2019 sebanyak 807.552 orang (0,27%) dari 293.655.405 orang (World Health Organization, 2023). Menurut Organisasi Kesehatan (WHO), Indonesia memiliki jumlah pasien *gout arthritis* tertinggi di Asia, dengan prevalensi 81% (Urbaningrum et al., 2023).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (2023), sebagai sumber terbaru yang sejalan dengan Riskesdas: Prevalensi penyakit sendi (yang mencakup *gout arthritis*) di Indonesia adalah sekitar 7,30 % dari total penduduk pada 2023. Di Provinsi Jawa Tengah sendiri prevalensi penyakit asam urat mencapai 2,6 –

47,2%. *Gout arthritis* dapat menyebabkan penderita mengalami rasa nyeri yang hebat dan keterbataan aktivitas fisik, sehingga dapat berdampak pada kualtitas hidup penderita (Salmiyati et al., 2020). Berdasarkan Badan Pusat Statistik, (2025), prevalensi lansia di kota Surakarta pada tahun 2025 sebesar 84.326 jiwa. Prevalensi lansia di kelurahan ngoresan pada tahun 2025 sebanyak 5.516 jiwa. Jumlah lansia di RW 7 Kampung Petoran pada tahun 2025 sebanyak 103 jiwa. Prevalensi penderita asam urat pada tahun 2024 di puskesmas Ngoresan sebanyak 31 jiwa sedangkan pada tahun 2025 sebanyak 40 jiwa, prevalensi penderita asam urat di Kampung Petoran pada tahun 2025 sebanyak 4 penderita (Anggrain et al, 2025).

Seseorang yang mengkonsumsi makanan dengan tinggi purin akan mengalami kelebihan kadar asam urat. Penyakit asam urat disebabkan oleh banyak penyebab yang berbeda seperti banyak mengkonsumsi makanan yang tinggi purin dan kebiasaan makan yang menyebabkan kadar asam urat darah meningkat (Putri et al., 2023). Asam urat dapat menyebabkan rasa sakit yang luar biasa, bengkak, dan rasa terbakar di area persendian. Kondisi ini dapat terjadi pada persendian mana pun, termasuk jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan yang paling umum adalah jempol kaki (Novitasari dan Wibowo, 2023).

Penanganan pada *gout arthritis* terbagi menjadi dua yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi dapat dilakukan dengan memberikan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) dalam menghalangi proses produksi mediator peradangan ataupun dengan pemberian obat anti nyeri seperti, Indometasin 200mg/hari ataupun *diclofenac* 150mg/hari asalkan tidak ada kontraindikasi pada penderita. Upaya penanganan asam urat juga dapat dilakukan secara non farmakologi dengan senam ergonomik, melakukan kompres hangat, relaksasi otot progresif ataupun dengan melakukan kompres air hangat (Putri et al., 2023).

Pada penelitian Aminah et al., (2022) dengan jumlah sample 44 responden, menggunakan botol di isi air hangat 40-43 derajat celcius dilapisi kain dan diaplikasikan selama 20 dalam waktu 3 kali dalam satu minggu. Hasil penelitiannya diperoleh nyeri asam urat dapat diredakan dengan kompres

hangat. Hal ini di dukung penelitian Rizal dan Daeli, (2022) dan Murwani et al., (2022), menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres air hangat pada pasien *gout arthritis*. Kompres air hangat efektif untuk menurunkan skala nyeri pada pasien dengan *gout arthritis* karena dapat mengurangi spasme otot, merangsang nyeri, menyebabkan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah. Pembuluh darah akan melebar sehingga memperbaiki peredaran darah dalam jaringan tersebut. Manfaatnya dapat memfokuskan perhatian pada sesuatu selain nyeri, atau dapat tindakan pengalihan seseorang tidak terfokus pada nyeri lagi, dan dapat relaksasi.

Pada penelitian Putri et al., (2023), dengan jumlah sample 32 responden. Alat yang digunakan untuk melakukan penelitian yaitu *informed consent* adalah pernyataan kesediaan untuk menjadi peserta penelitian, SOP kompres hangat, botol kaca yang diisi air 40 derajat celcius, dilapisi handuk kecil, dilakukan selama 15-20 menit dan lakukan kompres ulang kembali jika nyeri tidak kunjung hilang, NRS *(Numeric Rating Scale)*, skala penilaian nyeri oleh lembar observasi.

Berdasarkan penelitian Putri et al., (2023) bahwa kompres hangat efektif mengurangi nyeri pada lansia penderita gout arthritis, sehingga memungkinkan untuk menggunakan metode non farmakologis dengan kompres hangat sendiri. Menggunakan kompres hangat juga dapat meningkatkan aliran darah ke area tersebut dan mempercepat penyembuhan serta mengurangi rasa sakit. Ini akan meningkatkan suplai asam dan nutrisi ke sel dan meningkatkan ekskresi sekresi. Peningkatan aktivitas sel mengurangi rasa sakit dan membantu penyembuhan luka. Dengan bantuan kompres hangat, pembuluh darah akan melebar sehingga aliran darah ke jaringan akan meningkat. Hal ini dibuktikan bahwa adanya perubahan tingkat nyeri akibat pengobatan yaitu kompres hangat.

Hasil penelitian Suandika et al., (2025), bahwa kegiatan edukasi interaktif tentang asam urat pada lansia di Purwokerto Timur efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai faktor risiko, gejala, serta pencegahan penyakit. Pendekatan ceramah dan diskusi yang disertai media *booklet* terbukti mampu menarik partisipasi aktif dan mempermudah

pemahaman. Edukasi berkelanjutan direkomendasikan sebagai strategi promotif dan preventif untuk mendorong penerapan perilaku hidup sehat dan menjaga kualitas hidup lansia.

Hasil penelitian Hafifa et al., (2024), bahwa *booklet* sebagai media edukasi dapat meningkatkan ketertarikan responden terhadap sebuah permasalahan hingga nantinya sampai ke tahap pemahaman. Media *booklet* yang diberikan kepada lansia merupakan media penyebaran informasi dengan pesan dan tampilan yang menarik. Apabila lansia tertarik akan visualisasi dari media *booklet*, maka akan ada perasaan terdorong untuk membaca dan memahami pesan yang disampaikan oleh media tersebut. Setelah pemahaman itu didapatkan, pembaca akan terdorong untuk berperilaku seperti pemahaman yang diharapkan dari *booklet* tersebut. Visualisasi *booklet* dari segi sampul, susunan isi, gambar-gambar yang menarik, pesan penting, serta bahasanya yang mudah dipahami akan membuat pembaca antusias dalam membaca dan mamahami. Penggunaan media *booklet* oleh keluarga dapat berperan untuk meningkatkan pemahaman, serta tindakan anggota keluarga untuk pencegahan penyakit menular pada lansia (Syanti et al., 2022).

Banyak media yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi mengenai edukasi kompres hangat sebagai upaya penurunan nyeri pada lansia *gout arthritis*, salah satu media yang dapat di gunakan yaitu media *booklet*. *Booklet* dengan judul "Kompres Hangat: Solusi Alami Penurunan Nyeri *Gout Arthritis*" berisi materi tentang pemberian kompres hangat sebagai upaya penurunan nyeri pada lansia *gout arthritis* dalam bentuk tulisan dan gambar, bagi pembaca yang kurang paham mengenai langkah-langkah kompres hangat dapat melihat gambar dan dapat menirukan langkah-langkah kompres hangat secara langsung.

Target luaran yang ingin dicapai yaitu *booklet* ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak diantaranya bagi penderita *gout arthritis* yaitu dapat menerapkan kompres hangat untuk menurunkan nyeri. Bagi masyarakat yaitu dapat menambah pengetahuan dan wawasan bahwa nyeri pada *gout arthritis* dapat dikontrol dengan melakukan kompres hangat.

Luaran yang dibuat dalam bentuk *booklet* dengan judul pemberian kompres hangat sebagai upaya penurunan nyeri pada lansia *gout arthritis.* Tujuan pemberian edukasi *booklet* ini dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan *gout arthritis* pada lansia dan bermanfaat bagi lansia karena praktis serta adanya materi yang menarik sehingga dapat membantu meningkatkan pemahaman lansia terhadap pengetahuan *gout arthritis*.