BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia tua adalah tahap akhir dari proses penuaan. Setiap orang akan mengalami proses penuaan, di mana seseorang mengalami penurunan fisik, mental, dan sosial secara bertahap. Penuaan adalah perubahan kumulatif pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan, dan sel, yang mengalami penurunan kapasitas fungsional.2024) Lansia merupakan seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut aging process atau proses penuaan. Meningkatnya jumlah lansia berarti akan bertambahnya masalah kesehatan pada lansia. Hal tersebut diakibatkan oleh adanya perubahan-perubahan fisiologis pada lansia. Berbagai masalah kesehatan pada lansia yang menjadi kondisi kronik adalah penyakit sendi atau arthritis rheumatoid (Silpiyani et al., 2023).

Penyakit gout (asam urat) merupakan penyakit yang disebabkan oleh tumpukan kristal asam urat pada jaringan, terutama pada jaringan sendi. Kadar rata-rata asam urat di dalam darah tergantung jenis kelamin dan usia. Seseorang yang sudah berusia lanjut biasanya lebih mudah untuk terkena asam urat. Asam urat adalah hasil proses metabolisme yang normal dihasilkan setiap individu dari pemecahan protein, terutama purin. Sumber purin yang akan dimetabolisme menjadi asam urat sebagian berasal dari makanan yang dikonsumsi (20%), tapi sebagian besar (>80%) adalah hasil metabolism sel yang terjadi terus-menerus sepanjang hari. Asam urat secara alamiah mempunyai peran yang sangat penting sebagai anti-oksidan, sehingga tetap perlu dipertahankan kadarnya di rentang normal dan tidak terlalu rendah. Kadar asam urat ini dipertahankan di rentang normal yaitu dibawah 6,8 mg/dL, terutama oleh kemampuan ginjal untuk membuang kelebihan asam urat serum (Tamri, 2025).

Data *World Health Organization* (WHO), menunjukkan bahwa Indonesia adalah negara dengan jumlah penduduk terbesar yang menderita

asam urat (Riskedas , 2018) menyajikan data berdasarkan kelompok usia, dimana prevalensi asam urat tercatat sebesar 11,1% pada kelompok usia 45-54 tahun, 15,5% pada kelompok usia 55-64 tahun, 18,6% pada kelompok usia 65-74 tahun, dan mencapai 18,9% pada kelompok usia 75 tahun ke atas (Safira & Kurniawati, 2022) . Data Prevalensi *Gout Arthritis* di dunia pada WHO (*World Health Organization*) sebanyak 34,2%. Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia mayoritas di alami oleh orang di atas usia 34 tahun termasuk didalamnya lansia sebsesar 68%.(Kemenkes, 2024).

Di Jawa Tengah prevelensi penyakit asam urat sebesar 6,78% (Kemenkes, 2024) di wilayah kabupaten Demak 20,6%, wilayah Karesidenan Surakarta sebanyak 4,96%, wilayah Klaten sebanyak 5,18%, wilayah Sukoharjo sebanyak 5,57 %, wilayah Tegal sebanyak 7.8% , Sedangkan wilayah Boyolali sebanyak 6,20 %. (Riskedas) tahun 2018.

Prevelensi radang sendi di jawa Tengah sebesar 26,4 % (profilKesehatan JawaTengah,2023) dengan salah satunya adalah gout atau asam urat berdasarkan data skrining kesehatan 2024 di wilayah Karanggede sebanyak 167, wilayah Tamansari sebanyak 139, wilayah Simo sebanyak 4 , sedangkan wilayah Teras ditemukan 22 sampel penderita asam urat berusia 60 tahun keatas (Dinkesboyolali,2024).

Gejala asam urat sering kali ditunjukkan dengan rasa sakit atau nyeri. Pada area persendian . Pada penderita *gout* asam urat yang berlebihan dalam darah menumpuk dan membentuk kristal di dalam sendi. Kristal ini dapat memicu peradangan yang menimbulkan gejala berupa nyeri dan bengkak(Allodokter, 2023) .Serangan pertama biasanya muncul pada sendi di pangkal jari kaki ,diikuti dengan pembengkakan sendi dan perubahan warna kulit di astasnya menjadi merah atau ungu ,terasa ketat , dan halus serta hangat ketika diraba dan menyakitkan dengan rasa nyeri juga mucul di area punggung bersaamaan dengan itu bisa muncul juga gejala ,seperti merasa dingin ,demam ,dan detak jantung yang meningkat (Silpiyani et al., 2023).

Nyeri menjadi keluhan utama yang dialami oleh penderita asam urat *(gout arthritis)* yang memengaruhi fungsi persendian dan mengganggu aktivitas

sehari-hari. Hal ini disebabkan oleh penumpukan kristal monosodium urat di dalam jaringan persendian. Kondisi *hiperurisemia* yang terjadi berdampak pada peradangan, nyeri yang intens, pembengkakan, serta keterbatasan gerak pada sendi, baik secara akut maupun kronis. Dalam mengatasi nyeri, umumnya dilakukan terapi dengan obat, tetapi semakin banyaknya efek samping obat dan kebutuhan terapi non-farmakologis yang aman serta terjangkau menjadi perhatian utama dalam praktik keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan pasien (Valensya, 2024)

Dampak nyeri pada penderita gout arthritis adalah penurunan kualitas hidup, gangguan mobilitas fisik , bengkak ,kemerehan ,serta keterbatasan fungsi Gerak sendi. Dampak tersebut meliputi nyeri kronis jika yang menganggu aktivitas sehari -sehari juga berisiko jika tidak ditangani dapat menyebabkan kerusakan sendi permanen (Adi Nugroho & Lusmiati Anisah, 2023). Penanganan nyeri pada penderita asam urat dapat melibatkan pendekatan farmakologis dan non farmakologis.secara farmakolgis pasien akan diberikan obat -obatan atau penghilang rasa sakit sedangkan manajemen nyeri non faramakologis pada nyeri penderita *gout arthiritis* biasanya dilakukan dengan relaksasi ,terapi music atau hydroterapi. Terapi nonfarmakologis lain yang bisa membantu untuk mengurangi nyeri pada penderita *gout arthritis* yang termasuk terapi kompelementer adalah kompres jahe merah (Safira & Kurniawati, 2022)

Pengobatan non-obat seperti kompres jahe hangat mulai diteliti lebih dalam karena jahe *(Zingiber officinale*) memiliki senyawa aktif yang dapat mengurangi peradangan dan menciptakan efek memanaskan. Ini membantu melebarkan pembuluh darah, meningkatkan aliran darah lokal, dan mengurangi respons nyeri. Untuk orang dengan gout, kompres jahe hangat diharapkan dapat mengurangi intensitas rasa sakit secara non-invasif, sehingga membantu meningkatkan kualitas hidup pasien.(Musta'in Musta'in et al., 2023).

Terapi kompres jahe merah hangat dapat diberikan untuk mengurangi nyeri sendi karena jahe merah memiliki sifat pedas, pahit dan aromatic dari oleoresin seperti *zingeron, gingerol* dan *shogaol*. oleh kandungan *gingerol, shogaol,* dan *zingeron* dalam jahe merah yang memiliki karakteristik

antiinflamasi, analgesik, dan antioksidan. Selain itu, efek hangat dari kompres berperan dalam meningkatkan aliran darah, memperlebar pembuluh darah, mengurangi kaku pada sendi, dan mengurangi ketegangan otot. Olerasin memiliki potensi anti-inflamasi dan antioksidan yang kuat. Kandungan air dan minyak yang tidak mudah menguap pada jahe berfungsi sebagai faktor yang dapat meningkatkan permeabilitas, olerasin dapat menembus kulit tanpa menyebabkan iritasi atau kerusakan hingga ke sirkulasi perifer Oleh karena itu, kompres jahe merah yang hangat dapat diterapkan sebagai metode terapi nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, memiliki sedikit efek samping, dan ampuh sebagai tambahan pengobatan bagi mereka yang menderita gout arthritis. (Ariyanto, 2021).

Bahan yang bisa digunakan dalam kompres yang dapat memberikan rasa hangat salah satunya adalah jahe. Jahe memiliki kandungan bernama *olerasin* seperti *zingeron, gingerol*, dan *shagaol,* yang memberikan rasa pedas, pahit, dan aromatik. *Zingeron* atau *olerasin* memiliki sifat anti-inflamasi, analgetik, dan antioksidan yang kuat. *Zingeron* dapat menghambat produksi *prostalglandin,* sehingga membantu mengurangi rasa sakit nyeri dan peradangan.(Kurniawati, 2022).

Berdasarkan penelitian sebelumnya kompres jahe merah ternyata efektif untuk mengurangi nyeri pada penderita asam urat karena dapat menurunkan skala nyeri pada asam urat hal tersebut ditunjang dari penelitian hasil penelitian(Pranata Rama et al., 2026) menunjukkan skala nyeri sebelum intervensi seluruh responden 15 orang (100%) mengalami nyeri sedang dan nyeri ringan 0%.setelah diberikan kompres jahe merah sebanyak 3 kali selama 3 hari berturut – turut seluruh responden(100%) mengalami perubahan 14 orang (93,3%) nyeri ringan 1 orang (6,7%) nyeri sedang. Hasil uji statistic *Wilcoxon dan Man -Whitney* hasil penelitian menunjukkan nilai p =0,000 adanya penurunan yang signifikan yang berati terdapat pengaruh signifikan kompres jahe merah hangat terhadap penurunan nyeri asam urat

Berdasarkan uraian latar belakang kompres hangat jahe merah dipilih sebagai terapi non farmakologis karena jahe merah mudah didapatkan disekitar

dan jumlah lansia dengan keluhan nyeri sendi yang cukup tinggi di wilyah Boyolali salah satunya di Teras

Berdasarkan studi pendahuluan pada 27 april 2026 pada 15 lansia penderita asam urat di dapatkan bahwa seluruh lansia mengatakan sering merasa nyeri. 3 orang penderita mengatakan ketika nyeri terasa mereka mengatakan tidak melakukan pengobatan apapun hanya didiamkan saja. 12 penderita melakukan terapi non farmakologis dengan meminum serai. Seluruh responden mengatakan belum pernah melakukan kompres hangat jahe merah.

Berdasarkan uraian diatas , penulis tertarik untuk melakukan penerapan dengan judul "Penerapan Kompres Jahe Hangat Terhadap Nyeri Asam Urat pada Lansia". Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi masyarakat sekitar sebagai salah satu alternatif terapi nonfarmakologis yang mudah, murah, dan dapat dilakukan secara mandiri untuk membantu mengurangi nyeri akibat asam urat pada lansia

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimanakah Penerapan Kompres Hangat Jahe MerahP\ Pada Nyeri Penderita Asam Urat Sebelum Dan Sesudah Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

   Peneliti dapat mendeskripsikan pengaruh penerapan kompres jahe hangat terhadap nyeri pada penderita asam urat

2. Tujuan khusus :
   a. Mendeksripsikan hasil skala nyeri sendi sebelum dilakukan kompres jahe
   b. Mendeksripsikan hasil skala nyeri sendi sesudah dilakukan kompres jahe
   c. Mendeksripsikan hasil perbandingan skala nyeri sendi 2 responden sebelum dan sesudah di kompres jahe

D. Manfaat

1. Bagi penulis :

   Meningkatkan wawasan serta pengetahuan dalam pengurangan nyeri asam urat untuk pencegahan nyeri lebih lanjut serta mempercepat proses penyembuhan sehingga tidak ada komplikasi lebih lanjut

2. Bagi Masyarakat :
   a. Dapat menambah wawasan di Masyarakat dan peneliti berharap masyarakat mengetahui cara memberikan informasi tentang pengurangan nyeri asam urat
   b. Dapat membantu dalam upaya pengendalian serangan berulang yang mengakibatkan komplikasi