

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Penyakit *gout arthritis* semakin tahun semakin meningkat, *gout arthritis* dikenal luas juga penyakit radang sendi terutama pada usia dewasa, peningkatan kadar asam urat yang disebabkan karena penumpukan kristal – kristal di dalam tubuh, khususnya pada daerah persendian. *Gout arthritis* biasanya sering terkena pada laki - laki dibandingkan perempuan berkisar antara 3 - 7,2 mg/dl, dan wanita 2 - 6 mg/dl. Selain itu faktor – faktor peningkatan kadar asam urat dikarenakan kurangnya aktifitas fisik seperti olahraga atau senam (Selvia & Wahyuni, 2022).

Kondisi penumpukan kristal – kristal tersebut jika dibiarkan secara terus menerus akan mengakibatkan berbagai macam komplikasi seperti kerusakan sendi, gangguan pergerakan serta dapat terjadinya batu ginjal yang akan mempengaruhi kualitas hidup penderita (Rohma, 2021). Pengaruh penurunan kualitas hidup terutama pada wanita akan mengalami kualitas hidup lebih buruk dibandingkan pada laki – laki, biasanya akan berubah ketika mengalami peningkatan pada kadar asam urat yang mengakibatkan rasa nyeri, sehingga berdampak pada psikologis yang dapat mengganggu dalam aktifitas dan kenyamanan penderita (Salmiyati, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO), *gout arthritis* di dunia berjumlah sebanyak 34,2% *gout arthritis* sendiri sering terjadi dinegara maju seperti Amerika. Prevalensi *gout arthritis* di Negara Amerika sebesar 26,3% dari

total pendudukan itu sendiri. Meningkatkan terjadinya *gout arthritis* tidak hanya terjadi dinegara maju saja. Namun, peningkatannya juga terjadi di negara berkembang, salah satunya seperti Negara Indonesia. Prevalensi *gout arthritis* di Indonesia diperkirakan sebesar 45% pada usia 55 -64 tahun, dan pada usia 65 – 74 tahunan berkisar 51,9%, serta usia lebih dari 75 tahun berkisar 54,8% (Lindawati et al., 2023). Prevalensi penyakit *gout arthritis* di Provinsi Jawa Timur didapatkan persentase sebesar 6,72% dari penduduk 15 tahun keatas (Kemenkes, 2018).

Prevalensi penyakit *gout arthritis* juga ada di Kabupaten Lamongan yang termasuk ke dalam 10 penyakit utama pada tahun 2016. Keterangan verbal dari pihak Dinkes Kabupaten Lamongan pada tanggal 25 Maret 2019, menyebutkan bahwa masyarakat Lamongan melakukan pemeriksaan asam urat hanya jika sudah merasa gejala seperti nyeri persendian sehingga data diagnosa hiperurisemia belum dapat dilaporkan secara spesifik (Anggrayni, 2021).

Sedangkan berdasarkan hasil survei awal pada kunjungan yang ada di Pustu Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan bahwa *gout arthritis* pada bulan Januari – Februari 2023 diperkirakan sebanyak 47 orang yang menderita *gout arthritis*. Hal tersebut dibuktikan melalui pemeriksaan AU *Sure Blood Uric Meter* terdapat 6 orang penderita *gou arthritis* di Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan, dimana hasil pemeriksaan 3 – 4 orang mengalami peningkatan hasil kadar asam urat yang semula dari 7,0 mg /dl menjadi 8,0 mg/dl, yang diakibatkan kurangnya pengobatan yang teratur dan kurang pengetahuan pencegahan pengobatan non farmakologi. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa

masih cukup tingginya kadar asam urat yang belum bisa terkontrol di Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.

Salah satu faktor utama penyebab terjadinya kadar asam urat tinggi pada merupakan pemecahan dari purin dalam tubuh dan biasanya di hilangkannya melalui keluarnya urine. Namun, ketika produksi asam urat terlalu banyak atau ketika ginjal tidak dapat membuang asam urat dengan efektif, maka asam urat akan banyak penumpukan dalam tubuh dan menyebabkan kondisi yang dikenal sebagai hiperurisemia atau peningkatan kadar asam urat dalam darah. Untuk mengurangi atau mencegah risiko komplikasi dan mengendalikan kadar asam urat dalam tubuh dengan melakukan dengan cara terapi secara farmakologi minum obat – obatan yang diresepkan oleh dokter tetapi itu dapat mengakibatkan ketergantungan. Sedangkan terapi secara non farmakologis yang efektif dengan berbagai cara seperti olahraga ataupun senam, kompres air hangat, batasi konsumsi makanan tinggi purin, mengatur pola makan yang baik, mengurangi stres, menjaga ideal tubuh, dan hindari minum beralkohol (Selvia & Wahyuni, 2022).

Penderita asam urat akut dan kronis akan mengalami gejala nyeri yang hebat, keterbatasan aktifitas fisik sangat mempengaruhi seluruh aspek kehidupannya yang berdampak pada kualitas hidup pasien yang berhubungan dengan kesehatan karena itu dilakukan tindakan pencegahan terhadap peningkatan kesakitan pada penderita *gout arthritis* (Salmiyati, 2020). Faktor demografi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup penderita asam urat faktor demografi tersebut terdiri dari usia, jenis kelamin, tempat tinggal, status pernikahan, pendidikan, status pekerjaan, body mass index (BMI), waist –

hip ratio (WHR), pendapatan dan asuransi kesehatan (Salmiyati, 2020). Selain itu penderita asam urat mengalami gangguan fisiologis, psikologis dan sosial juga akan berdampak pada keluarga dan masyarakat. Dikarenakan munculnya gangguan rasa nyeri pada saat kadar asam urat meningkat selain itu juga, perceived health status, kesehatan subjektif, persepsi mengenai penyakit yang dialami, kognisi individu, ketidak mampuan fungsional dalam melakukan kegiatan sehari – hari, gangguan psikiatri dan kesejahteraan terganggu akan mempengaruhi kualitas hidup (Saftiana, 2019).

Upaya untuk mengatasi kadar asam urat dan kualitas hidup penderita *gout arthritis* juga dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan farmakologi yaitu dengan minum obat – obatan, sedangkan terapi non farmakologi dengan cara melakukan senam tera maupun dengan dzikir (Marleni, 2023). Pengendalian *gout arthritis* melalui obat – obatan juga akan memiliki efek samping yang dapat menurunkan kualitas hidup pasien, baik dari segi fisik ataupun psikologis.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Prihadi (2018) dengan judul “Pengaruh senam tera terhadap penurunan skala nyeri pada lansia di panti Tresna Wredha Hargodedali Surabaya” menyatakan bahwa senam tera memberikan pengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada lansia karena senam tera memiliki tiga gerakan komponen dasar seperti gerakan peregangan, gerakan persendihan, gerakan pernafasan dalam gerakan tersebut memiliki manfaat yang dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah, sehingga membantu ginjal untuk membuang asam urat lebih efektif. (Marleni, 2023).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Freshilia (2023) di Wilayah kerja Pukesmas Wana Kecamatan Malinting Lampung Timur pada bulan juli 2023 yang berjudul “Pengaruh terapi dzikir terhadap tekanan darah dan kualitas hidup pada lansia hipertensi” mendapatkan rerata kualitas hidup kelompok kontrol 80.83 dengan standar deviansi 12.33. Sedangkan rerata kualitas hidup kelompok intervensi adalah 87.27 dengan standar deviansi 7.35. Didapatkan ada perbedaan kualitas hidup antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi pada lansia, hasil tersebut dikarena dzikir dapat menjernihkan pikiran yang dapat memperbaiki kualitas hidup. Selain itu, dzikir dengan penuh keikhlasan dan penghayatan akan membawa dalam keadaan yang tenang dan nyaman. Karena itu terapi dzikir dapat mempengaruhi kualitas hidup penderita *gout arthritis*. Dari hasil penelitian tersebut, tentunya kedua pengobatan memiliki manfaat dalam proses pengendalian kadar asam urat pada pasien *gout arthritis*, disamping itu belum ada penelitian yang meneliti terkait dengan kombinasi ini. Penelitian ini sebagai keterbaruan yang membahas pengaruh kombinasi senam tera dan dzikir sebagai salah satu cara untuk menurunkan kadar asam urat pada penderita *gout arthritis*.

Teknik senam tera selain mudah dilakukan, senam tera salah satu metodeterapi non farmakologi yang dapat meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani. Secara khusus, bertujuan untuk melenturkan sendi – sendi, memperlancar peredaran darah, memperkuat ketahanan jantung dan meningkatkan fungsi syaraf. Sedangkan secara rohani untuk mengurangi stress, meningkatkan kemampuan konsentrasi (Marleni, 2023). Dzikir selain mudah diucapkan pada setiap waktu, dzikir juga dapat meningkatkan kualitas hidup penderita *gout arthritis* karena

dengan berdzikir akan dapat lebih menikmati hidup, dan lebih mensyukuri keadaan yang dialami pada saat ini (Purwaningsih, 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan pengkombinasian terapi senam tera dan dzikir terhadap penderita *gout arthritis* melalui penelitian dengan judul “Pengaruh SETENZI (Senam Tera dan Zikir) terhadap penurunan kadar asam urat dan kualitas hidup pada penderita *gout arthritis* di Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan”.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : apakah ada pengaruh SETENZI (Senam Tera dan Dzikir) terhadap penurunan kadar asam urat dan kualitas hidup pada penderita *gout arthritis* di Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh SETENZI (Senam Tera dan Dzikir) terhadap penurunan kadar asam urat dan kualitas hidup pada penderita *gout arthritis* di Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah :

1. Mengidentifikasi kadar asam urat sebelum dan sesudah dilakukan SETENZI (Senam tera dan Dzikir) terhap penderita *gout arthritis* di Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.
2. Mengidentifikasi kualitas hidup sebelum dan sesudah dilakukan SETENZI (Senam Tera dan Dzikir) terhadap penderita *gout arthritis* di Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.
3. Menganalisis pengaruh SETENZI (Senam Tera dan Dzikir) terhadap kadar asam urat penderita *gout arthritis* di Desa Geger Kecamtan Turi Kabupaten Lamongan.
4. Menganalisis pengaruh SETENZI (Senam Tera dan Dzikir) terhadap kualitas hidup penderita *gout arthritis* di Desa Geger Kecamtan Turi Kabupaten Lamongan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Akademisi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang pengaruh SETENZI (Senam Tera dan Dzikir) terhadap penurunan kadar asam urat dan kualitas hidup pada penderita *gout arthritis* di Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.

1.4.2 Praktisi

1) Bagi Responden

Mengidentifikasi SETENZI (Senam Tera dan Dzikir) terhadap penurunan kadar asam urat dan kualitas hidup pada penderita *gout arthritis* di Desa Geger Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.

2) Bagi Instansi Kesehatan

Sebagai informasi dalam pengaruh SETENZI (Senam Tera dan Dzikir) terhadap penurunan kadar asam urat dan kualitas hidup pada penderita *gout arthritis* sehingga tenaga kesehatan dapat mengedalikan peningkatan penderita *gout arthritis* dalam menurunkan kadar asam urat dan mengoptimalkan kualitas hidup.

3) Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi perawat terhadap penurunan kadar asam urat dan kualitas hidup pada penderita *gout arthritis* dalam praktik keperawatan yang tepat dan efektif untuk mencapai manfaat tersebut.

4) Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat menambah referensi dasar terkait pengaruh SETENZI (Senam Tera dan Dzikir) terhadap penurunan kadar asam urat dan kualitas hidup pada penderita *gout arthritis* sehingga dapat dijadikan sebagai landasan untuk pengembangan penelitian selanjutnya.