

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Penuaan merupakan proses alamiah memasuki tahap akhir kehidupan yang akan dialami setiap individu yang usia lanjut (lansia). Lansia mengalami proses penuaan yang membuat individu mengalami kemunduran dalam fungsi fisiologis maupun psikologis (Muwarni, 2010). Proses penuaan membuat manusia memiliki banyak penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes, asam urat dan kanker yang akan menyebabkan berakhirnya hidup dengan episode terminal. (Rahmawati, 2017)

Lansia dibagi menjadi empat yaitu usia pertengahan (middle age) antara 45 sampai 59 tahun, usia lanjut (elderly) antara 60 sampai 74 tahun, usia tua (old) antara 75 sampai 90 tahun, dan usia sangat tua (very old) di atas 90 tahun (Fatmawati, 2010). Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004, lansia adalah seseorang yang berusia 60 (enam puluh) tahun ke atas (Kemenkes RI, 2017).

Berdasarkan data Perserikaan Bangsa-bangsa (PBB) tentang World Population Ageing, diperkirakan pada tahun 2015 terdapat 901 juta jiwa penduduk lansia di dunia. Jumlah tersebut diproyeksikan terus meningkat mencapai 2 (dua) miliar jiwa pada tahun 2050 (UN, 2015). Seperti halnya yang terjadi di negara-negara di dunia, Indonesia juga mengalami penuaan penduduk. Tahun 2019, jumlah lansia Indonesia diproyeksikan akan

meningkat menjadi 27,5 juta atau 10,3%, dan 57,0 juta jiwa atau 17,9% pada tahun 2045 (BPS, Bappenas, UNFPA, 2018). Provinsi Sumatra Barat persentase penduduk lansia yaitu 8,8%. Hal ini menunjukkan konsistensi penambahan jumlah penduduk lansia dari waktu ke waktu (Kemenkes RI, 2017).

Seiring dengan meningkatnya jumlah penduduk lansia maka harus dipersiapkan berbagai macam program untuk kelompok lansia. Program kesehatan ini bertujuan mempertahankan dan meningkatkan kesehatan (promotif), mencegah penyakit (preventif) dan merawat lansia yang memiliki masalah kesehatan atau gangguan tertentu (kuratif) (Kemenkes RI, 2014). Masalah kesehatan yang paling banyak dialami adalah penyakit tidak menular dimana salah satunya adalah penyakit asam urat (Gout) berada diposisi ke empat (Riskesdas, 2018).

Penyakit asam urat diperkirakan terjadi pada 840 orang dari setiap 100.000 orang. Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia terjadi pada usia di 15-24 tahun sebesar 1,2 %, pada usia 24-34 tahun sebesar 3.1%, pada usia 35-44 tahun sebesar 6,3%, pada usia 45-54 sebesar 11,1%, pada usia 65-74 tahun sebesar 18,6% dan pada usia lebih dari 75 tahun sebesar 18,9% (Riskesdas,2018). Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2013, sebesar 81 % penderita asam urat di Indonesia hanya 24 % yang pergi ke dokter, sedangkan 71 % cenderung langsung mengkonsumsi obat-obatan pereda nyeri yang dijual bebas. Berdasarkan hasil Kemenkes (2013) menunjukkan bahwa penyakit sendi di Indonesia yang diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11.9% dan berdasarkan diagnosis dan gejala sebesar 24.7%. Prevalensi penyakit asam urat di kota Padang tahun 2013 sebesar 11,6 % berdasarkan diagnosa dan gejala. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang (2015), penyakit asam urat termasuk ke dalam kategori 10 penyakit terbanyak di kota Padang.

Penyakit asam urat atau biasa dikenal sebagai gout arthritis merupakan suatu penyakit yang diakibatkan karena penimbunan kristal monosodium urat di dalam tubuh. Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Penyebab penumpukan kristal di daerah persendian diakibatkan kandungan purinnya dapat meningkatkan kadar urat dalam darah antara 0,5 –0,75 g/ml purin yang dikonsumsi (Jaliana, 2018).

Purin itu sendiri adalah turunan dari protein yang terkandung di dalam tubuh. Purin juga didapatkan dari makanan yang kita konsumsi. Pada golongan primata, adenosin (purin) dimetabolisme oleh tubuh menjadi asam urat oleh enzim adenosine diaminase. Selanjutnya asam urat akan dimetabolisme lagi menjadi allantoin yang larut air oleh enzim uricase. Namun pada manusia enzim ini sangat sedikit sehingga hasil akhir dari purin adalah asam urat. Bila kadar asam urat semakin tinggi dan melewati kadar jenuh dalam tubuh, maka asam urat lambat laun akan mengendap dan mengkristal (Jaliana, 2018).

Penanganan yang dilakukan untuk mencegah terjadinya peningkatan kadar asam urat dalam darah, antara lain pengaturan diet, menghindari makanan tinggi purin, konsumsi vitamin dan mineral yang cukup, olahraga rutin, berhenti merokok, pengendalian stres dan dapat diberikan obat-obatan untuk terapi farmakologi. Pengobatan lain yang dapat digunakan untuk mengatasi peningkatan kadar asam urat yaitu dengan pengobatan herbal (Sari & Syamsiyah, 2017).

Senam dan aktifitas dengan olahraga ringan sangat bermanfaat untuk menghambat proses degeneratif atau proses penuaan. Beberapa contoh olahraga yang dapat dilakukan oleh lansia yaitu jalan kaki, olahraga yang bersifat reaktif dan senam di mana senam bermanfaat untuk memnghindari penumpkan lemak di tubuh.

Adapun beberapa senam yang dapat dilakukan oleh lansia yaitu misalnya senam 10 menit, senam kegel, yoga, taichi dan senam ergonomik. Senam ergonomik merupakan salah satu metode yang praktis dan efektif dalam memelihara kesehatan tubuh. Gerakan yang terkandung dalam senam ergonomik adalah gerakan yang sangat efektif, efisien dan logis karena rangkaian gerakannya merupakan rangkaian gerak yang dilakukan manusia sejak dulu sampai saat ini. Gerakan-gerakan senam ergonomik merupakan gerakan yang sesuai dengan kaidah-kaidah penciptaan tubuh dan gerakan ini diilhami dari gerakan shalat sehingga lansia mudah mengaplikasikan gerakan senam ini dalam kehidupan sehari-hari (Sagiran, 2012). Senam ergonomik merupakan senam yang dapat langsung membuka, membersihkan dan mengaktifkan seluruh sistem-sistem tubuh seperti sistem kardiovaskuler, perkemihan, sistem reproduksi, sistem pembakaran (asam urat, kolesterol, gula darah, asam laktat, Kristal oxalate), sistem konversi karbohidrat, sistem pembuatan elektrolit dalam darah, sistem kesegaran tubuh dan sistem kekebalan tubuh dari energi negatif/virus, sistem pembuangan energi negatif dari dalam tubuh (Wratsongko, 2015).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Nurul (2017) di Puskesmas Tuppu ada pengaruh senam ergonomis terhadap penurunan kadar asam urat. Sejalan dengan penelitian Nanda (2018) di Desa pelem Madiun, dimana senam ini dilakukan ebanyak tiga kali dalam seminggu dan dilakukan dalam waktu dua minggu.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan mahasiswa profesi keperawatan Universitas Andalas di RW 5 Kelurahan Jati pada tanggal , didapatkan data lansia di RW 5 Kelurahan Jati sebanyak 28% memiliki penyakit tekanan darah tinggi, sebanyak 22 % memiliki penyakit asam urat, dan sebanyak 8% memiliki penyakit katarak. Hal ini menunjukkan bahwa penyakit asam urat merupakan penyakit terbanyak kedua di RW 5 Kelurahan Jati.

Ditemukan lansia Tn. A yang menderita penyakit asam urat. Hasil pengkajian yang dilakukan pada keluarga Tn. A didapat masalah keperawatan bahwa kadar asam urat Tn. A tidak stabil, semenjak 2 tahun menderita asam urat. Keluarga mengatakan tidak tahu bagaimana cara menurunkan kadar asam urat Tn. A secara Nonfarmakologi. Maka mahasiswa merasa perlu melakukan pembinaan pada salah satu lansia yang menderita penyakit tersebut di RW 5 Kelurahan Jati dalam bentuk upaya promotif dan preventif dengan bekerjasama dengan pihak terkait. Pembinaan lansia tersebut penulis dokumentasikan dalam sebuah Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Tn. A Dengan Kasus Asam Urat Serta Senam Ergonomis untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Di RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur”.

B. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia binaan dengan asam urat dan senam ergonomis untuk menurunkan kadar asam urat di RW 5 Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur Padang Tahun 2020.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan kasus asam urat di RW 5 Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur Padang Tahun 2020.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan dengan kasus asam urat di RW 5 Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur Padang Tahun 2020.
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan dengan kasus asam urat di RW 5 Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur Padang Tahun 2020.
- d. Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan kasus asam urat di RW 5 Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur Padang Tahun 2020.

- e. Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi dengan kasus asam urat di RW 5 Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur Padang Tahun 2020.
- f. Menjelaskan analisa kasus dengan kasus asam urat di RW 5 Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur Padang Tahun 2020.

C. MANFAAT

1. Bagi Penulis

Sebagai pengembangan kemampuan penulis dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman penulis dalam melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah asam urat dengan senam ergonomis untuk menurunkan kadar asam urat.

2. Bagi Institusi Pendidikan

- a. Memberikan masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu keperawatan mengenai perawatan komprehensif pada lansia yang mengalami masalah asam dengan senam ergonomis untuk menurunkan kadar asam urat.
- b. Hasil Laporan ilmiah ini dapat menjadi referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah asam urat yang berkaitan dengan senam ergonomis untuk menurunkan kadar asam urat.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas dengan membuat suatu pembuatan kebijakan standar asuhan keperawatan terhadap lansia dengan masalah asam urat dengan senam ergonomis salam untuk menurunkan kadar asam urat.