



## **Gambaran Pemenuhan Mobilitas Fisik pada Pasien Lansia dengan Gout Arthritis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cangadi**

**Sapriana<sup>1</sup>, Nur Asiah<sup>2</sup>, Nurhardianty<sup>3</sup>**

<sup>123</sup>DIII Keperawatan Akademi Akper Putra Pertiwi Watansoppeng  
Email korespondensi author: [saprianaaa@gmail.com](mailto:saprianaaa@gmail.com)  
No HP: 085241429165

### **Article Info**

#### **Article History:**

Received: Januari, 2023  
Accepted: Februari, 2023  
Published: Maret, 2023

#### **Kata Kunci:**

Mobilitas Fisik;  
Lansia;  
Gout Arthritis;

#### **Keywords:**

*Physical Mobility;*  
*Elderly;*  
*Gout Arthritis;*

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Gout Arthritis atau asam urat merupakan penyakit yang banyak dialami oleh lansia. Gout ditandai dengan serangan mendadak, berulang dan disertai dengan arthritis yang terasa sangat nyeri. **Tujuan:** Untuk mengetahui gambaran pemenuhan mobilitas fisik pada pasien lansia dengan gout arthritis. **Metode:** Lokasi dan waktu studi kasus penelitian adalah UPTD Puskesmas Cangadi pada tanggal 8-10 November 2021 dengan metode wawancara. **Hasil:** penelitian dari studi kasus ini berupa gambaran mobilitas fisik. kedua subjek dilihat setelah observasi mengalami sakit pada daerah persendian, nyeri pada ekstremitas, sulit menggerakkan ekstremitas, merasakan kaku pada daerah persendian, mudah merasa lelah saat beraktivitas, merasa gerakannya terbatas karena sakit yang dialami, merasa enggan melakukan pergerakan, merasa cemas saat bergerak karena merasa nyeri pada persendian. **Kesimpulan:** Dari gambaran tersebut dapat diatasi dengan istirahat yang cukup, Latihan bergerak, diet seimbang, pengobatan farmakologi dan kompres air hangat untuk mengurangi nyeri dan peradangan.

### **ABSTRACT**

**Background:** Gout Arthritis is a disease commonly experienced by the elderly. Gout is characterized by sudden, recurring attacks and accompanied by very painful arthritis. **Purpose:** To determine the description of the fulfillment of physical mobility in elderly patients with gout arthritis. **Method:** The location and time of the research case study was the Cangadi Community Health Center UPTD on November 8-10, 2021, using an interview method. **Results:** The research from this case study is a description of physical mobility. Both subjects were seen after observation experiencing pain in the joint area, pain in the extremities, difficulty moving the extremities, feeling stiff in the joint area, easily feeling tired during activities, feeling limited movement due to the pain they experienced, feeling reluctant to move, feeling anxious when moving due to joint pain. **Conclusion:** From this description, it can be overcome with adequate rest, exercise, a balanced diet, pharmacological treatment and warm water compresses to reduce pain and inflammation.

## PENDAHULUAN

Seiring berjalannya waktu setiap orang pasti akan mengalami proses penuan dan dalam proses penuan tersebut banyak orang yang akan mengalami gangguan muskuloskeletal atau gangguan fungsi sendi yang dapat menyebabkan adanya nyeri dan keterbatasan rentan gerak tetapi gangguan fungsi sendi ini tidak hanya dapat menyerang lansia akan tetap dapat juga menyerang usia yang lebih muda salah satu contoh gangguan penyakit muskuloskeletal adalah gout arthritis. (Dewi, 2014).

Penyakit gout arthritis dikalangan orang dewasa di Amerika Serikat yaitu mencapai 3,9% atau 8,3 juta individu, dengan laki-laki sebanyak 5.9% atau 6.1 juta individu dan wanita sebanyak 2.0% juta individu. (Zhu, Pandya, & Choi, 2011).

Berdasarkan hasil dari Riskesdas 2018, di Indonesia tahun 2018 Prevalensi penyakit yang terjadi didaerah persendian berdasarkan diagnosis nakes di Indonesia yang tertinggi yaitu berada di Aceh dengan 13,3%, dan terendah yaitu di Sulbar 3,2%. Prevalensi yang mengalami atau penderita asam urat berdasarkan umur yaitu, umur 15-24 tahun dengan diagnosis yaitu 1.2%. umur 25-34 tahun dengan diagnosis yaitu 3.1% dan umur 35-44 tahun dengan diagnosis yaitu 6,3%, umur 45-54 tahun berdasarkan diagnosis yaitu 11,1%, umur 55-64 tahun berdasarkan diagnosis yaitu 15.5%, umur 65-74 tahun yaitu diagnosis 18,6% dan umur 75 tahun atau lebih yaitu mencapai 18,9%. Masyarakat yang tinggal di pedesaan lebih banyak yang mempunyai penyakit asam urat dengan berdasarkan diagnosis yaitu 7,8% dibandingkan dengan masyarakat yang tinggal di perkotaan dengan diagnosis 6.9%, penyakit asam urat lebih banyak diderita oleh perempuan yaitu berdasarkan diagnosis 8,5% dibandingkan dengan laki-laki yaitu berdasarkan diagnosis 6,1% ini disebabkan oleh pada wanita yang usianya memasuki menopause hormon esterogen wanita mengalami penurunan sehingga tidak dapat dengan optimal mengekresi asam urat dalam tubuh. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Data penelitian artritis gout di Sulawesi selatan didapatkan angka 10% pada pria dan 4% pada wanita. Sedangkan kejadian gout artritis di UPTD Puskesmas Cangadi pada tahun 2020 adalah 331 kasus, pada tahun 2021 terhitung bulan januari sampai November dalah 102 kasus.

Berdasarkan hal ini penyakit gout arthritis atau asam urat yang sudah kronis dengan nyeri yang hebat bisa berdampak terhadap Mobilitas fisik merupakan pergerakan seluruh anggota tubuh yang mengakibatkan adanya pengeluaran tenaga yang berperan penting untuk mewujudkan hidup sehat dan dapat mempertahankan kesehatan agar tetap bugar setiap hari. Sebaliknya jika terlalu berlebihan dalam melakukan aktifitas fisik yaitu dapat menyebabkan terjadinya beban berlebih pada sendi yang mampu menyebabkan terjadinya nyeri dan bahkan cedera, selain cedera tidak pernah menggerakkan anggota tubuh juga mampu mengakibatkan adanya penumpukan zat purin dalam tubuh yang dapat mengakibatkan nyeri pada orang yang sudah memiliki penyakit asam urat. (Nahariani et al., 2015).

Selain itu memberikan informasi mengenai cara mencegah mengatasi asam urat dengan cara memberikan kompres jahe merah yang dapat mengurangi nyeri dan melatih gerak sendi agar menghindari terhadap terjadinya kekakuan sendi yang dapat mengurangi penumpukan zat purin didalam sendi, selain itu juga dapat mengurangi resiko terhadap gangguan mobilitas fisik (Ferawati, 2017).

Peran pemerintah juga sangat penting dalam memberikan penyuluhan mengenai pola hidup sehat, pentingnya melakukan aktivitas fisik, mengkonsumsi buah dan sayur dan tidak mengkonsumsi alkohol yaitu dengan salah satu cara melakukan penyuluhan GERMAS atau (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) yaitu dimana peran pemerintah dalam mengajak masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Berdasarkan atas di paparan mengenai jumlah angka kejadian akibat kasus gout arthritis atau asam urat yang dapat menyebabkan gangguan terhadap mobilitas fisik maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Gambaran pemenuhan mobilitas fisik pada pasien lansia dengan gout arthritis.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deksriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Metode deksriptif ini digunakan untuk mendapatkan gambaran pemenuhan mobilitas fisik pada pasien lansia dengan gout arthritis. Penelitian ini dilaksanakan di UPTD Puskesmas Cangadi mulai tanggal 08 sampai 10 November 2021. Subjek dalam penelitian ini adalah dua pasien yang menderita Gout Atritis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cangadi. Subjek yang dipilih adalah pasien yang berumur diatas 50 tahun, jenis kelamin perempuan, dan pasien dengan gangguan mobilitas fisik. Metode pengumpulan data wawancara yang dan dilakukan adalah observasi. Analaisis dan penyajian data dilakukan dengan menggunakan tabel dan analisis deskriptif.

## HASIL PENELITIAN

Subjek penelitian 1 Ny.I umur 63 tahun. Mengalami keluhan sakit pada daerah persendian, nyeri pada ekstremitas (tangan atau kaki saat bergerak), sulit menggerakkan ekstremitas (tangan atau kaki), merasakan kaku pada daerah persendian, mudah merasa lelah saat beraktivitas, merasa gerakannya terbatas karena sakit yang dialarni, merasa enggan melakukan pergerakan, merasa cemas saat bergerak karena merasa nyeri pada persendian, saat ingin berdiri sakit pada daerah persendian, namun tidak dibantu orang lain dan saat berjalan dan tidak menggunakan alat bantu jalan.

Subjek penelitian 2 Ny.P umur 59 tahun. Mengalami keluhan sakit pada daerah persendian, nyeri pada ekstremitas (tangan atau kaki saat bergerak), sulit menggerakkan ekstremitas (tangan atau kaki), merasakan kaku pada daerah persendian, mudah merasa lelah saat beraktivitas, merasa gerakannya terbatas karena sakit yang dialarni, merasa enggan melakukan pergerakan, merasa cemas saat bergerak karena merasa nyeri pada persendian, saat ingin berdiri sakit pada daerah persendian, namun tidak dibantu orang lain dan saat berjalan dan tidak menggunakan alat bantu jalan.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, pasien seseorang maka merupakan lansia, menurut Badan Pusat Statistik Indonesia, presentase lansia dengan usia 60 tahun ke atas pada tahun 2010 sampai 2015 terus mengalami peningkatan, semakin meningkatnya usia semakin beresiko seseorang mengalami masalah kesehatan. Pada proses penuaan seseorang akan mengalami perubahan baik fisiologis maupun biologis salah satunya adalah perubahan yang terjadi pada sistem musculoskeletal (Sudoyo dkk, 2006).

Gambaran mobilitas fisik dan kedua subjek dilihat setelah observasi adalah sakit pada daerah persendian, nyeri pada ekstremitas (tangan atau kaki saat bergerak), sulit menggerakkan ekstremitas (tangan atau kaki), merasakan kaku pada daerah persendian, mudah merasa lelah saat beraktivitas, merasa gerakannya terbatas karena sakit yang dialarni, merasa enggan melakukan pergerakan, merasa cemas saat bergerak karena merasa nyeri pada persendian.

Adapun panatalaksanaan medis pada gout arhritis yaitu pertama, istirahat yang cukup, kedua latihan bergerak secara perlahan, ketiga yaitu melakukan diet yang seimbang dan yang ke empat, yaitu

dengan pengobatan farmakologi yaitu kortikosteroid yang berfungsi untuk menghilangkan gejala gout dan mengontrol terjadinya serangan gout arthritis dan melakukan terapi komplementer yaitu kompres air hangat, kompres air hangat ini dapat mengurangi sensasi nyeri yang dirasakan, dan dapat meningkatkan respon inflamasi dan meningkatkan aliran darah dalam jaringan (Nadia, 2019)

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian kesimpulan dari hasil studi kasus pada "Ny. 1" dan "Ny. P" yang dilakukan bahwa dalam pemenuhan mobilitas fisik pada kedua subjek adalah mengalami gangguan mobilitas dikarenakan adanya nyeri, keterbatasan dalam pergerakan sendi dan ekstremitas pada saat bergerak. Sedangkan untuk mengatasi masalah tersebut adalah istirahat yang cukup. latihan bergerak melakukan secara diet yang perlahan, seimbang. pengobatan farmakologi serta melakukan kompres air hangat untuk mengurangi rasa nyeri akibat pada daerah persedian. peradangan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, S. R. (2014). Buku ajar gerontik keperawatan Yogyakarta: Deepublish.
- Ferawati, (2017). Efektifitas kompres jahe merah hangat dan kompres serai terhadap penurunan intensitas nyeri arthritis remathoid pada lanjut usia di Desa Mojoranu Kecamatan Dander Kabupaten Bojonegoro. Jurnal ilmu kesehatan makia, 5(1), 1-9.
- Nadia, N. U. (2019). Aplikasi kompres hangat menggunakan jahe dengan nyeri akut pada penderita gout (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Sudoyo, Aru, W, dkk (2006). Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Jakarta: Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI.
- Zhu, Y., Pandya, B. J., & Choi, H. K. (2011). Prevalence of gout and hyperuricemia in the US general population: the National Health and Nutrition Examination Survey 2007-2008. Arthritis & Rheumatism, 63(10), 3136-3141