

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penuaan adalah proses alamiah untuk memasuki tahap akhir kehidupan yang akan dialami setiap individu yang lanjut usia. Lanjut usia yaitu suatu pendekatan ilmiah dari berbagai aspek proses penuaan, dimana terdapat aspek biologis, psikologis, sosial, ekonomi, kesehatan lingkungan dan lain-lain yang selanjutnya berpengaruh terhadap kehidupan dan kesehatannya (Maryam, 2014). Sementara menurut Nugroho (2018), proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya yaitu, anak, dewasa, dan tua.

WHO (World Health Organization) menggolongkan lanjut usia dibagi empat kategori yaitu usia antara 45 sampai 59 tahun dalam kategori pertengahan (*middle age*), 60 sampai 74 tahun kategori usia lanjut (*elderly*), 75 sampai 90 tahun kategori usia tua (*old*), dan usia di atas 90 tahun masuk sangat tua (*very old*) (Padila, 2013). Sementara menurut UU Nomor 13 Tahun 1998 lanjut usia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (Badan Pusat Statistik, 2020).

Menurut WHO di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi Lansia meningkat 3 kali lipat. Pada tahun 2000 jumlah Lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah Lansia 24,000,000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi (Kemenkes RI, 2013). Pada tahun 2020 sudah ada enam provinsi yang memiliki struktur penduduk tua di mana penduduk lansianya sudah mencapai 10 persen, yaitu: DI Yogyakarta (14,71%), Jawa Tengah (13,81%), Jawa Timur (13,38%), Bali (11,58%), Sulawesi Utara(11,51%), dan Sumatera Barat (10,07%) (Badan Pusat Statistik, 2020). Hal ini menunjukkan pencapaian pertambahan jumlah penduduk lanjut usia dari waktu ke waktu.

Meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia, maka perlu dipersiapkan berbagai macam program kesehatan untuk kelompok lanjut usia. Dari sisi kesehatan masih ada sekitar separuh lansia yang mengalami keluhan kesehatan selama sebulan terakhir. Pada tahun 2020, sekitar 24 dari 100 lansia sakit dalam sebulan terakhir. Kesadaran lansia terhadap keluhan kesehatan yang dideritanya cukup tinggi. Mayoritas lansia mengobati keluhan kesehatannya, baik dengan mengobati sendiri maupun berobat jalan (96,12%) (Badan Pusat Statistik, 2020). Mengingat kondisi kesehatan lansia yang rentan terserang penyakit, perilaku sehat seperti rajin berolahraga perlu diterapkan. Tujuan dari program kesehatan adalah untuk 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 Osteoarthritis atau radang sendi berada diposisi ke delapan (Risikesdas, 2018).

Osteoarthritis (OA) adalah salah satu penyakit kronis yang paling umum terjadi dan penyebab utama dari rasa nyeri dan cacat yang menurunkan status kesehatan (Allen & Golightly, 2015). Prevalensi penduduk yang mengalami osteoarthritis di Indonesia tercatat 7,3 % dari total penduduk (Risikesdas, 2018). Sebanyak 29% di antaranya melakukan pemeriksaan dokter, dan sisanya atau 71% mengonsumsi obat bebas pereda nyeri. Untuk provinsi Sumatera Barat, prevalensi penyakit ini adalah 33% Sumatera Barat termasuk ke dalam 11 provinsi yang mempunyai prevalensi penyakit sendi didalam kategori Asam Urat di atas presentase nasional yaitu 30,3% (RIKESDAS, 2016)

Dari 168 orang yang menderita osteoarthritis didapatkan kualitas hidup mengalami penurunan yang dikaitkan dengan 47% rasa nyeri, 41% bemasalah dengan berjalan dan 30% bemasalah dengan mobilitas keterbatasan yang berdampak pada hubungan sosial penderita menjadi berkurang sehingga berdampak pada penurunan kualitas hidup (Jakobson & Hallberg, 2016).

Nyeri lutut merupakan salah satu gejala dari osteoarthritis. Hidup dengan nyeri kronis, akibat hambatan mobilitas fisik, nyeri kronik memiliki komplikasi besar bagi kesehatan, fungsi, dan kualitas hidup lansia.

Penatalaksanaan nyeri sendi mencakup terapi farmakologi dan non farmakologi. Pembedahan pada lansia memiliki resiko untuk mengalami kerugian atau efek samping akibat pengobatan medis, sehingga diperlukan pendekatan alternative yaitu non farmakologi (Arthritis Foundation, 2021).

Ada beberapa penatalaksanaan non farmakologis yang dapat dilakukan pada osteoarthritis diantaranya adalah dengan latihan gerak sendi, senam rematik dan fisioterapi sendi. Dari beberapa cara tersebut yang biasa digunakan dan yang dinilai paling efektif untuk mengatasi berbagai keluhan sendi yang dialami lansia adalah dengan latihan gerak sendi (Bell, 2014). Latihan gerak sendi Range Of Motion (ROM) merupakan latihan rentang gerak pada sendi yang berpengaruh terhadap fleksibilitas sendi lanjut usia. Latihan gerak sendi dapat menjaga kekuatan otot, menjaga pergerakan persendian, melancarkan aliran darah, menghindari terjadinya kelainan bentuk. Latihan gerak sendi dengan ROM (Fleksi dan Ekstensi Lutut) dapat mengakibatkan peningkatan peredaran darah ke dalam kapsula sendi dan meningkatkan fleksibilitas persendian sehingga terjadi penurunan intensitas nyeri pada lutut (Mumpuni, 2017). Latihan *Range of Motion* (Gerak sendi lutut) dapat dilakukan untuk mempertahankan atau memperbaiki tingkat kesempurnaan, kemampuan menggerakkan persendian secara normal dan lengkap (Potter & Perry, 2016).

Ambardini (2013 dalam Firmansyah & Suprayitno, 2018) mengatakan bahwa nyeri pada pasien osteoarthritis lutut derajat I dan II dapat dikurangi dengan melakukan exercise seperti ROM (Fleksi ekstensi lutut), latihan ini dapat

mengurangi nyeri pada pasien osteoarthritis lutut karena dengan latihan akan terjadi tekanan secara fisiologis yang akan meningkatkan pembentukan proteoglikan oleh sel kartilago dewasa, sehingga mampu menopang beban pada daerah sendi, dan juga meningkatkan metabolisme cairan seni synovial yang akan memberikan nutrisi pada tulang rawan disekitarnya. Latihan gerak sendi lutut merupakan bagian penting dalam manajemen osteoarthritis. Tujuan latihan gerak sendi lutut, yaitu memperbaiki fungsi sendi, proteksi sendi dari kerusakan dengan mengurangi stres pada sendi, meningkatkan kekuatan sendi, mencegah disabilitas, dan meningkatkan kebugaran jasmani.

Hasil penelitian yang dilakukan Firmansyah & Suprayitno (2018), menyatakan bahwa terdapat pengaruh latihan gerak sendi lutut terhadap penurunan nyeri sendi lutut pada lansia yang mengalami osteoarthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Pengasih 1 Kulon Progo Yogyakarta. Sejalan dengan penelitin Marlina (2015) yang menyatakan bahwa latihan gerak sendi lutut efektif dalam menurunkan nyeri dan kekauan pada lansia dengan Osteoarthritis.

Hasil survey awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 24 Oktober 2022 didapatkan ada 4 orang lansia yang mengalami osteoarthritis di Rw 03 Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Padang. Saat dilakukan wawancara dengan lansia yang mengalami osteoarthritis diketahui bahwa penderita hanya mendapatkan obat pereda nyeri dari puskesmas dan tidak dijelaskan bagaimana pencegahan agar tidak terjadi serangan osteoarthritis berikutnya. Sedangkan peran perawat sangat penting dalam memberikan pendidikan kesehatan pada lansia,

salah satunya adalah peran perawat sebagai edukator, selain itu fenomena yang ditemukan saat survei awal, lansia tidak memahami tentang penyakit osteoarthritis, lansia tersebut beranggapan asam urat dengan penyakit sendi lainnya itu sama, dan lansia juga pernah memeriksakan kesehatan ke pelayanan kesehatan setempat.

Oleh sebab itu untuk mengatasi nyeri yang dirasakan membutuhkan perawatan non farmakologi berupa latihan aktivitas fisik yaitu latihan gerak sendi, maka mahasiswa melakukan edukasi pada salah satu lansia tersebut di Rw 03 Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Padang dalam bentuk upaya promotif, preventif dan kuratif dengan bekerja sama pada pihak terkait. Pembinaan lansia tersebut di dokumentasikan dalam sebuah Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Ny. S Dengan Osteoarthritis Melalui Penerapan Latihan Gerak Sendi Lutut Terhadap Nyeri Di Rw 03 Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Padang Tahun 2022”

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap keluarga lansia Ny. S dengan masalah nyeri sendi dan tulang (Osteoarthritis) dan mampu menerapkan latihan gerak sendi pada lansia Ny. S Di Rw 03 Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Padang Tahun 2022.

2. Tujuan Khusus

- a.** Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah nyeri sendi dan tulang (Osteoarthritis) Ny. S Di Rw 03 Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Padang Tahun 2022.
- b.** Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah nyeri sendi dan tulang (Osteoarthritis) Ny. S Di Rw 03 Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Padang Tahun 2022.
- c.** Menjelaskan intervensi keperawatan dengan melakukan latihan gerak sendi pada lansia dengan masalah nyeri sendi dan tulang (Osteoarthritis) Ny. S Di Rw 03 Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Padang Tahun 2022.
- d.** Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan melakukan latihan gerak sendi pada lansia dengan masalah nyeri sendi dan tulang (Osteoarthritis) Ny. S Di Rw 03 Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Padang Tahun 2022.
- e.** Menjelaskan evaluasi tindakan keperawatan dengan melakukan latihan gerak sendi pada lansia dengan masalah nyeri sendi dan tulang (Osteoarthritis) Ny. S Di Rw 03 Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Padang Tahun 2022.

C. Manfaat

1. Bagi Lansia

Sebagai salah satu cara perawatan komprehensif yang dapat dilakukan secara mandiri oleh lansia dalam merawat lansia dengan masalah nyeri sendi dan tulang (Osteoarthritis) dengan cara menerapkan latihan gerak sendi pada lansia

2. Bagi Instuti Pendidikan

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi sumber literatur dan bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin menerapkan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah nyeri sendi dan tulang (Osteoarthritis) yang berkaitan dengan latihan gerak sendi.

3. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan/Keperawatan

Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam pembuatan kebijakan di puskesmas untuk meningkatkan pelayanan keperawatan yang bersifat promotif dan preventif tentang penyuluhan dan penerapan latihan gerak sendi sehingga dapat meningkatkan minat dan partisipasi lansia dalam kegiatan tersebut.