

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Angka kejadian penyakit tidak menular atau PTM diperkirakan adanya peningkatan salah satunya adalah penyakit sendi osteoarthritis. Osteoarthritis (OA) ini merupakan penyakit sendi degeneratif yang paling sering terjadi dari berbagai banyak penyakit sendi lainnya. Hal ini terjadi diakibatkan adanya perubahan pola hidup dan peningkatan usia harapan hidup penduduk Indonesia. Seiring dengan perkembangan jaman, pola hidup masyarakat juga ikut mengalami perubahan. Perubahan gaya hidup yang ingin serba cepat, baik dalam hal pola makan, maupun transportasi juga menjadi salah satu faktor terjadinya osteoarthritis. Osteoarthritis adalah suatu penyakit yang ditandai dengan nyeri sendi kaki, dan deformitas (Santosa, 2018).

Osteoarthritis biasanya menyerang sendi penopang berat badan terutama sendi lutut dan panggul (Juniarti, 2011). Keadaan ini semakin memburuk jika terjadi pada usia lanjut akibat terjadinya perubahan hormonal yang dapat memicu cepatnya proses degenerasi struktur persendian. Osteoarthritis juga merupakan salah satu penyakit kronis yang penyebab utama dari rasa nyeri dan kecacatan yang dapat menurunkan status kesehatan (Allen & Golightly, 2015).

Di Indonesia jumlah penduduk yang mengalami OA tercatat sebanyak 8,1% dari total penduduk. Dari jumlah penduduk sebanyak 29% penderita melakukan pemeriksaan dengan dokter, sedangkan sisanya sebanyak 71% mengonsumsi obat bebas pereda nyeri. Menurut data Rikesdas tahun 2017, jumlah penderita osteoarthritis di Sumatera Barat menduduki urutan ke tujuh di Indonesia dan berada di rata-rata jumlah nasional yakni mencapai 33%.

Salah satu gejala dari radang sendi osteoarthritis adalah nyeri lutut. Nyeri yang dirasakan kerap sekali dihubungkan dengan stress kronis dari akibat hambatan mobilitas fisik, nyeri kronik yang dirasakan memiliki komplikasi besar bagi fungsi kesehatan dan kualitas hidup pada kelompok usia lanjut. Nyeri dan kekakuan sendi yang timbul pada penderita osteoarthritis lutut dapat menyebabkan masalah dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti berpindah posisi, berjalan, berdiri terlalu lama, menaiki tangga, sholat dan lebih parahnya dapat menyebabkan distabilitas sehingga memerlukan alat bantu untuk berjalan. Hal tersebut dapat menimbulkan faktor resiko yang dapat berkembang kuat menjadi gejala depresi, yang nantinya dapat menyebabkan berkurangnya angka harapan hidup (Kwok WY et al., 2015).

Penatalaksanaan nyeri sendi yang dirasakan dapat dengan terapi farmakologi, non farmakologi dan pembedahan. Asetaminofen, glucosamine, dan *non steroidal anti inflammatory drugs* (NSAID) merupakan pilihan pengobatan yang dapat digunakan untuk mengurangi

nyeri dan anti inflamasi yang diresepkan oleh dokter (Block JA et al., 2014). Namun, pada usia lanjut sangat beresiko untuk mengalami atau terjadinya kerugian dan efek samping akibat dari pengobatan medis yang dilakukan, maka dari itu diperlukan adanya pendekatan alternative untuk mengatasi masalah ini yaitu dengan cara non farmakologi (Arthritis Foundation,2021 dalam Edisyah, 2019)).

Isometric exercise merupakan salah satu terapi non farmakologi untuk mengatasi rasa nyeri yang dirasakan pada kelompok yang memiliki masalah pada nyeri lutut, salah satunya pada kasus osteoarthritis. Latihan ini bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot serta bisa untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan pada penderita OA (Yunia et al., 2019). Gerakan yang dilakukan pada saat latihan isometrik di lakukan akan menghasilkan kekuatan otot tanpa terjadinya perubahan panjang dan hanya sedikit atau tanpa menyebabkan terjadinya gerakan persendian yang sakit (Nurun, 2018) yang nantinya mampu menghilangkan nyeri dimana terjadinya pemulihan pada fungsional otot saat dilakukannya gerakan *isometric exercise* ini (Rahmaniyah et al., 2022).

Latihan penguatan otot ini telah menunjukkan pengaruhnya pada penelitian yang dilakukan oleh Kangeswari (2021) di India, bahwa mereka telah membuktikan efektivitas latihan isometric dalam mengurangi rasa nyeri yang dirasakan oleh pasien Osteoarthritis. Namun di Indonesia latihan penguatan otot yaitu *isometric exercise* belum banyak dikembangkan di masyarakat. Sejauh ini penderita osteoarthritis lutut yang

memerlukan perawatan harus datang ke Rumah Sakit ataupun Puskesmas untuk mendapatkan terapi.

Pada penelitian Rahmanyah et al. (2022) juga mengatakan bahwa gerakan yang dilakukan di saat melaksanakan *isometric exercise* ini mampu memperoleh kekuatan dalam otot tanpa terjadinya perubahan secara terus menerus serta pada saat latihan dilakukan sangat minim adanya gerakan sendi yang terasa sakit. Latihan ini juga baik dilaksanakan oleh penderita yang tidak bisa mentoleransi gerakan dalam persendian yang berulang, seperti pada saat sendi mengalami nyeri dan radang. Ini menyebabkan bahwa *isometric exercise* dapat menurunkan skala nyeri yang dirasakan oleh penderita osteoarthritis (Rahmanyah et al., 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Apriyanto et al (2022) menyatakan bahwa latihan *isometric* memberikan dampak yang baik untuk menurunkan rasa nyeri serta bagus untuk peningkatan aktivitas fungsional pada usia lanjut yang menderita osteoarthritis. Dimana penelitian ini sejalan dengan Rahmanyah et al (2022) bahwa adanya pengaruh pemberian *isometric exercise* terhadap perubahan rasa nyeri lutut pada kondisi osteoarthritis.

Berdasarkan hasil survey awal kepada pihak puskesmas kecamatan Pauh didapatkan data sekitar 25 pasien datang dengan keluhan nyeri pada lututnya dalam rentang januari-maret yang disebabkan oleh penyakit degeneratif yang osteoarthritis. Dari hasil wawancara dan pengkajian yang

dilakukan pada keluarga Ibu Y didapatkan data skala nyeri yang dirasakan Ibu Y yaitu 5, Ibu Y mengatakan jika terasa nyeri dan tidak bisa ditahan Ibu Y mencoba untuk beristirahat. Ibu Y dan keluarga juga tidak mengetahui tentang osteoarthritis, tanda gejala, penyebab dan cara perawatannya. Oleh sebab itu untuk mengatasi rasa nyeri yang dirasakan oleh Ibu Y tersebut membutuhkan perawatan non farmakologis yaitu *isometric exercise*. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik menyusun laporan akhir karya ilmiah mengenai “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ibu Y Dengan Kasus Osteoarthritis Menggunakan Penerapan *Isometric Exercise* Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang.

B. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Memberikan Asuhan Keperawatan Keluarga Ibu Y dengan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif sehingga mampu menerapkan *Isometric Exercise* Untuk Mengurangi Nyeri Osteoarthritis Di Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Di Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang.

- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Di Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang.
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Di Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang.
- d. Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Di Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang.
- e. Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi masalah ketidakefektifan manajemen Kesehatan keluarga Di Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang.
- f. Menjelaskan analisa kasus dengan dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Di Kelurahan Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang

C. MANFAAT

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

- a. Sebagai masukan bagi perkembangan pengetahuan dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman mahasiswa dalam merawat klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan *Isometric Exercise*.

- b. Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi sumber literatur dan bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah ketidakefektifan manajemen Kesehatan keluarga dengan cara menerapkan *Isometric Exercise*. dengan pengembangan variabel lain.

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan/ Keperawatan

- a) Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi Puskesmas untuk meningkatkan standar asuhan keperawatan terhadap klien dengan masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga dengan cara menerapkan *Isometric Exercise*.
- b) Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam pembuatan program di Puskesmas untuk meningkatkan pelayanan keperawatan yang bersifat promotif dan preventif tentang penyuluhan dan penerapan *Isometric Exercise*.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan untuk penelitian lebih lanjut dengan metode yang lebih baik, dan dapat menambah informasi, pemahaman, pengetahuan, dan wawasan bagi peneliti mengenai cara menangani nyeri lutut Osteoarthritis dengan *Isometric Exercise*.