

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proporsi Lanjut usia di dunia menunjukkan peningkatan setiap tahunnya. Saat ini jumlah penduduk lansia didunia diperkirakan mencapai 500 juta dan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar. Sementara itu peningkatan jumlah lansia juga terjadi di Asia dari 2,3% mencapai 7,8% (Meiner, 2011). Kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total polulasi, 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 (WHO, 2015).



Indonesia merupakan negara ke 4 terbesar di dunia yang memiliki jumlah usia lanjut setelah China dan India. Data dari survey Sosial Ekonomi National tahun 2016, jumlah lansia di Indonesia mencapai 22,4 juta jiwa atau 8,69% dari jumlah penduduk dan pada Tahun 2020 mendatang sudah mencapai angka 11,43% atau tercatat 28,8 juta jiwa. Berdasarkan Data Badan Pusat Statistik (2015), Provinsi Sumatera Barat merupakan salah satu provinsi yang memiliki populasi lansia yang mecapai angka 44.403 orang, dengan jumlah 28.896 merupakan populasi terbanyak di Sumatera Barat yang terdapat di Kota Padang.

Penuaan adalah proses alamiah yang akan dialami oleh semua manusia yang ditandai dengan penurunan kapasitas dan fungsi jaringan tubuh. Penurunan ini terjadi karena proses degenerasi yang terjadi lebih besar dari pada proses regenerasi. Dampak yang dihasilkan oleh proses ini akan mengenai seluruh jaringan tubuh sehingga lansia sangat rentan menderita suatu penyakit. Perubahan terjadi pada semua sistem dalam tubuh salah satunya sistem muskuloskeletal, proses penuaan menyebabkan degenerasi atau kerusakan pada jaringan penunjang sekitar sendi dan tulang. Hilangnya tulang rawan serta hipertrofi tulang dan penebalan kapsul seni yang dapat memicu terjadinya berbagai penyakit persendian. Salah satu penyakit pada sistem musculoskeletal yang sering ditemukan pada lansia adalah osteoarthritis (Suhartono, 2005).

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 gangguan osteoarthritis di Indonesia tercatat 8,1% dari total penduduk. Sebanyak 29% di antaranya melakukan pemeriksaan dokter, dan sisanya atau 71% mengonsumsi obat bebas pereda nyeri. Sumatera Barat merupakan salah satu provinsi yang memiliki angka kejadian penyakit osteoarthritis yang cukup tinggi. Data dari Riskesdas pada tahun 2007, prevalensi penderita osteoarthritis di Sumatra Barat menduduki peringkat ketujuh di Indonesia dan berada di atas rata-rata prevalensi nasional yakni mencapai 33% (Riskesdas, 2007).

Prevalensi ini meningkat dengan bertambahnya usia dan berkaitan erat dengan obesitas. Sekitar sepersepuluh dari populasi dunia yang berusia lebih dari 60 tahun diperkirakan memiliki masalah yang berkaitan dengan osteoarthritis (Cooper, 2013). Dari

168 orang yang menderita osteoarthritis didapatkan kualitas hidup mengalami penurunan yang dikaitkan dengan 47% rasa nyeri, 41% bemasalah dengan berjalan dan 30% bermasalah dengan mobilitas keterbatasan yang berdampak pada hubungan sosial penderita menjadi berkurang sehingga berdampak pada penurunan kualitas hidup (Jakobson & Hallberg, 2006).

Nyeri lutut merupakan gejala dari osteoarthritis. Hidup dengan nyeri seringkali dihubungkan dengan stress yang 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 dan pembedahan pada Lansia memiliki resiko untuk mengalami kerugian atau efek samping akibat pengobatan medis, sehingga diperlukan pendekatan alternative yaitu non farmakologi (Arthritis Foundation, 2012)

Latihan Gerak Sendi merupakan Salah satu terapi pilihan untuk mengatasi berbagai keluhan sendi yang dialami lansia. Latihan ini menekankan pada pikiran, gerakan fisik, dan pernafasan. Latihan ini melibatkan gerakan yang terkoordinasi dari otot-otot tubuh sehingga diperoleh stabilitas dan fleksibilitas yang baik. Stabilitas dan fleksibilitas tubuh yang baik dapat membantu meningkatkan keseimbangan (Wong, 2001).

Ambardini (2014) 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 OA 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

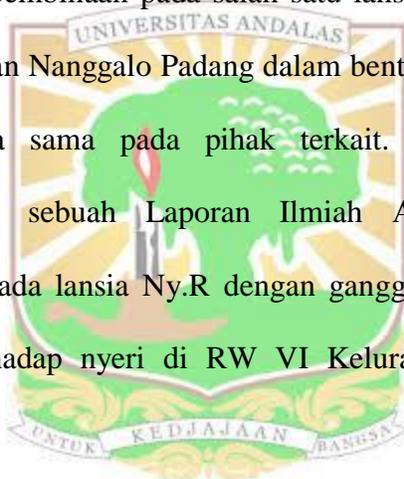
meningkatkan metabolisme cairan seni synovil yang akan memberikan nutrisi pada tulang rawan disekitarnya. Latihan gerak sendi lutut merupakan bagian penting dalam manajemen osteoarthritis. Tujuan latihan gerak sendi lutut, yaitu memperbaiki fungsi sendi, proteksi sendi dari kerusakan dengan mengurangi stres pada sendi, meningkatkan kekuatan sendi, mencegah disabilitas, dan meningkatkan kebugaran jasmani. Manfaat latihan gerak sendi lutut adalah meningkatnya mobilitas sendi dan memperkuat otot yang menyokong dan melindungi sendi, mengurangi nyeri dan kaku sendi, serta dapat mengurangi pembengkakan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dedi (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 penelitian Theresie (2015) yang menyatakan bahwa latihan gerak sendi lutut efektif dalam menurunkan nyeri dan kekauan pada lansia dengan Osteoarthritis.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan mahasiswa Profesi Peminatan Keperawatan Gerontik Universitas Andalas di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang pada tanggal 12 November 2019 didapatkan data jumlah lansia sebanyak 29 orang. Pada saat pengkajian didapatkan jumlah lansia yaitu 29 orang. Dari 29 orang lansia didapatkan 25 orang lansia mengalami nyeri lutut dan 4 orang lansia mengatakan kaki terasa berat jika dibawa berjalan. Hasil wawancara yang dilakukan dengan 29 lansia didapatkan data bahwa 60 % lansia mengatakan nyeri pada lutut dan 30% mengatakan kaki terasa berat jika dibawa berjalan. 15 dari 25 Lansia mengatakan nyeri sering muncul ketika bangun di pagi hari sebelum beraktivitas sedangkan 5 orang

lansia mengatakan bahwa nyeri muncul ketika melakukan aktivitas yang banyak. 4 orang lansia mengatakan pernah terjatuh karena kaki terasa berat dan sakit.

Hasil pengkajian yang dilakukan pada keluarga Ny. R didapatkan masalah keperawatan yaitu ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga. Keluarga belum mengetahui tentang osteoarthritis, tanda gejala, penyebab dan cara perawatannya. Selama ini yang dilakukan lansia untuk mengatasi nyeri lutut yaitu membeli obat ke apotek tanpa adanya resep dari dokter sendiri. Oleh sebab itu untuk mengatasi nyeri yang dirasakan tersebut membutuhkan perawatan non farmakologi juga yaitu latihan gerak sendi, maka mahasiswa melakukan pembinaan pada salah satu lansia tersebut di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo 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.R dengan gangguan osteoarthritis melalui latihan gerak sendi lutut terhadap nyeri di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo tahun 2019



B. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia Ny.R dengan gangguan Ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga dan mampu menerapkan terapi latihan gerak sendi lutut pada lansia Ny.R di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang Tahun 2019

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang
- d. Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang
- e. Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang
- f. Menjelaskan analisa kasus dengan dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang

C. MANFAAT

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

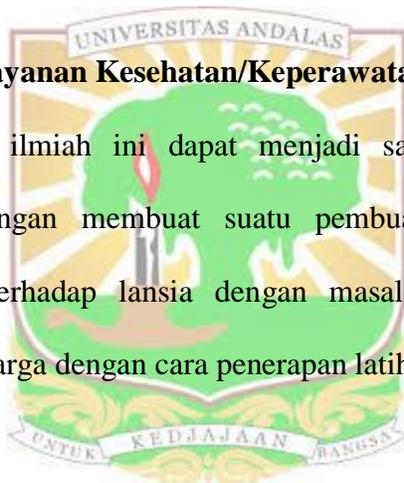
- a. Sebagai masukan bagi perkembangan pengetahuan dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman mahasiswa dalam merawat lansia dengan masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga dengan cara menerapkan Latihan Gerak Sendi lutut pada lansia.
- b. Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi sumber literatur dan bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga yang berkaitan dengan latihan gerak sendi lutut dengan pengembangan variabel lain.

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan/Keperawatan

- a. Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas dengan membuat suatu pembuatan kebijakan standar asuhan keperawatan terhadap lansia dengan masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga dengan cara penerapan latihan gerak sendi lutut.
- b. 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 terapi latihan gerak sendi lutut sehingga dapat meningkatkan minat dan partisipasi lansia dalam kegiatan tersebut.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. 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 dengan cara latihan gerak sendi lutut.

