

## 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, 2008). Sementara menurut Nugroho (2014), 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). Dalam waktu hampir lima dekade, persentase lansia Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat (1971-2020), yakni menjadi 9,92% (26 juta-an) dimana lansia perempuan sekitar 1% lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (10,43% berbanding 9,42%). Dari seluruh lansia yang ada di Indonesia, lansia muda (60-69 tahun) jauh mendominasi dengan besaran yang mencapai 64,29%, selanjutnya diikuti oleh lansia madya (70-79 tahun) dan lansia tua (80+tahun) dengan besaran masing-masing 27,23% dan 8,49%. 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 (Riskesdas, 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 (Riskesdas, 2018). Sebanyak 29% di antaranya melakukan pemeriksaan dokter, dan sisanya atau 71% mengonsumsi obat bebas pereda nyeri. Sumatera Utara merupakan salah satu provinsi yang memiliki angka kejadian penyakit osteoarthritis yang cukup tinggi. Dari data profil Dinas Kesehatan Kabupaten Asahan tahun 2020 penyakit radang sendi mengalami peningkatan kasus dari peringkat 9 dengan 2.647 tahun 2018 naik ke peringkat 8 pada tahun 2019 dengan 3.406 kasus (Dinkes Kab. Asahan, 2020).

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% bemasalah dengan mobilitas keterbatasan yang berdampak pada hubungan sosial penderita menjadi berkurang sehingga berdampak pada penurunan kualitas hidup (Jakobson & Hallberg, 2006).

Nyeri lutut merupakan salah satu 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. 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 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 mengurangi nyeri dan meningkatkan keseimbangan (Wong, 2001). Latihan *Range of Motion* (Gerak sendi lutut) dapat dilakukan untuk mempertahankan atau memperbaiki tingkat kesempurnaan, kemampuan menggerakkan persendian secara normal dan lengkap (Potter & Perry, 2010).

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 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 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 penelitian Marlina (2015) yang menyatakan bahwa latihan gerak sendi lutut efektif dalam menurunkan nyeri dan kekauan pada lansia dengan Osteoarthritis.

Berdasarkan data yang diperoleh dari bidan desa Air Teluk Hessa di Dusun V jumlah penderita Osteoarthritis yang berkunjung ke posyandu lansia yang diadakan di Dusun IV setiap bulan menempati urutan ke 2 setelah penyakit Hipertensi. Dimana dari kunjungan 3 bulan terakhir dari 28 orang lansia 10 diantaranya menderita Osteoarthritis.

Hasil pengkajian yang dilakukan pada keluarga Ny. M didapatkan masalah keperawatan yaitu ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga dan gangguan mobilitas fisik. Keluarga belum mengetahui tentang osteoarthritis, tanda gejala, penyebab dan cara perawatannya. Selama ini yang dilakukan lansia untuk mengatasi nyeri lutut yaitu berobat ke puskesmas namun takut mengkonsumsi banyak obat. Klien dan keluarga berharap ada terapi selain obat-obatan untuk mengatasi nyeri lutut yang dialami klien, namun klien dan keluarga tidak mengetahui tindakan non farmakologi yang bisa dilakukan oleh klien. Dari pengkajian juga didapatkan klien dan keluarga jarang melakukan olahraga secara rutin untuk mendukung kesehatan klien dan keluarga.

Oleh sebab itu untuk mengatasi nyeri yang dirasakan tersebut membutuhkan perawatan non farmakologi berupa latihan aktivitas fisik

yaitu latihan gerak sendi, maka mahasiswa melakukan pembinaan pada salah satu lansia tersebut di Dusun V Desa Air Teluk Hessa Kecamatan Air Batu Kabupaten Asahan 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.M dengan osteoathritis melalui latihan gerak sendi lutut terhadap nyeri di Dusun V Desa Air Teluk Hessa Kecamatan Air Batu Kabupaten Asahan Tahun 2021”

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia Ny.M dengan masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga dan gangguan mobillitas fisik sehingga mampu menerapkan terapi latihan gerak sendi lutut pada lansia Ny.M di Dusun V Desa Air Teluk Hessa Kecamatan Air Batu Kabupaten Asahan Tahun 2021

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga dan gangguan mobilitas fisik di Dusun V Desa Air Teluk Hessa Kecamatan Air Batu Kabupaten Asahan

- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga dan gangguan mobilitas fisik di Dusun V Desa Air Teluk Hessa Kecamatan Air Batu Kabupaten Asahan
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga dan gangguan mobilitas fisik di Dusun V Desa Air Teluk Hessa Kecamatan Air Batu Kabupaten Asahan
- d. Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga dan gangguan mobilitas fisik di Dusun V Desa Air Teluk Hessa Kecamatan Air Batu Kabupaten Asahan.
- e. Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga dan gangguan mobilitas fisik di Dusun V Desa Air Teluk Hessa Kecamatan Air Batu Kabupaten Asahan
- f. Menjelaskan analisa kasus dengan dengan masalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga dan gangguan mobilitas fisik di Dusun V Desa Air Teluk Hessa Kecamatan Air Batu Kabupaten Asahan



## 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 dan gangguan mobilitas fisik 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 dan gangguan mobilitas fisik 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 dan gangguan mobilitas fisik 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

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.

