

BAB 1

PENDAHULUAN

Situasi mengenai masalah kesehatan pada lanjut usia (lansia), tidak terlepas dari proporsi lansia yang tiap tahun mengalami peningkatan. Data laporan *World Health Organization (WHO)* 2018 mengalami peningkatan pada jumlah lansia dari 900 juta menjadi 2 miliar antara 2015 dan 2050 (bergerak dari 12% menjadi 22% dari total populasi global). Di Indonesia juga mengalami peningkatan lansia pada tahun 2019, jumlah lansia di Indonesia diproyeksikan akan meningkat menjadi 27,5 juta atau 10,3% dan 57,0 juta orang atau 17,9% pada tahun 2045 (BPS, 2018). Tahun 2018 jumlah lansia di Provinsi Jawa Tengah meningkat menjadi 4,49 juta orang atau sebesar 13,03%. Di Dinas Kesehatan Kota Surakarta data penduduk lansia pada tahun 2018 mencapai 66.125 juta orang.

Lansia juga sering mengalami masalah kesehatan, masalah ini berawal dari kemunduran sel-sel tubuh, sehingga fungsi dan daya tahan tubuh menurun, masalah kesehatan yang sering dialami pada lansia ialah malnutrisi, gangguan keseimbangan, kebingungan mendadak, serta ada beberapa penyakit yang sering terjadi pada lansia yaitu gangguan pendengaran dan penglihatan, demensia, osteoporosis, artritis, dan osteoarthritis (Kholifah, 2016).

Data lansia dengan osteoarthritis, prevalensi osteoarthritis ditemukan di Eropa sebesar 30% pada individu yang berusia 75 tahun (Guermazi, 2013). Sekitar 43 juta orang di United states dan 15% dari populasi dunia mengalami gangguan tersebut. Jumlah lansia yang mengalami penyakit sendi di Indonesia pada tahun 2018 tercatat sekitar 7,3% (RISKESDAS, 2018). Prevalensi penyakit sendi yang didiagnosa di Jawa Tengah mencapai 6,78% lebih orang menderita penyakit sendi osteoarthritis. Pada Kota Surakarta sekitar 4,96 % lebih orang menderita penyakit osteoarthritis. Laporan data Puskesmas Ngorenan pada tahun 2019 menyatakan bahwa

jumlah penyakit osteoarthritis sebanyak 19 orang. Jumlah laki-laki sebanyak 4 orang, dan jumlah perempuan sebanyak 15 orang.

Osteoarthritis merupakan proses alami pada penuaan yang menyebabkan beberapa situasi, yaitu penurunan tonus otot, kekuatan dan ketahanan sistem muskuloskeletal. Di samping itu, kekakuan sendi dan erosi sendi menurunkan pergerakan sendi serta penurunan hormon menyebabkan pengeroposan tulang dan mempengaruhi kemampuan tulang untuk melakukan proses penyembuhan. Keadaan ini akan mengakibatkan gangguan rasa nyeri dan penurunan aktivitas. Kemudian Stanley (2006) berpendapat bahwa mobilisasi dan aktivitas adalah hal yang vital bagi kesehatan total lansia. Vitalnya aktivitas akan memicu terjadi penambahan mortalitas atau kesakitan yang beresiko terjadi gangguan kesehatan pada sistem lainnya. Rasa nyeri dan kaku yang lebih banyak mengenai persendian penopang berat badan seperti sendi panggul dan sendi lutut, karena pada lansia juga sering terjadi penurunan tonus otot dan kartilago sendi menjadi lebih tipis dan mengakibatkan nyeri lutut. Oleh karena itu diperlukan adanya penatalaksanaan untuk mengurangi nyeri lutut yaitu terapi latihan nonfarmakologi *Range Of Motion* (ROM) (Ridha, 2015).

Range Of Motion (ROM) mampu menjaga kekuatan otot, menjaga pergerakan sendi, melancarkan aliran darah, dan menghindari terjadinya kelainan bentuk. Latihan ROM mengakibatkan peningkatan kapsula sendi dan meningkatkan fleksibilitas persendian sehingga nyeri dapat berkurang (Suratun, 2008). ROM sebagai terapi non farmakologis dalam menurunkan nyeri lutut pada lansia yang mengalami osteoarthritis, pergerakan pada persendian menyebabkan peningkatan aliran darah dan suplai nutrisi ke dalam jaringan tulang rawan pada persendian tetap terjaga dengan baik dan tidak menekan syaraf disekitarnya, sehingga nyeri berkurang (Bell, 2014).

Hannan, (2016) dalam Penelitian Pengaruh Latihan *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Posyandu Lansia. Terbukti ada perbedaan skala nyeri

sebelum dan sesudah dilakukan *Range Of Motion* (ROM) yaitu sebelum dilakukan ROM jumlah responden yang mengeluh nyeri berat dengan skala 7-9 awalnya 22 responden. Setelah itu, berkurang menjadi 10 responden, selain itu jumlah responden dengan keluhan nyeri sedang dengan skala 4-6 awalnya 31 responden, setelah itu berkurang menjadi 20 responden, dan responden yang mengeluh nyeri ringan dengan skala nyeri 1-3 awalnya 11 kemudian meningkat menjadi 30 responden serta awalnya responden yang tidak mengeluh nyeri 0 setelah itu menjadi 4 responden.

Sunarti (2018) dalam Penelitian Pengaruh *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Kemampuan Mobilisasi Pada Lansia Dengan Arthritis Reumatoid Dirumah Bahagia. Terbukti ada perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan ROM yaitu sebelum ada 32 responden diperoleh hasil penderita 2 lansia menggunakan kursi roda, 7 lansia menggunakan tongkat, 2 lansia tirah baring, 14 lansia melakukan aktivitas sehari hari, 7 lansia dibantu pengurus panti. Kemampuan mobilisasi setelah dilakukan ROM sebanyak 1 lansia melakukan secara mandiri, 18 lansia melakukan mobilisasi ketergantungan ringan, 8 lansia melakukan mobilisasi sedang, 4 lansia dengan ketergantungan berat, 1 lansia dengan ketergantungan total.

Kesimpulan diatas, dengan menggunakan video ialah ingin mempermudah lansia untuk memahami gerakan latihan gerak ROM dan dapat memberikan ilmu pengetahuan dan informasi kepada masyarakat tentang latihan nonfarmakologi seperti latihan *Range Of Motion* (ROM).

Hasil dalam pembelajaran dengan menggunakan media video edukasi, maka saran dari peneliti yaitu menggunakan media video edukasi perlu diterapkan sebagai salah satu inovasi dalam pembelajaran. Karena menggunakan video edukasi lebih mudah dalam menyampaikan materi, sehingga lebih efektif dan efisien dalam memahaminya. Selain itu juga manajemen waktu yang baik dan tepat perlu diperhatikan karena berkaitan dengan durasi dari video edukasi yang akan ditayangkan (Erniasih, 2018).

Busyaeri, (2016) dalam hasil penelitian dengan judul “Pengaruh Penggunaan Video Pembelajaran Terhadap Peningkatan Hasil Belajar

Mapel IPA Di MIN Kroyo Cirebon”. Peneliti mengatakan pembelajaran menggunakan media video sangat diminati oleh semua siswa MIN Kroya. Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat diambil rumusan masalah “Bagaimanakah latihan *Range Of Motion* (ROM) melalui media video terhadap penurunan skala nyeri sendi pada pasien osteoarthritis?.”

Dalam Menerapkan *Range Of Motion* (ROM) dengan luaran video mempunyai tujuan untuk menurunkan skala nyeri pada pasien osteoarthritis. Manfaat luaran video bagi masyarakat ialah lebih mudah memahami gerakan yang telah diajarkan dan dapat memberi informasi serta ilmu pengetahuan terhadap masyarakat.