

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia atau lanjut usia merupakan seseorang yang usianya lebih dari 60 tahun dan dimana kondisi umur seseorang yang memasuki tahap akhir dari fase kehidupan. Pada fase ini lansia akan terjadi suatu proses penuaan atau *aging proses* (*World Health Organization* (WHO), 2018). Proses penuaan merupakan bentuk proses alamiah, yang merupakan seorang manusia yang telah sudah melalui tiga tahapan kehidupan yaitu anak, dewasa dan tua. Dari ketiga tahapan tersebut berdeda, secara biologis, ataupun psikologis (Rin et al., 2021).

Menua atau bisa disebut menjadi tua yaitu proses dimana seorang lansia mengalami kehilangan kemampuan jaringan untuk mengganti ataupun mempertahankan fungsi normal sehingga lansia tidak bisa bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang dialami lansia. Lansia merupakan suatu keadaan seseorang yang tidak bisa mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologik. Perubahan – perubahan yang biasanya terjadi pada seorang lansia secara fisik yaitu kehilangan elastisitas dan fleksibilitas persendian, dan tulang mulai keropos (Nurfitriani & Fatmawati, 2020).

Proses penuaan yang terjadi pada manusia yaitu berhubungan dengan perubahan fungsional pada tubuh manusia. Saat pertambahan usia, akan diikuti dengan perubahan komposisi tubuh, yang merupakan suatu penurunan pada massa otot dan massa tulang. Perubahan yang biasanya berkaitan dengan suatu proses penuaan akan terjadi sesudah 50 tahun kehidupan. Perubahan tersebut terlihat signifikan pada massa tubuh yang setiap tahunnya hilang 1-2% dan penurunan kekuatan setiap tahun 1,5-5% (Lintin, 2019).

Seorang lansia yang sudah mengalami gangguan pada musculoskeletal biasanya akan ada perubahan pada jaringan penghubung yang disebut kolagen dan elastin karena kurangnya kemampuan kepadatan tulang, kartilago, perubahan pada sistem otot, dan akan mengalami penurunan elastisitas pada sendi, sehingga lansia akan mengalami gangguan musculoskeletal yang mengakibatkan nyeri sendi. Nyeri sendi yaitu suatu penyakit yang mengganggu pada daerah persendian yang menyebabkan terganggunya fungsi tubuh penderita nyeri sendi. Nyeri sendi biasanya membuat seseorang merasa tidak nyaman jika persendian disentuh, peradangan, kekakuan, dan disertai pembengkakan. Penyebab nyeri sendi yaitu disebabkan karena gangguan sistem musculoskeletal, penyakit – penyakit nyeri sendi tersebut antara lain : Arthritis Rheumatoid, Arthritis Gout, Osteotritis, Arthritis Infeksi (Muchlis & Ernawati, 2021).

Seorang lansia bisa mengalami nyeri sendi karena terdapat Perubahan pada kolagen yang merupakan penyebab menurunnya fleksibilitas sendi pada lansia sehingga dapat menimbulkan dampak yaitu nyeri. Terjadi erosi atau pengikisan pada kapsul persendian, sehingga bisa menyebabkan menurunnya luas dan juga pergerakan sendi, yang bisa mengakibatkan gangguan berupa pembengkakan dan juga nyeri (Malo et al., 2019)

Nyeri sendi adalah suatu keluhan utama yang timbul pada penderita penyakit osteoarthritis. Penyakit muskuloskeletal seperti arthritis maupun gangguan pada tulang ataupun persendian akan menjadi masalah yang akan sering terjadi pada lansia dikarenakan bisa mempengaruhi mobilitas ataupun aktivitas yaitu hal vital bagi kesehatan lanjut usia. Penyebab munculnya nyeri sendi bisa disebabkan karena penyakit arthritis maupun gangguan pada tulang. Nyeri sendi adalah suatu pengalaman subjektif yang bisa mempengaruhi kehidupan lansia dan juga termasuk mengganggu aktivitas fungsional lansia (Wijaya & Nurhidayati, 2020).

Nyeri sendi atau penyakit sendi yang dikenal oleh masyarakat yaitu penyakit reumatik. Tetapi penyakit sendi yang paling banyak yaitu remathoid arthrthis, osteoarthritis dan gout, beberapa penyakit ini dikelompokkan berdasarkan keluhan pasien dan diagnosa pasien yang ditandai dengan bengkak, kemerahan dan kekauan di sendi (Muchlis & Ernawati, 2021).

Rasa nyeri biasanya dapat membuat penderita merasa takut untuk bergerak, sehingga dapat mengganggu aktivitasnya sehari – hari dan juga bisa menurunkan produktivitasnya. Selain itu, rasa nyeri juga dapat membuat pasien merasa setres dalam melakukan aktivitasnya sehari – hari dan dapat mengganggu kenyamanan penderita. Maka dari itu terapi utama yang diarahkan yaitu untuk bisa menangani nyeri ini. Akibat dari penyakit ini bisa mengancam jiwa ataupun bisa juga mempengaruhi gangguna kenyamanan penderita yang disebabkan oleh penyakit nyeri sendi maupun reumatik, dan masalah yang disebabkan dari penyakit reumatik tidak hanya keterbatasan dalam melakukan aktivitas ataupun keterbatasan pada mobilitas, tetapi hal yang paling ditakuti adalah timbulnya kecacatan seperti kelumpuhan ataupun gangguan aktivitas dalam kehidupan sehari – hari (Andri et al., 2020).

Wijaya & Nurhidayati (2020), mengatakan bahwa 20% penduduk dunia mengalami nyeri sendi dan 20% yang usianya 55 tahun. ORSI (2016), mengatakan bahwa populasi lanjut usia yang ada di dunia meningkat sejalan dengan meningkatnya jumlah kasus nyeri sendi. Jumlah lansia pada Indonesia di tahun 2014 bisa mencapai 18 juta jiwa dan setelah diperkirakan akan meningkat sampai 41 juta jiwa pada tahun 2035 serta lebih dari 80 juta jiwa pada tahun 2050 (Fatmawati & Ariyanto, 2021)

Kemenkes RI (2013), mengatakan bahwa berdasarkan analisa nakes prevalensi penyakit sendi di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosa atau tanda – tanda 24,7%. Prevelensi yang sesuai dengan analisa nakes tertinggi di Bali (19,3%), Jawa Barat (17,5%) dan Papua (15,4%). Prevalensi penyakit sendi yang sesuai dengan analisa nakes atau tanda – tanda tertinggi di Nusa

tenggara Timur (33,1%), dan diikuti oleh Jawa Barat (32,1%), serta Bali (30%), dan Jambi (8.6%) (Fatmawati & Ariyanto, 2021).

Riskesdas (2018), mengatakan bahwa nyeri sendi di Indonesia mengarah pada kesehatan lansia yang terjadi pada umur 55 – 64 (15,5%), umur 65-74 tahun (18,6%) dan umur lebih dari 75 tahun keatas (18,9%). Prevalensi nyeri sendi menurut diagnosa pada penduduk umur lebih 15 tahun berdasarkan provinsi pada tahun 2018 yang tertinggi yaitu di Aceh (13,3%), lalu diikuti Bengkulu (12,7%), Bali (11%) dan Papua (11%) (Nurfitriani & Fatmawati, 2020).

Data jumlah pasien nyeri sendi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari Pacitan pada tahun 2019 laki – laki berjumlah 76 pasien dan perempuan 237 pasien, pada tahun 2020 laki – laki berjumlah 164 pasien dan perempuan 456 pasien, pada tahun 2021 laki – laki berjumlah 91 pasien dan perempuan 246 pasien, dan pada bulan Januari sampai Maret tahun 2022 berjumlah 156 pasien (Dinkes Pacitan, 2022).

Untuk tindakan nyeri bisa dilakukan dengan menggunakan dua metode yaitu dengan metode farmakologi dan nonfarmakologi (Andri et al., 2019). Metode farmakologi dapat menggunakan obat seperti analgesik, tetapi pada lansia dalam proses penuaan mengalami farmakodinamik, farmakokinetik dan metabolisme obat pada tubuh lansia yang dapat mengakibatkan memberi resiko pada pasien lanjut usia. Selain itu adapun efek yang bisa menimbulkan dalam waktu jangka panjang yang dapat mengakibatkan pendarahan pada saluran cerna, tukak peptic, perforasi dan gangguan ginjal (Andri et al., 2020).

Untuk tindakan non farmakologi yang dapat di gunakan untuk menghilangkan rasa nyeri yaitu yang biasanya dapat beresiko lebih rendah di banding dengan tindakan farmakologi. Walaupun tindakan non farmakologi adalah pengganti obat – obatan, akan tetapi tindakan tersebut hanya dapat mengurangi rasa nyeri yang dirasakan pasien (Rin et al., 2021).

Memberikan kompres rebusan air serai hangat yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri yang terjadi karena pemindahan panas dari kompres kedalam tubuh sehingga dapat terjadi pelebaran pembuluh darah, dan akan terjadi menurunnya ketegangan sehingga nyeri sendi yang dirasakan pada pasien bisa berkurang bahkan bisa menghilang. Kompres rebusan serai hangat dapat berfungsi untuk mengurangi nyeri, karena panas dapat meredakan iskemia dengan menurunkan kontraksi otot dan melancarkan pembuluh darah sehingga bisa meredakan nyeri dengan mengurangi ketegangan dan meningkatkan aliran darah pada persendian (Sarah, 2019).

Serai merupakan suatu tanaman yang mempunyai zat untuk penghangat, anti radang dan juga dapat memperlancar aliran darah. Karena serai memiliki kandungan minyak atsiri yang mempunyai efek tersebut. Serai adalah tanaman yang tumbuh di semak yang mempunyai akar serabut besar dan berimpang pendek. Serai juga bisa menurunkan nyeri sendi, yang terkandung dalam serai tersebut yaitu dengan minyak atsiri (Nurfitriani & Fatmawati, 2020).

Adapun pengaruh tentang pemberian kompres serai hangat untuk nyeri sendi, serai dapat terbukti bisa menurunkan nyeri sendi, penelitian ini dibuktikan dengan memberikan kompres serai hangat untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia. Serai merupakan tumbuhan yang dapat dimanfaatkan sebagai obat untuk memberikan kehangatan dengan cara mengoleskan bagian yang diinginkan menggunakan minyak atsiri (Nurfitriani & Fatmawati, 2020).

Hasil dari wawancara di daerah Pacitan pada bulan Februari dengan 3 warga sekitar diperoleh hasil yaitu warga atau lansia yang mengalami nyeri sendi belum ada dan belum pernah mencoba melakukan penerapan kompres serai hangat untuk mengurangi nyeri sendi, biasanya lansia yang mengalami nyeri sendi dengan skala ringan sampai sedang dan biasanya hanya di diamkan saja atau diberi kompres air hangat yang dimasukkan didalam botol, dan setelah dilakukan tindakan tersebut hanya mengalami penurunan nyeri

sebentar dan tidak berlangsung lama. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penerapan kompres serai hangat untuk mengurangi nyeri sendi terutama pada lansia. Dan dengan dilakukan penerapan kompres serai hangat diharapkan penderita mampu mengatasi nyeri sendi dan bisa melakukan aktivitas kembali.

Penerapan kompres serai hangat yaitu salah satu cara alternatif yang tindakannya mudah dilakukan dirumah secara mandiri dan bahan – bahannya juga mudah didapat, untuk pembuatan dan tindakannya sangat mudah dilakukan dan bisa dilakukan oleh lansia yang menderita nyeri sendi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada studi kasus ini adalah “Bagaimana Penerapan Kompres Serai Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi kompres serai hangat untuk mengatasi nyeri sendi pada lansia

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan skala nyeri sebelum dilakukan tindakan kompres serai hangat
- b. Mendeskripsikan skala nyeri sesudah dilakukan kompres serai hangat
- c. Mendeskripsikan perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres serai hangat

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini, diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan dan informasi kepada pasien untuk dapat mengatasi nyeri sendi dengan cara kompres serai hangat

2. Bagi pengembangan Ilmu dan Teknologi keperawatan

- a. Untuk menambah pengetahuan dan pengalaman dalam mengembangkan ilmu keperawatan di masa yang akan datang
 - b. Untuk mengembangkan diri dan bersikap profesional dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien penderita nyeri sendi
3. Bagi Penulis
- Untuk mendapatkan pengalaman dalam melakukan penelitian keperawatan dalam pelayanan keperawatan, khususnya pada penelitian tentang tindakan kompres serai hangat pada pasien nyeri sendi