

BAB I

PENDAHULUAN

Lansia merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia yang mengalami proses penuaan. Seiring bertambahnya usia, maka berbagai perubahan-perubahan dialami oleh tubuh. Perubahan pada tubuh terjadi sejak awal kehidupan hingga menua atau usia lanjut dan berpengaruh pada kondisi semua sistem organ dan jaringan tubuh termasuk sistem musculoskeletal (Nurjannah and Rahmawati, 2024).

Rheumatoid Arthritis menjadi salah satu gangguan musculoskeletal yang sering terjadi pada lansia, menyebabkan peradangan pada sendi yang berujung pada kerusakan jaringan. Kondisi ini dapat mengganggu aktivitas harian penderitanya. Penyakit ini berdampak besar pada kualitas hidup lansia, terutama akibat keterbatasan mobilitas dan rasa nyeri yang berkepanjangan (Munawaroh *et al.*, 2025). *Rheumatoid Arthritis* merupakan penyakit autoimun atau penyakit yang terjadi pada saat tubuh diserang oleh system kekebalan tubuhnya sendiri yang mengakibatkan peradangan inflamasi, kekakuan, pembengkakan, dan rasa nyeri pada sendi, otot, tendon, ligament, dan tulang. *Rheumatoid Arthritis* baiknya tidak dibiarkan, karena akan merusak sendi yang menimbulkan nyeri hebat (Nurjannah and Rahmawati, 2024).

Prevelensi *Rheumatoid Arthritis* di Indonesia mencapai 24,7% dan 11,9% berdasarkan gejala dan diagnosisnya. Selain itu, prevalensi di Jawa Tengah adalah (6,78%). Kota Kendal 5.17%, Kota Magelang (11,7%), Daerah Istimewa Jogjakarta (5,83%) (Zalzali1, 2024). Nyeri *Rheumatoid Arthritis* muncul akibat peradangan pada sendi yang mengalami pembengkakan atau kerusakan, yang berujung rasa nyeri. Pada penderita *Rheumatoid Arthritis*, nyeri ini dipicu oleh inflamasi pada sinovium yang disebabkan oleh proses autoimun yang menyerang sendi. Faktor yang dapat meningkatkan nyeri rematik meliputi usia, pola makan, dan aktivitas pada orang usia lanjut. Persepsi nyeri dapat menyebabkan ketidaknyamanan dan keterbatasan gerak

yang tampak jelas, tetapi hal yang paling ditakuti yaitu kecacatan dan gangguan aktivitas hidup sehari-hari, serta efek sistemik yang tidak jelas sehingga dapat menyebabkan kegagalan organ dan kematian atau menyebabkan masalah seperti nyeri, kelelahan, perubahan citra diri dan resiko cedera yang tinggi (Suswitha and Arindari, 2020).

Prevalensi nyeri *Rheumatoid Arthritis* di Indonesia mencapai 23,6% hingga 31,3% dengan perbandingan penyakit sebesar 15,5% pada pria dan 12,7% pada wanita. Nyeri ini disebabkan karena adanya inflamasi. Nyeri *Rheumatoid Arthritis* ini akan bertambah berat pada pagi hari saat bangun tidur membaik pada siang hari dan lebih berat pada malam hari. Nyeri ini akan bertambah berat seiring dengan beratnya penyakit dan ambang nyeri dari penderita, makin bertambah berat penyakitnya maka akan semakin bertambah pula rasa nyerinya. Bila perjalanan penyakitnya dihentikan pada reumatoid arthritis maka rasa nyeri akan berkurang. Komplikasi nyeri *Rheumatoid Arthritis* berupa *carpal tunnel syndrome*. Penyakit *Rheumatoid Arthritis* Jika tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan peradangan yang berkembang pada bagian tubuh lainnya. (Rehmaitamalem and Muhibbullah, 2022).

Penatalaksanaan untuk mengatasi nyeri dapat dilakukan dengan dua pendekatan, yaitu pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis dapat digunakan oleh lansia untuk menurunkan nyeri. Pilihan terapi farmakologis bermacam-macam yaitu obat inflamasi (obat anti peradangan) dan analgesik (obat untuk mengontrol nyeri). Terapi farmakologis bukan pengganti obat tetapi bila itu dibenarkan dapat membantu mengurangi nyeri. Terapi farmakologis pada pasien lansia akan beresiko mengalami efek samping. Hal ini terjadi karena adanya perubahan fisiologi pada lansia yang mempengaruhi penyerapan, distribusi, metabolisme, dan ekskresi obat, serta adanya kemungkinan interaksi obat yang lebih tinggi karena penggunaan polifarmasi. Terapi non-farmakologis menggunakan terapi komplementer memiliki keunggulan, yaitu salah satunya adalah dapat meminimalkan biaya pengobatan dikarenakan bahan-bahan yang digunakan untuk pengobatan mudah didapatkan dan

relative lebih murah. Maka dari itu untuk pengobatan Rheumatoid Arthritis bisa menggunakan terapi komplementer antara lain yaitu menggunakan terapi tanaman seperti jahe, rebusan daun dan batang serai dan bisa juga menggunakan terapi relaksasi, distraksi, dan pemberian sensasi hangat melalui kompres air hangat serai karena lebih efektif. Terapi non-farmakologis untuk meredakan nyeri memiliki risiko rendah dibandingkan dengan terapi farmakologis (Arsi *et al.*, 2024).

Kompres serai merupakan metode pengobatan tradisional untuk meredakan nyeri, terutama pada sendi dan otot. Serai menjadi pilihan untuk kompres karena serai mengandung minyak atsiri yang memiliki sifat kimiawi dan efek non-farmakologi yaitu rasa pedas atau sensasi hangat sebagai anti inflamasi dan menghilangkan nyeri yang bersifat analgetik serta melancarkan sirkulasi darah dan nyeri sendi pada penderita *Rheumatoid Arthritis*, kenapa rasa hangat karena merileksasikan atau melancarkan peredaran darah ke seluruh tubuh sehingga dapat mengurangi ketegangan dan menimbulkan rasa nyaman. Pengompresan dengan menggunakan buli-buli panas yang dibungkus kain yaitu secara konduksi, dimana terjadi perpindahan panas dari buli-buli kedalam tubuh akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasakan berkurang atau hilang (Rosalina, Dwi Nurbadriyah and Muhamma, 2020). Terapi kompres hangat serai ini telah dibuktikan dari *The Science and Tecnology*. Penelitian menyebutkan bahwa serai (Pebrianti and Sari, 2022) memiliki senyawa analgetik yang dapat mengurangi rasa sakit akibat *Rheumatoid Arthritis*.

Penatalaksanaan *Rheumatoid Arthritis* menggunakan pendekatan kuratif, promotif dan preventif. Upaya kuratif fokus pada pengobatan dan perawatan medis untuk mengurangi gejala dan memperbaiki kualitas hidup penderita. Upaya promotif berfokus pada peningkatan kesadaran masyarakat tentang *Rheumatoid Arthritis* dan deteksi dini. Upaya preventif seperti program edukasi dan pemeriksaan dini, cenderung memiliki dampak luas dan berkelanjutan dibandingkan dengan upaya kuratif dan promotif, namun mungkin tidak memiliki efek langsung pada penurunan kasus

Rheumatoid Arthritis. Maka perlu mengembangkan media informasi kesehatan mengenai kompres hangat rebusan serai sesuai dengan kebutuhan adalah media cetak, serta untuk menyiasati agar tidak dibuang dengan membuat media cetak booklet. Media booklet dapat menjadikan sumber bagi lansia dan keluarga lansia untuk meningkatkan pengetahuan keluarga sebagai media untuk belajar sendiri dalam meningkatkan kemampuan perawatan pada lansia (Meman, Aripa and Kartini, 2021).

Sehingga penulis tertarik untuk membuat media edukasi dengan judul “Ayo Atasi Rheumatoid Arthritis Dengan Kompres Serai” media edukasi ini bertujuan sebagai penyalur informasi kepada keluarga lansia atau lansia tentang kompres hangat menggunakan serai sebagai sarana agar lansia atau keluarga lansia mempraktekkan kompres hangat sesuai metode didalam booklet. Manfaat media booklet bagi lansia atau keluarga lansia untuk meningkatkan pengetahuan pada penurunan intensitas nyeri dengan metode yang sangat mudah yaitu kompres hangat menggunakan rebusan serai, bagi Institusi sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksana keperawatan mengenai kompres hangat rebusan air serai untuk menurunkan intensitas nyeri *Rheumatoid Arthritis* pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan, bagi penulis dapat memahami dan menambah wawasan mengenai kompres hangat rebusan air serai untuk menurunkan intensitas nyeri *Rheumatoid Arthritis*.