

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Osteoarthritis yang dikenal sebagai penyakit sendi degeneratif atau osteoarthritis (sekali pun terdapat inflamasi) merupakan kelainan sendi yang paling sering ditemukan dan kerap kali menimbulkan ketidakmampuan (disabilitas) (Aspiani, 2014).

Data dari *World Health Organization* (2011) menunjukkan jumlah penderita osteoarthritis di seluruh dunia sebanyak 151 juta jiwa. Prevalensi di kawasan Asia Tenggara kejadian osteoarthritis mencapai 24 juta jiwa dan untuk wilayah Indonesia sekitar 100% laki-laki dan perempuan di Indonesia dengan usia di atas 75 tahun mempunyai gejala-gejala osteoarthritis. Osteoarthritis dapat menyerang semua sendi, predileksi yang tersering adalah pada sendi-sendi yang menanggung beban berat badan seperti panggul, lutut, dan sendi tulang belakang bagian lumbal bawah (Sitinjak, Hastuti, & Nurfianti, 2016). Pada tahun 2007 prevalensi osteoarthritis di Jawa Tengah mencapai 15,5% pada pria dan 12,7% pada wanita yang berumur antara 40-60 tahun (Rahmawati & Sirojuddin, 2012). Berdasarkan data di Rumah Sakit Al-Islam Bandung mencapai 47,26% pada wanita yang berumur antara 56-65 tahun, sedangkan 37,64% pada laki-laki berumur sekitar 56-65 tahun (Sonjaya, Rukanta, & Widayanto, 2014).

Angka kejadian penderita osteoarthritis pada wanita umur 45 tahun ditemukan sebanyak 2%, pada umur 45-64 tahun sekitar 30% dan di atas 65 tahun sekitar 68%. Sedangkan pada pria umur 45-64 tahun presentase kejadian mirip dengan yang terjadi pada wanita, tetapi pada umur lebih dari 65 tahun ternyata lebih rendah angka kejadian osteoarthritis dibanding pada wanita (Boedhi & Darmojo, 2014). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Deu, Mogi, & Angliadi (2014), pasien osteoarthritis biasanya mengeluh nyeri pada waktu melakukan aktivitas atau jika ada pembebanan pada sendi yang terkena.

Prevalensi untuk nyeri sendi di Indonesia mencapai 23,6% hingga 31,3% (Siregar, 2015). Prevalensi di Jawa Tengah menurut tenaga kesehatan sebesar 12,0% dan secara keseluruhan penyakit nyeri sendi yang pernah dialami 36,8%. Prevalensi tertinggi di Kabupaten Kendal 24,8% dan terendah di Kabupaten Magelang 4,1% (Riskesdas, 2007). Pada usia antara 45-55 untuk prevalensi nyeri sendi sebesar 46,3%, usia 55-64 sebesar 56,4%, usia 65-74 sebesar 62,9%, dan usia lebih dari 75 sebesar 65,4% (Masluhiya dan Wijaya, 2017).

Nyeri pada osteoarthritis biasanya bertambah dengan gerakan dan sedikit berkurang dengan istirahat. Beberapa gerakan tertentu kadang-kadang menimbulkan rasa nyeri yang lebih dibandingkan gerakan yang lain. (Sudoyo *et al.*, 2010). Penanganan selain dengan cara farmakologi, dengan cara *non* farmakologi juga dapat menurunkan nyeri sendi pada penderita osteoarthritis seperti melakukan olahraga

senam rematik. Pemberian intervensi senam rematik pada penderita osteoarthritis dapat meningkatkan kualitas hidup penderita. Dengan gerakan yang berulang pada senam rematik akan terjadi peningkatan kerja otot-otot sekitar sendi sehingga mempercepat aliran darah, metabolisme juga ikut meningkat, sisa metabolisme akan ikut terbawa aliran darah mengakibatkan nyeri berkurang (Suhendriyo, 2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sitinjak, Hastuti, & Nurfianti (2016) didapatkan kesimpulan pengaruh senam rematik terhadap perubahan skala nyeri sendi lanjut usia osteoarthritis menunjukkan nilai kelompok perlakuan *p-value* sebesar 0,000 dan kelompok kontrol *p-value* sebesar 0,017 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan mean skala nyeri sendi antara kelompok perlakuan yang diberikan intervensi senam rematik dan kelompok kontrol yang tidak diberikan senam rematik, dimana skala nyeri sendi lebih rendah daripada skala nyeri yang tidak diberikan senam rematik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fatkhuriyah (2014), setelah dilakukan senam rematik dapat mengalami perubahan penurunan nyeri sendi dengan hasil perubahan skala nyeri (dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan).

Hasil *survey* di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta seluruhnya yang berjumlah 85 orang lanjut usia (lansia) yang berada pada rentang usia 60-90 tahun. Dari 85 lansia, 40 lansia diantaranya mengeluhkan nyeri sendi. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10

orang lansia, mereka semua mengeluhkan nyeri sendi dan semuanya menanganinya dengan cara istirahat dan periksa ke puskesmas yang diadakan rutin oleh petugas Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta setiap hari senin dan kamis. Ketika saat di wawancara tentang manfaat senam rematik bisa menurunkan nyeri sendi, 10 orang lansia tidak mengetahuinya. Dari salah satu pengelola di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta mengatakan belum menerapkan senam rematik, hanya senam biasa yang diterapkan di Panti Wredha Dharma Bhakti yang dilakukan setiap hari Jum'at.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penerapan senam rematik terhadap skala nyeri sendi pada penderita osteoarthritis di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada perubahan setelah diterapkan senam rematik terhadap skala nyeri sendi pada penderita osteoarthritis di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh senam rematik terhadap skala nyeri sendi pada penderita osteoarthritis di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat skala nyeri sendi sebelum dilakukan senam rematik pada penderita osteoarthritis Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.
- b. Mengidentifikasi tingkat skala nyeri sendi setelah dilakukan senam rematik pada penderita osteoarthritis Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.
- c. Menganalisa perbedaan penerapan senam rematik sebelum dan sesudah dilakukan senam rematik pada penderita osteoarthritis Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Penulis

Manfaat bagi penulis untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan penulis tentang pemberian senam rematik sebagai salah satu pilihan cara *non* farmakologi untuk menurunkan tingkat skala nyeri sendi pada klien dengan osteoarthritis.

2. Bagi Penderita Osteoarthritis

Senam rematik dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan cara *non* farmakologi untuk menurunkan skala nyeri pada klien dengan osteoarthritis.

3. Masyarakat

Sebagai masukan bagi masyarakat bahwa senam rematik sebagai salah satu pilihan cara *non* farmakologi untuk menurunkan skala nyeri pada klien sebagai osteoarthritis.