

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Osteoarthritis (OA) juga dikenal penyakit sendi degeneratif merupakan yang paling umum terjadi pada semua bentuk arthritis dan menyebabkan nyeri dan disabilitas pada lansia. Penyakit ini ditandai dengan kehilangan progresif kartilago sendi, sinovitis (inflamasi sinovium yang melapisi sendi), nyeri sendi, kekakuan, dan kehilangan gerakan sendi (Lemone, 2018:1679).

Irianto (2015:419) Osteoarthritis kondisi dimana proses penuaan dan nyeri yang diakibatkan oleh inflamasi yang timbul karena gesekan ujung tulang sendi. Osteoarthritis dibagi menjadi dua antara lain osteoarthritis primer dan osteoarthritis sekunder. Jadi osteoarthritis merupakan suatu penyakit yang muncul akibat proses kemunduran fungsi sel tubuh yaitu dari keadaan normal menjadi tidak normal, dan biasanya penyakit ini merupakan penyakit yang mengiringi proses penuaan. Penyakit ini dengan seiringnya bertambahnya usia, yang biasanya terjadi gangguan pada tulang yaitu tulang tepi dan tulang rawan, ditandai dengan gejala nyeri pada sendi lutut maupun sendi pinggul.

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi penderita osteoarthritis di dunia pada tahun 2014 mencapai 151,4 juta jiwa. Di negara barat seperti Amerika dan Eropa prevalensi osteoarthritis mencapai 22,3 juta jiwa dan 40,2 juta jiwa, sedangkan di Asia Tenggara prevalensi mencapai 27,4 juta jiwa. Pada tahun 2030, prevalensi osteoarthritis di Amerika Serikat diperkirakan akan meningkat menjadi 67 juta kasus.

Indonesia memiliki prevalensi yang cukup tinggi yaitu mencapai 15,5% pada pria dan 12,7% pada wanita. Pasien osteoarthritis biasanya hanya mengeluh nyeri pada waktu melakukan aktivitas atau adanya pembebanan pada sendi yang terkena. Bila derajat yang lebih berat nyeri akan terus menerus sehingga dapat mengganggu mobilitas pasien atau

aktivitas pasien, karena prevalensi yang cukup tinggi dari sifat yang progresif. Osteoarthritis mempunyai dampak sosial ekonomi yang besar, baik dari negara maju maupun negara berkembang, diperkirakan 1 sampai 2 juta orang lanjut usia di Indonesia menderita cacat karena osteoarthritis. Pada abad mendatang tantangan terhadap dampak dari osteoarthritis akan lebih besar karena semakin banyaknya populasi yang berumur tua (Setiati, 2014:3197). Di Jawa Tengah, prevalensi kejadian penyakit OA sebesar 18,1% dari semua penduduk (Risksedas, 2018).

Masalah muskuloskeletal seperti arthritis dan gangguan pada tulang menjadi masalah yang sering terjadi pada lansia. Distribusi usia yang berada pada rentang 60-74 atau lanjut usia bahwa osteoarthritis dapat menyebabkan terjadinya nyeri sendi yang disebabkan oleh proses degeneratif, sehingga akan memengaruhi mobilitas dan aktivitas yang merupakan hal yang vital bagi kesehatan total lansia. Nyeri sendi merupakan nyeri yang dirasakan di bagian persendian dan sekitarnya akibat proses inflamasi maupun terjadi secara idiopatik. Penderita osteoarthritis paling sering terjadi pada usia diatas 60 tahun dan tidak pernah terjadi pada anak-anak dikarenakan kondisi tulang rawan yang memiliki keterbatasan dalam proses regenerasi. Osteoarthritis merupakan penyakit yang ireversibel dan kemungkinan terjadi serta prevalensinya meningkat secara tidak terhingga seiring dengan peningkatan usia. Proses degeneratif dan keterbatasan kemampuan tubuh untuk terus mempertahankan regenerasi sel. Selain itu, di penghujung usia akan terjadi penurunan kapasitas anabolisme yang berakibat pada menurunnya kapasitas regenerasi dari kondrosit yang merupakan satu-satunya sel penyusun matriks kartilago, hal inilah yang mejadi faktor penyebab nyeri sendi osteoarthritis dipengaruhi oleh usia (Sitinjak *et al*, 2016:146).

Pada sendi terdapat suatu jaringan tulang rawan yang disebut kartilago, baisanya menutup ujung-ujung tulang penyusun sendi. Suatu lapisan cairan yang disebut cairan sinovial terletak diantara tulang-tulang

tersebut dan bertindak sebagai bahan pelumas yang mencegah ujung-ujung tulang tersebut bergesekan dan saling mengikis satu sama lain. Pada kondisi kekurangan cairan sinovial lapisan kartilago yang menutup ujung tulang akan bergesekan satu sama lain. Gesekan tersebut akan membuat lapisan tersebut semakin tipis dan akhirnya akan menimbulkan rasa nyeri. Osteoarthritis memang bukan penyakit berbahaya, tetapi berdampak langsung pada kualitas hidup penderitanya, akibat memburuknya rasa nyeri sehingga menimbulkan disabilitas. Osteoarthritis memiliki efek negatif yang besar pada aktivitas serta kesehatan mental dan fisik. Bahkan pada tahun 2020, Osteoarthritis ditaksir akan menjadi penyebab utama keempat disabilitas dunia. Juga diperkirakan 1 sampai 2 juta orang lanjut usia di Indonesia menderita cacat karena osteoarthritis (Suhendriyo, 2014:2).

Pemberian terapi farmakologi pada penderita osteoarthritis memiliki resiko tinggi menghasilkan efek yang kurang baik bagi kesehatan lansia dengan berbagai penurunan fungsi tubuh maka terapi non farmakologis seperti pemberian aktivitas olahraga fisik ini menjadi alternatif terbaik untuk mengatasi nyeri lansia. Salah satu olahraga fisik yang sederhana dan mudah dilakukan adalah senam rematik. Senam rematik merupakan senam yang berfokus pada mempertahankan lingkup gerak sendi secara maksimal. Tujuan dari senam rematik ini yaitu mengurangi nyeri sendi dan menjaga kesehatan jasmani. Keuntungan lain dari senam rematik yaitu tulang menjadi lebih lentur, otot tetap kencang, memperlancar peredaran darah, menjaga kadar lemak darah tetap normal, tidak mudah mengalami cedera, dan kecepatan sel tubuh menjadi lebih baik. Penderita osteoarthritis di Panti Werdha Sinar Abadi kota Singkawang menghasilkan kesimpulan bahwa terdapat perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi senam rematik pada lansia (Sitinjak *et al*, 2016:150)

Berdasarkan data Dinas Kesehatan kabupaten Sragen pada tahun 2017 terdapat lansia sebanyak 34.305 jiwa (24,95%) yang terdiri dari

lansia laki-laki sebanyak 14.545 jiwa (23,01%) dan lansia perempuan sebanyak 19.760 jiwa (26,59%). Berdasarkan data dari Puskesmas Sidoharjo tahun 2018 bahwa yang menderita penyakit osteoarthritis atau nyeri persendian terdapat lansia yang berjumlah 2.415 orang. Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 23 Februari 2018 di Desa Mungkung, RT 03 RW 10, Sidoharjo, Sragen dari 6 responden lansia mengeluh nyeri sendi. Setelah dilakukan wawancara 6 lansia mengatakan mereka mengatasi nyeri dengan cara dipijat dan beristirahat. Responden lansia juga mengatakan tidak mengetahui tentang manfaat senam rematik dan selama ini belum pernah melakukan senam rematik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut: “Bagaimana Pengaruh Penerapan Senam Rematik dalam Menurunkan Skala Nyeri Penyakit Osteoarthritis (OA) pada Lansia di Posyandu Lansia Sehat Sejahtera Sidoharjo Sragen?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendiskripsikan hasil penerapan senam rematik dalam menurunkan skala nyeri penyakit osteoarthritis (OA) pada lansia di Posyandu Lansia Sehat Sejahtera Sidoharjo Sragen.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil penerapan skala nyeri sebelum penerapan senam rematik pada pasien osteoarthritis.
- b. Mendiskripsikan hasil penerapan skala nyeri sesudah penerapan senam rematik pada pasien osteoarthritis.
- c. Mendiskripsikan perkembangan penurunan skala nyeri pada pasien osteoarthritis sebelum dan sesudah dilakukan senam rematik.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini, diharapkan memberi manfaat bagi :

1. Bagi penderita osteoarthritis
Senam rematik dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan tindakan konservatif untuk mengurangi nyeri sendi.
2. Bagi masyarakat
Dapat dijadikan sebagai masukan bagi masyarakat bahwa senam rematik dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan terapi konservatif yang tepat bagi penderita nyeri sendi penyakit osteoarthritis.
3. Bagi mahasiswa STIKES 'Aisyiyah Surakarta
Dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi dan referensi bagi mahasiswa keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta dalam mempelajari asuhan keperawatan pada pasien dengan osteoarthritis.
4. Bagi penulis
Mendapatkan pengetahuan dan menambah keterampilan tentang asuhan keperawatan pada pasien dengan osteoarthritis. Serta dapat menerapkan standar asuhan keperawatan untuk pengembangan praktik keperawatan.