

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menurut Badan Pusat Statistika (BPS) tahun 2019, dalam waktu hampir lima dekade, persentase lanjut usia (lansia) meningkat sekitar dua kali lipat (1971-2019), yakni menjadi 9,6% (25 juta) dimana lansia perempuan sekitar 1% lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (10,10% banding 9,10%). Jawa Tengah termasuk salah satu provinsi yang memiliki jumlah lansia terbanyak dengan jumlah 13,36% pada tahun 2019. Usia harapan hidup di Indonesia menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun 2019, meningkat menjadi 71,2 tahun, dengan 69,3 tahun untuk laki-laki dan 73,19 untuk perempuan.

Menurut Pratama (2019:22), penyakit yang biasanya terjadi pada proses penuaan salah satunya *Osteoarthritis*. Penyakit ini ditandai dengan adanya abrasi rawan sendi dan adanya pembentukan tulang baru yang irregular pada permukaan persendian. Nyeri menjadi gejala utama terbesar pada sendi yang mengalami *osteoarthritis* rasa nyeri dapat diringankan dengan istirahat. Price and Wilson menyatakan bahwa *Osteoarthritis* lebih banyak terjadi pada perempuan daripada laki-laki terutama ditemukan pada orang-orang berusia lebih dari 45 tahun. Penyakit ini pernah dianggap sebagai proses penuaan normal, sebab insiden bertambah dengan meningkatnya usia. Penyakit *osteoarthritis* bersifat degeneratif dan progresif yang mengenai dua per tiga orang yang lebih dari 65 tahun, dengan prevalensi 60,5% pada pria dan 70,5% pada wanita.

Seiring bertambahnya jumlah kasus yang mencapai usia pertengahan dan obesitas serta peningkatannya dalam populasi masyarakat *osteoarthritis* akan berdampak lebih buruk dikemudian hari. Prevalensi *osteoarthritis* di Indonesia mencapai 5% pada usia <40 tahun, 30% pada usia 40-60 tahun, dan 65% pada usia >61 tahun. *Osteoarthritis* lutut prevalensinya cukup tinggi yaitu 15,5% pada wanita dan 12,7% pada pria (Pratiwi, 2015:11).

Menurut Purnomo *et al* (2017:13), terapi latihan pada kasus *osteoarthritis genu* dapat memberikan manfaat pada pasien untuk meningkatkan, mengembalikan atau menambah fungsi fisik, serta mengoptimalkan kondisi kesehatan. Berdasarkan penelitian Marlina (2015:54), terapi latihan lutut dapat menurunkan intensitas nyeri *osteoarthritis genu*.

Banyaknya masyarakat yang belum mengetahui terapi latihan khususnya lansia dalam mengurangi nyeri *osteoarthritis genu*, sehingga perlu adanya upaya untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang terapi latihan untuk mengurangi nyeri *osteoarthritis genu*. Salah satu bentuk upaya tersebut dengan penyusunan media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) berupa media cetak yang menarik dan mudah dibawa sehingga memudahkan penyampaian pesan kepada masyarakat khususnya lansia.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis tertarik membuat media KIE tentang Terapi Latihan untuk Mengurangi Nyeri *Osteoarthritis Genu*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, didapatkan rumusan masalah yaitu, “Bagaimana prosedur pelaksanaan terapi latihan untuk mengurangi nyeri *osteoarthritis genu* dalam media KIE?”.

## **C. Tujuan KIE**

### **1. Tujuan Umum**

Media KIE disusun sebagai media promotif yang berisi terapi latihan untuk mengurangi nyeri *osteoarthritis genu*.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Memberikan informasi kepada masyarakat dan praktisi fisioterapi tentang terapi latihan untuk mengurangi nyeri *osteoarthritis genu*
- b. Sebagai media edukasi kepada masyarakat dalam mengurangi nyeri *osteoarthritis genu*

#### **D. Manfaat KIE**

1. Memberikan informasi kepada lansia tentang terapi latihan yang tepat, mudah dipahami, dan mudah diterapkan untuk mengatasi nyeri *osteoarthritis genu*.
2. Menambah semangat bagi lansia untuk melakukan terapi secara mandiri di rumah.
3. Menambah sumber informasi bagi praktisi fisioterapi tentang terapi latihan untuk mengurangi nyeri *osteoarthritis genu*

#### **E. Keutamaan KIE**

1. Menarik minat masyarakat sekaligus tenaga kesehatan fisioterapi dalam menerima informasi kesehatan yang dikemas dalam media cetak dengan desain yang menarik untuk dibaca
2. Media cetak ini memiliki isi yang lengkap dan sumber akurat sehingga dapat dijadikan sebagai acuan dalam mengatasi masalah nyeri *osteoarthritis genu* pada lansia
3. Memberikan produk inovatif baru kepada lansia yang berupa latihan untuk mengatasi atau mengurangi nyeri *osteoarthritis genu*
4. Menyertakan gambar dan SOP latihan untuk mengurangi nyeri *osteoarthritis genu*

#### **F. Luaran yang Diharapkan**

Luaran yang diharapkan adalah media KIE berupa booklet yang berjudul “Terapi Latihan untuk Mengurangi Nyeri *Osteoarthritis Genu* pada Lansia”.