

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok usia yang memasuki tahap akhir kehidupan (Ginting, *et. al.*, 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO) (dalam Suci, *et. al.*) (2019) menyebutkan bahwa lansia adalah jumlah penduduk pada kelompok usia 60-74 tahun. Dengan meningkatnya angka harapan hidup, diperkirakan jumlah lansia juga akan meningkat. Menurut *Department of Economic Social Affairs* proyeksi penduduk lansia di Dunia pada tahun 2020 mencapai 13,5%, pada tahun 2025 mencapai 14,9%, dan pada tahun 2030 mencapai 16,4% lansia dari populasi di Dunia. Sedangkan proyeksi penduduk Asia pada tahun 2020 mencapai 13,1%, pada tahun 2025 di mencapai 15%, dan pada tahun 2030 mencapai 17,1% lansia dari populasi penduduk di Asia (Kemenkes RI, 2017).

Menurut Maylasari, *et. al.* (2019) persentase lansia Indonesia meningkat dua kali lipat (1971-2019) dalam waktu lima dekade, yakni menjadi 9,6 persen (25 juta). Hal ini membuktikan bahwa perkembangan jumlah lansia di Indonesia sangat pesat dan pada tahun 2020 jumlah penduduk Indonesia yang berusia 60 tahun ke atas mencapai 26,2 juta orang dengan demikian lebih dari 9,7% jumlah penduduk Indonesia merupakan lansia (Badan Pusat Statistik, 2020). Menurut BPS Jawa Tengah (2019) pada tahun 2019 populasi penduduk usia 60 tahun ke atas mencapai 13,5% ( 4,7 Juta). Proyeksi penduduk usia 60 tahun ke atas di Jawa Tengah tahun 2020 mencapai 13,8% (5 juta) dari jumlah seluruh penduduk di Jawa Tengah (BPS Provinsi Jawa Tengah, 2020). Proyeksi penduduk yang berusia 60 tahun ke atas di Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2019 mencapai 13,98% (124 ribu) dari populasi penduduk di Sukoharjo (Paryani, 2019). Proyeksi penduduk yang berusia 60 tahun ke atas pada tahun 2020 di kabupaten Sukoharjo mencapai 14,17% (127 ribu) dari populasi penduduk Sukoharjo (Paryani, 2020).

Lansia akan mengalami proses penuaan yaitu perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia pada tubuh sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan. Perubahan kondisi fisik lansia menyebabkan penurunan kapasitas otot, dan perubahan degeneratif, disertai

dengan rasa nyeri dan pembengkakan yang tidaknyaman hingga berujung pada ketidaknyamanan pada sistem tubuh dan jaringan ikat sendi secara simetris (Suci *et al.*, 2019). Salah satu penyakit sendi yang sering terjadi pada lansia adalah rematik.

Rheumatoid Arthritis (RA) atau rematik merupakan penyakit kronis yang menyerang anggota gerak tubuh, yaitu anggota tubuh terhubung satu sama lain melalui persendian, yang menyebabkan nyeri serta deformitas (Siahaan *et al.*, 2017). Penyakit sendi rematik merupakan penyakit muskuloskeletal yang paling umum terjadi di Dunia (Meliny, *et al.*, 2018). Rheumatoid Arthritis atau rematik merupakan penyakit yang di derita oleh seperenam penduduk Dunia atau sekitar 355 juta jiwa. Diperkirakan jumlah ini akan terus meningkat hingga tahun 2025, ini menunjukkan bahwa lebih dari 25% orang akan mengalami kelumpuhan (Siregar, 2016). Jumlah penderita rematik di Indonesia mencapai 7,30%. Dengan meningkatnya jumlah penderita rematik di Indonesia, pengetahuan dan kesalahpahaman masyarakat akan penyakit ini sangat tinggi. Keadaan ini menunjukkan masih minimnya pemahaman masyarakat Indonesia (terutama para pasien) untuk lebih mengenal penyakit rematik. Selain itu angka prevalensi penderita rematik di Jawa Tengah adalah (6,78%) (Andri, *et al.*, 2020).

Masalah yang disebabkan oleh rematik tidak hanya keterbatasan yang terlihat jelas, tetapi dapat menyebabkan kegagalan organ dan kematian atau menyebabkan masalah seperti nyeri. Nyeri adalah sensasi tidak menyenangkan disertai dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial serta nyeri sendi mengganggu aktivitas harian penderita rematik, sehingga menurunkan produktivitas. Menurut *American collage Rheumatology*, penanganan bagi penderita rematik dapat meliputi terapi farmakologi dan non farmakologi serta pembedahan. Terapi farmakologi yaitu obat-obatan, obat yang digunakan dalam pengobatan RA Terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk meredakan nyeri pada penderita rematik antara lain dengan kompres panas atau dingin, stimulasi elektrik saraf kulit transkutan, teknik relaksasi, dan *massage*.

*Massage* merupakan teknik integritas sensori yang mempengaruhi aktivitas sensori otonom. Apabila individu mempersepsikan sentuhan sebagai

stimulus untuk relaks kemudian akan muncul respon relaksasi (Suci, *et. al.*, 2019). *Back massage* adalah teknik *massage* punggung dengan lembut. Usapan yang dilakukan dengan *lotion* atau balsem akan memberikan sensasi hangat dengan mengakibatkan dilatasi pada pembuluh darah lokal serta vasodilatasi peredaran darah pada area yang diusap, sehingga meningkatkan aktivitas sel dan mengurangi rasa sakit serta mendukung proses penyembuhan luka (Suci, *et. al.*, 2019).

Berdasarkan penelitian Ginting, *et. al.* (2020) di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dinas Sosial Binjai 2020 terhadap 20 responden yang berumur 60 tahun ke atas dan menderita rematik, didapatkan bahwa pemberian *back massage* selama 3 hari dalam waktu 30 menit sebagai terapi komplementer memberikan pengaruh yang sangat signifikan terhadap intensitas nyeri pada lansia penderita rematik. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Suci, *et. al.* (2019) di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang terhadap 2 responden dengan usia 60-70 tahun, menderita rematik, dan tidak mengkonsumsi obat analgetik didapatkan bahwa terdapat perbedaan skala nyeri dari hasil pengukuran skala nyeri numerik sebelum dan sesudah diberikan tindakan terapi *back massage* untuk menurunkan intensitas nyeri selama 3 hari dalam waktu 15-20 menit, dengan rata-rata penurunan 2 skala nyeri. Penelitian yang dilakukan Siahaan, *et.al.*(2017) di Desa Karyawangi Kabupaten Bandung Barat terhadap 17 wanita lanjut usia dengan nyeri sedang penderita rematik didapatkan bahwa terdapat penurunan skala nyeri sedang menjadi ringan setelah pemberian intervensi pijat punggung selama 2 hari dalam waktu 30 menit per hari.

Hasil wawancara dari 2 penderita rematik di Desa Rejosari mengemukakan sering mengalami nyeri pada daerah persendian dan hanya diperiksakan di Puskesmas Polokarto dan bergantung pada pengobatan farmakologi yang diberikan oleh dokter dan penderita belum mengetahui cara pengobatan non farmakologi menggunakan *back massage* atau pijat punggung untuk mengurangi nyeri. Berdasarkan wawancara tersebut kemudahan informasi dan edukasi pada lansia dan masyarakat umum menjadi faktor yang berpengaruh terhadap perilaku kesehatan. Apabila masyarakat mengetahui dan memahami tentang terapi *back massage* baik pengertian, manfaat, dan

pelaksanaanya maka akan memberikan dampak yang positif. Salah satu cara informasi dapat diterima dan mudah dipahami oleh masyarakat khususnya lansia yang mengalami rematik yaitu dengan media audio visual atau video. Media video menampilkan materi-materi secara ringkas, jelas, dan mudah dipahami, hal ini dapat mempermudah pemahaman dan memperkuat ingatan responden.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk menggunakan media luaran berupa video. Karena dengan memanfaatkan penggunaan media audio visual sebagai media komunikasi pendidikan kesehatan melakukan terapi *back massage* terhadap penurunan intensitas nyeri rematik pada lansia dengan media video dapat lebih mudah diterima oleh lansia maupun keluarga dari lansia. Adapun tujuan dibuatnya media video ini yaitu untuk memberikan informasi tentang menerapkan terapi *back massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada lansia dengan rematik. Luaran terapi *back massage* melalui media video diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat khususnya lansia maupun keluarga dari lansia penderita rematik untuk mendapatkan pengetahuan dan informasi mengenai terapi *back massage* serta dapat dijadikan panduan dalam menerapkan terapi *back massage* dalam mengurangi nyeri rematik pada lansia, bagi tenaga kesehatan dapat dijadikan sumber informasi dalam penyuluhan kesehatan tentang terapi *back massage* untuk menurunkan intensitas nyeri rematik pada lansia, serta dapat dijadikan acuan dalam mengembangkan kreativitas dan inovasi penyuluhan kesehatan melalui media video, bagi pendidik sebagai sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian di masa yang akan datang tentang tindakan terapi *back massage* pada penderita nyeri rematik serta meningkatkan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang keperawatan, dan bagi penulis untuk menambah pengetahuan dan pengalaman serta keterampilan dalam penerapan terapi *back massage* terhadap nyeri rematik pada lansia.