

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Perubahan gaya hidup mempunyai pengaruh bagi kesehatan seseorang di zaman modern saat ini, dari segi teknologi, makanan, pakaian, sosial budaya, olahraga dan bahkan kesehatan. Zaman era modern saat ini banyak seseorang yang jarang melakukan olahraga, menjaga pola makan, dan menjaga kesehatan karena terlalu sibuk dengan kegiatan sehari-harinya. Perubahan gaya hidup dan penggunaan sistem muskuloskeletal merupakan penyebab utama kehilangan kekuatan otot (Hidayat & Putra, 2016:5), bertambahnya usia semakin tua maka kekuatan otot dalam tubuh akan mengalami perubahan karena otot merupakan bagian yang sangat penting dari tubuh. Tubuh mempunyai banyak otot, apabila tubuh tanpa otot akan kehilangan kemampuannya untuk bergerak dan melakukan berbagai tindakan. Sistem otot di dalam tubuh berpengaruh dalam gerak dan berfungsi untuk mempermudah ketika bergerak (Syaifuddin, 2012). Bertambahnya usia beberapa kasus masalah kesehatan akan dialami oleh lansia, tidak hanya gangguan mempengaruhi mobilitas, tetapi juga menyebabkan banyak masalah fungsional lainnya. Seseorang yang semakin bertambah usia maka seseorang semakin mengalami perubahan-perubahan di usia lanjut.

Usia lanjut adalah suatu kejadian yang pasti akan di alami oleh semua orang yang dikaruniai usia panjang, terjadinya tidak bisa dihindari oleh siapapun (Murwani, 2011). Seseorang dikatakan lansia sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia, menurut UU No. 13/Tahun 1998, lansia adalah seseorang yang telah mencapai umur lebih dari 60 tahun, pada waktu seseorang memasuki usia lanjut terjadi beberapa perubahan baik perubahan secara fisik, seperti pendengaran berkurang, penglihatan kurang jelas, kekuatan otot berkurang, nyeri pada area sendi, gangguan respirasi maupun gangguan pencernaan dan bisa terjadi perubahan mental seperti lansia mengalami gangguan memori (daya ingat)

maupun perubahan sosial seperti merasa sendiri, depresi, kegiatan masyarakat menjadi berkurang.

Jumlah penduduk akan mengalami peningkatan setiap tahunnya, berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2020 jumlah lansia (27,08 juta), pada tahun 2025 (33,69 juta), kemudian pada tahun 2030 (40,95 juta) dan pada tahun 2030 diperkirakan (48,19 juta), berdasarkan hasil perkiraan tersebut, diperkirakan jumlah lansia pada setiap tahunnya akan meningkat. Indonesia memiliki tiga provinsi dengan jumlah atau presentase lansia terbesar yaitu kota DI Yogyakarta dengan presentase lansia sebesar (13,81%), Jawa Tengah (12, 59%) dan Jawa Timur sebesar (12,25%). Sementara ada tiga provinsi dengan jumlah lansia terkecil yaitu Papua dengan jumlah lansia sebesar (3,20%), Papua Barat (4,33%) dan Kepulauan Riau (4,35%) (Kemenkes RI, 2017).

Pada dasarnya setiap manusia pasti akan mengalami penuaan, dengan ditandai bertambahnya usia. Proses menua merupakan suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita. Proses menua merupakan proses yang terus menerus secara alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya yaitu anak, dewasa, dan tua. Ketiga tahap tersebut berbeda baik secara biologis maupun psikologis (Sunaryo *et al*, 2016).

Pada proses menua, lansia akan mengalami permasalahan penyakit. Permasalahan pada lanjut usia (lansia) sering berbeda dengan permasalahan dewasa muda, karena penyakit pada lansia merupakan gabungan dari kelainan-kelainan yang ditimbulkan akibat penyakit dan proses menua merupakan proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri serta mempertahankan struktur dan fungsi normalnya, sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (termasuk infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang di alami. Lanjut usia sering kali mengalami beberapa penyakit degeneratif, banyaknya penyakit denegeratif pada lansia diantaranya gangguan sirkulasi darah misalnya

hipertensi, kelainan pembuluh darah, gangguan pembuluh darah di otak, gangguan metabolisme hormonal misalnya diabetes mellitus dan ketidakseimbangan tiroid, dan gangguan pada persendian misalnya osteoarthritis, gout arthritis, rematik. Masalah yang sering dialami lansia yaitu mudah terjatuh, mudah lelah, gangguan kardiovaskular, inkontensia alvi, gangguan pendengaran, gangguan penglihatan (Aspiani, 2014). Masalah-masalah tersebut yang biasa terjadi pada lansia, dan kebanyakan orang lansia sering mengeluhkan nyeri sendi. Masalah kesehatan pada lansia dapat menjadi beban bagi keluarga, masyarakat ataupun negara.

Organisasi dunia *World Health Organization* (WHO) memperkirakan 40% dari jumlah usia 70 tahun dapat mengalami osteoarthritis dan 80% dapat mengalami keterbatasan gerak (Sudoyo dalam jurnal Pratintya). Prevalensi penyakit sendi pernah didiagnosis tenaga kesehatan di Indonesia 11,9 % dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7 %. Prevalensi penyakit sendi di Indonesia terbanyak pada usia lansia yaitu usia 75 tahun keatas sebanyak 54,8%, pada umur 65-74 tahun sebanyak 51,9% dan pada umur 55-64 sebanyak 45,0%, sedangkan yang mengalami penyakit sendi terbanyak pada wanita dengan prevalensi 27,5% sedangkan pada laki-laki sebanyak 21,8% (Risksdas, 2013). Osteoarthritis lutut prevalensinya cukup tinggi yaitu 15,5% pada pria dan 12,7% pada wanita (Anggraini, 2014). Prevalensi penyakit sendi di Jawa Tengah sebanyak 25,5 %, lansia sering mengeluhkan sendi-sendi terasa nyeri dan prevelansi penyakit sendi di kota Surakarta sebesar 18% (Risksda, 2013).

Keluhan yang sering terjadi lansia adalah nyeri sendi, karena dengan bertambahnya usia kekuatan tulang pada lansia akan mengalami penurunan, dan masalah yang sering dijumpai pada lansia yaitu osteoarthritis. Osteoarthritis adalah kerusakan kartilago sendi, yang diikuti peningkatan produksi jaringan pada batas sendi (Dewi, 2014) dan merupakan penyakit degeneratif sendi yang disebabkan oleh reaksi alergi, infeksi, keturunan dan proses penuaan. Osteoarthritis terjadi akibat kerusakan sendi, yang merusak tulang rawan pada lapisan terluar sendi karena penggunaan sendi yang berulang - ulang. Tulang yang berdekatan

akan saling bergeser sehingga menimbulkan rasa nyeri, biasanya mengenai daerah lutut dan punggung (Agoes, 2010).

Lansia sering merasakan nyeri pada saat bergerak, nyeri biasanya dirasakan pada saat bangun tidur di pagi hari dalam beberapa menit, mengeluh adanya peradangan atau pembengkakan pada persendian, merasa kelelahan disertai rasa sakit pada persendian, dari keluhan yang biasa dirasakan oleh beberapa lansia ada terapi farmakologis dan terapi non farmakologis untuk menurunkan nyeri. Terapi farmakologis yaitu dengan pemberian obat analgesik, terapi pembedahan, dan terapi non farmakologi menurut Rifham (2010) dalam jurnal “Kompres Hangat Menurunkan Nyeri Persendian Osteoarthritis pada Lanjut Usia”, menyebutkan beberapa manajemen nyeri dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri persendian yaitu dengan cara terapi fisik, *splinting*, aplikasi bungkusan dingin dan panas, *paraffin wax dips*, obat-obatan anti peradangan.

Manajemen nyeri yang dapat dilakukan oleh perawat atau tenaga kesehatan yaitu terapi panas yang dapat dilakukan dengan menggunakan kompres hangat jahe. Terapi kompres hangat merupakan tindakan dengan memberikan cairan atau alat yang dapat menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh yang memerlukan (Mubarak *et al*, 2015). Terapi kompres hangat dapat dilakukan pada osteoarthritis untuk mengurangi nyeri, menambah kelenturan sendi, mengurangi penekanan dan nyeri sendi, melemaskan otot dan melenturkan jaringan ikat (*tendon ligament extenbility*). Efektifitas kompres hangat dapat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga proses inflamasi berkurang (Masyhurrosyidi *et al*, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan Masyhurrosyidi *et al*, (2014) yaitu adanya perbedaan tingkat nyeri sebelum dan setelah pemberian kompres hangat rebusan jahe pada lanjut usia dengan osteoarthritis lutut dan hasil penelitian yang dilakukan Wijayanto *et al*, (2017) dengan hasil kompres hangat dengan jahe berpengaruh dalam menurunkan skala nyeri osteoarthritis, sehingga kompres jahe dapat menjadi alternatif sebagai pengobatan non farmakologi mengingat penggunaan obat rematik yang

tidak tepat bisa menyebabkan efek samping kerusakan lambung atau saluran pencernaan.

Jahe adalah tanaman empon-empon yang dibudidayakan dan dimanfaatkan orang untuk berbagai kegunaan salah satunya untuk obat herbal, jahe dipercaya masyarakat sebagai penyembuh berbagai penyakit dimasyarakat modern (degeneratif, penurunan imunitas, dan penurunan vitalis), mengurangi gangguan rematik, menyembuhkan syaraf muka yang sakit, membuang angin dan menghangatkan tubuh (Setyaningrum, 2013). Kandungan jahe dapat bermanfaat mengurangi nyeri osteoarthritis karena jahe mempunyai sifat pedas, pahit, dan aromatik dari oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shogaol. Oleoresin mempunyai potensi antiinflamasi dan antitoksidan yang kuat (Masyhurrosyidi, 2014). Tanaman jahe mengandung zingiberol dan kurkuminoid terbukti berkhasiat untuk mengurangi peradangan dan nyeri sendi (Haghighi dalam jurnal Hidayat, 2016). Jahe (*Zingiber officinale Rosc*) termasuk obat tradisional yang mudah di temui di masyarakat.

Hasil observasi yang dilakukan di RT 03 RW 12 Kelurahan Pucang Sawit terdapat lansia berjumlah kurang lebih 40 orang dan yang mengalami nyeri persendian osteoarthritis kurang lebih 7 orang, yang dialami mengganggu aktivitas keseharian lansia dan ketika merasakan nyeri hanya diberikan minyak gosok dan mengkonsumsi farmakologi saja. Lansia di wilayah tersebut belum pernah melakukan penanganan nyeri dengan kompres hangat jahe.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis tertarik akan melakukan Penerapan Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Kota Surakarta Kelurahan Pucang Sawit.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka permasalahan yang dapat dirumuskan oleh peneliti adalah “Bagaimanakah skala nyeri sendi pada osteoarthritis sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat jahe ?”

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi kompres hangat jahe pada pasien osteoarthritis di Kota Surakarta Kelurahan Pucang Sawit.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan nyeri sendi sebelum penerapan kompres hangat jahe pada lansia dengan osteoarthritis.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan nyeri sendi sesudah penerapan kompres hangat jahe pada lansia dengan osteoarthritis.
- c. Mendeskripsikan perkembangan nyeri sendi sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat jahe.

## **D. Manfaat**

### 1. Bagi Responden

Penulisan karya ilmiah ini dapat memberikan informasi kepada responden tentang bagaimana cara menurunkan tingkat nyeri sendi osteoarthritis dengan cara melakukan pemberian kompres hangat jahe yang dapat di aplikasikan kepada masyarakat.

### 2. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan tentang penerapan kompres hangat jahe dan dapat dijadikan masyarakat sebagai salah satu pilihan dalam menurunkan skala nyeri pada penderita osteoarthritis.

### 3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan kepada masyarakat tentang kompres hangat jahe, sebagai salah satu terapi non

farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri pada persendian yang dapat dilakukan secara mandiri.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti mampu mengaplikasikan ilmu yang diperoleh dalam kegiatan belajar mengajar dengan pengalaman yang nyata dalam melaksanakan penelitian, terutama tentang penerapan kompres hangat jahe untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan oateoarthritis.