

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia (lanjut usia) merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang akan dijalani semua individu, ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan (Prihandhani, 2012:2). UU No.13/tahun 1998 menjelaskan bahwa lansia adalah seseorang yang telah mencapai umur lebih dari 60 tahun. Seseorang memasuki usia lanjut terjadi beberapa perubahan baik perubahan secara fisik, seperti gangguan gerak (*imobilisasi*), timbul ketidakstabilan sehingga mudah untuk jatuh, gangguan mental, pikun (*intelektual impairment*), nyeri area sendi (*arthritis*), fungsi indra menurun (*impairment*). Masalah-masalah tersebut merupakan beban bagi keluarga, masyarakat, maupun negara (Pratintya *et al.*, 2014:2).

Jumlah penduduk akan mengalami peningkatan setiap tahunnya, berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2020 jumlah lansia akan meningkat \pm 27,08 juta, pada tahun 2025 diperkirakan meningkat menjadi 33,69 juta, kemudian 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% (Kemenkes RI, 2017).

Efek penuaan dan efek mekanis salah satu penyebab utama nyeri sendi pada lansia. Nyeri sendi merupakan penyakit yang umum terjadi pada masyarakat dari kelompok lansia. Faktor usia akan mempengaruhi munculnya nyeri sendi pada lansia (Ropyanto dan Sinaga, 2015:163). Lansia banyak yang tidak memperlihatkan gaya hidupnya, seperti pola makan, rutin melakukan olahraga, bahkan kebanyakan lansia khususnya laki-laki masih banyak yang merokok, sehingga banyak dari mereka mengalami nyeri sendi

(Saifuddin, 2015). Nyeri sendi merupakan penyakit tulang degeneratif yang ditandai oleh pengeroposan kartilago articular (sendi) (Ropyanto dan Sinaga, 2015).

Organisasi dunia *World Health Organization* (WHO) mengatakan nyeri sendi paling banyak diderita oleh individu yang berusia diatas 60 tahun. Kasus nyeri sendi pada lansia didunia diperkirakan mencapai 9,6% pada pria dan 18% pada wanita. Kasus tersebut akan terus meningkat akibat bertambahnya usia harapan. Individu yang berusia, lebih dari 60 tahun sekitar 10-15% menderita nyeri sendi (Ropyanto dan Sinaga, 2015:159). Prevalensi nyeri sendi total di indonesia 34,3 juta orang pada tahun 2002 dan mencapai 36,5 juta orang pada tahun 2007. Diperkirakan 40% dari populasi usia di atas 65 tahun menderita nyeri sendi, dan 80% pasien nyeri sendi mempunyai keterbatasan gerak dalam berbagai derajat dari ringan sampai berat. Prevalensi penyakit sendi di Jawa Tengah sebanyak 25,5%, lansia sering mengeluhkan sendi-sendi terasa nyeri.

Nyeri sendi menyebabkan kekakuan sendi, pembengkakan, keterbatasan gerak pada sendi, kelelahan fisik dan dapat menyebabkan kecacatan pada penderitanya. Nyeri sendi dapat mempengaruhi sendi-sendi kecil ditangan dan sendi kaki, yang cenderung paling sering terkena adalah sendi kaki. Kekakuan sendi terjadi yaitu dipagi hari, hal ini dapat berlangsung selama satu hingga dua jam (Ayu dan Warsito, 2012:63-64).

Keterbatasan pergerakan serta penurunan kemampuan muskuloskeletal dapat menurunkan aktifitas fisik dan latihan sehingga akan mempengaruhi lansia dalam melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari (*Activity Daily Living/ ADL*) yang akan berpengaruh terhadap *Quality of Life* lansia yang sifatnya kronik-progresif (Ropyanto dan Sinaga, 2015:160). Nyeri sendi yang akan mengakibatkan ketidaknyamanan bahkan hingga mengakibatkan kecacatan menjadi penyebab utama menurunnya kualitas hidup lansia karena sangat mengganggu aktivitas sehari-hari (Ropyanto dan Sinaga, 2015:160).

Besarnya kerugian yang ditimbulkan nyeri sendi maka perlu dilakukan upaya untuk meminimalkan dampak yang ditimbulkan. Intervensi yang

digunakan dalam meminimalkan dampak nyeri sendi yaitu intervensi non farmakologi dan intervensi farmakologi (Ropyanto dan Sinaga, 2015:160). Pengobatan non farmakologi untuk mengurangi nyeri sendi yaitu dengan aplikasi panas pada persendian yang sakit (Strickland, 2009). Aplikasi panas pada persendian dapat diberikan dengan kompres hangat. Menurut penelitian Fanada kompres hangat efektif dalam mengurangi nyeri sendi (Fanada, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan (Fanada, 2012) yaitu Pengaruh Kompres Hangat Dalam Menurunkan Skala Nyeri sendi pada Lansia, pada 20 responden menggunakan alat ukur FPRS (*Facial Pain Rating Scale*). Hasil penelitian tersebut menunjukkan nilai $p < 0,05$ yang artinya bahwa kompres hangat yang dilakukan sesuai dengan aturan dapat menurunkan tingkat nyeri sendi pada lansia (Fanada, 2012).

Penggunaan terapi panas permukaan pada tubuh dapat memperbaiki fleksibilitas tendon dan ligament, mengurangi spasme otot, meredakan nyeri, meningkatkan aliran darah dan meningkatkan metabolisme (Ropyanto dan Sinaga, 2015:160). Mekanismenya dalam mengurangi nyeri tidak diketahui dengan pasti walaupun para peneliti yakin bahwa panas dapat menonaktifkan serabut saraf, melepaskan endorfin, opium yang sangat kuat yang dapat memblok transmisi nyeri. Aplikasi panas pada persendian dapat diberikan dengan menggunakan alat yang disebut dengan *hot pack gel* (Strickland, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh (Strickland, 2009) yaitu tentang kegunaan *hot pack gel* dalam aplikasi panas terhadap tubuh cukup efektif. Hal ini disebabkan karena *hot pack gel* mampu menahan suhu panas lebih lama sehingga dapat meningkatkan vasodilatasi pembuluh darah ke darah persendian yang terinjuri sehingga mampu meredakan nyeri. Hal ini disebabkan karena kompres hangat yang disalurkan melalui konduksi atau bantalan panas berupa *hot pack gel* dapat melebarkan pembuluh darah dan dapat meningkatkan aliran darah. Hal ini disebabkan karena *hot pack gel* menyebabkan elevasi suhu kulit jaringan, sendi tangan dan kaki (Strickland, 2009).

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari Puskesmas Mojolaban di Dukuh Nawud RT 03 RW 03 Tegalmade Mojolaban Sukoharjo dalam satu RT terdapat 47 lansia. Hasil wawancara dengan 20 orang lansia dengan usia lebih dari 60 tahun di Dukuh Nawud RT 03 RW 03 Tegalmade Mojolaban Sukoharjo didapat 10 lansia mengalami nyeri sendi serta mengganggu aktivitas keseharian lansia dan ketika merasakan nyeri hanya diberikan minyak gosok dan mengkonsumsi farmakologi saja . 10 lansia tersebut belum pernah melakukan tindakan non farmakologi dan hasil dari wawancara belum mengetahui manfaat kompres hangat dalam menangani nyeri tersebut. Penulis tertarik untuk menerapkan tentang “Penerapan Kompres Hangat untuk Nyeri Sendi pada Lansia di kelurahan Tegalmade, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana skala nyeri sendi pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi kompres hangat terhadap nyeri sendi pada lansia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan nyeri sendi pada lansia sebelum penerapan kompres hangat.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan nyeri sendi pada lansia sesudah penerapan kompres hangat.
- c. Mendeskripsikan perubahan nyeri sendi sebelum dan sesudah penerapan kompres hangat.

D. Manfaat Penelitian

1. Penulis

Setelah melakukan tindakan keperawatan pada pasien lansia dengan penerapan terapi kompres hangat diharapkan penulis dapat lebih mengetahui cara mengontrol dalam penurunan intensitas nyeri.

2. Tenaga Kesehatan

Sebagai acuan bagi tenaga kesehatan khususnya perawat agar menggunakan terapi kompres hangat sebagai pilihan terapi komplementer, selain farmakologi dalam mengatasi keluhan nyeri pada lansia.

3. Keluarga dan Pasien

Setelah melakukan asuhan keperawatan pada lansia penderita nyeri sendi diharapkan keluarga dan penderita mampu merawat anggota keluarga yang mengalami nyeri sendi dengan memberikan terapi kompres hangat.

4. Pelayanan Kesehatan

Sebagai bahan masukan dalam mengetahui pemanfaatan penerapan kompres hangat terhadap nyeri sendi pada lansia.