

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Secara global pada tahun 2013 proporsi dari populasi penduduk berusia lebih dari 60 tahun adalah 11,7% dari total populasi dunia dan diperkirakan jumlah tersebut akan terus meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup. Menurut kementerian kesehatan RI “komposisi penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2012 nampak proporsinya sebesar 7,59% dengan jumlah perempuan 54% lebih banyak dari pada lansia laki-laki 46%”.

Lansia merupakan kelompok manusia yang berusia 60 tahun ke atas. Peningkatan jumlah lanjut usia (lansia) perlu mendapatkan perhatian karena kelompok lansia merupakan kelompok beresiko tinggi yang mengalami berbagai masalah kesehatan khususnya penyakit degenerative. Penyakit pada sendi yang sering menyebabkan gejala nyeri adalah akibat degenerasi atau kerusakan pada permukaan sendi tulang yang banyak ditemukan pada lanjut usia. Perubahan yang terjadi pada lansia menyebabkan jaringan ikat sekitar sendi, ligament dan kartilago mengalami penurunan elastisitas karena terjadi degenerasi, erosi dan klasifikasi sehingga kehilangan fleksibilitasnya. “Beberapa kelainan akibat perubahan sendi yang banyak terjadi pada lansia antara lain; osteoarthritis, *arthritis rheumatoid* dan gout. Kelainan ini dapat menimbulkan gangguan berupa rasa nyeri, bengkak, kekakuan sendi, keterbatasan luas gerak sendi, gangguan berjalan dan aktivitas keseharian lainnya” (Handono & Richard, 2013).

Pada usia lanjut yang sering dialami lansia yang menimbulkan gangguan muskuloskeletal terutama adalah nyeri sendi. Nyeri sendi adalah suatu peradangan sendi yang ditandai dengan pembengkakan sendi, warna kemerahan, panas, nyeri dan terjadinya gangguan gerak. Pada keadaan ini lansia sangat terganggu, apabila lebih dari satu sendi yang terserang. “Hampir 8% orang yang berusia 50 tahun keatas mempunyai keluhan pada sendinya, terutama linu, pegal dan kadang-kadang terasa sangat nyeri. Bagian yang terkena biasanya adalah persendian pada jari-jari, tulang punggung, sendi penahan berat tubuh (lutut dan panggul)” (Handono & Richard, 2013).

Mempertahankan dan meningkatkan Keterbatasan aktivitas pada lansia akibat nyeri sendi dapat dilakukan tindakan preventif dan promotif berupa latihan fisik guna meningkatkan kebugaran dengan harapan dapat mengurangi nyeri dan mencegah penyakit rematik menjadi lebih parah. Latihan fisik tersebut dapat menggunakan metode gerak tubuh yang dikenal dengan senam rematik. Senam ini konsentrasinya pada gerakan sendi sambil meregangkan ototnya dan menguatkan ototnya, karena otot-otot inilah yang membantu sendi untuk menopang tubuh. Senam rematik menggerakkan sendi besar dan kecil dengan intensitas sedang sudah mampu mencegah lansia dari kekakuan sendi dan kemunduran otot anggota gerak. “Senam rematik hanyalah satu upaya untuk mencegah dan meringankan gejala-gejala rematik serta gerakan senam untuk meningkatkan aktifitas gerak, fungsi, kekuatan dan daya tahan otot” (Khikmah, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Suhendriyo (2014) tentang “Pengaruh Senam Rematik Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Penderita Osteoartritis Lutut

diKarangasem Surakarta” didapatkan hasil statistik dengan nilai $p = 0.005$ pada kelompok kontrol maupun pada kelompok perlakuan yang berarti bahwa $p < 0.05$. Hal ini menunjukkan bukti adanya pengaruh yang signifikan antara senam rematik terhadap pengurangan rasa nyeri pada penderita osteoarthritis lutut di Karangasem Surakarta. Selain itu juga dari penelitian Khikmah Nurhidayah (2012) tentang “Pengaruh Senam Rematik Terhadap Aktifitas Fungsional Lansia diKomunitas Senam Lansia Wilayah Kelurahan Nusukan Banjarsari Surakarta” peneliti melakukan uji *Paired Sample T-test* didapatkan hasil statistik dengan nilai $p = 0,000$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh senam rematik terhadap aktifitas fungsional lansia.

Berdasarkan hasil survey yang didapatkan diwilayah kerja Puskesmas Pangi Kecamatan Dulupi Kabupaten Boalemo, jumlah lansia yang mengeluh nyeri sendi yang berobat diPuskesmas Pangi yaitu sebanyak 35 orang lansia. Penatalaksanaan nyeri sendi diwilayah kerja ini hanya diberikan penatalaksanaan farmakologi yakni diberikan obat-obatan yang dapat memberikan efek negatif jangka panjang pada lansia. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologis seperti latihan senam rematik belum pernah dilakukan.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul : “Pengaruh Senam Rematik terhadap Perubahan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Athritis diwilayah kerja Puskesmas Pangi Kecamatan Dulupi Kabupaten Boalemo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, masalah yang dapat diidentifikasi yaitu :

1. Diwilayah kerja Puskesmas Pangi Kecamatan Dulupi Kabupaten Boalemo, jumlah lansia yang mengeluh nyeri sendi yang berobat diPuskesmas Pangi yaitu sebanyak 35 orang lansia (Data Puskesmas, 2016)
2. Berdasarkan hasil survey penatalaksanaan nyeri sendi diwilayah Puskesmas Pangi Kecamatan Dulupi Kabupaten Boalemo hanya diberikan penatalaksanaan farmakologi yakni diberikan obat-obatan yang dapat memberikan efek negatif jangka panjang pada lansia. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologis seperti latihan senam rematik belum pernah dilakukan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Senam Rematik berpengaruh terhadap Perubahan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis diwilayah kerja Puskesmas Pangi Kecamatan Dulupi Kabupaten Boalemo”.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Senam Rematik terhadap Perubahan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis diwilayah kerja Puskesmas Pangi Kecamatan Dulupi Kabupaten Boalemo.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui nyeri sendi lansia sebelum dilakukan senam rematik diwilayah kerja Puskesmas Pangi Kecamatan Dulupi Kabupaten Boalemo.
2. Mengidentifikasi nyeri sendi lansia sesudah dilakukan senam rematik diwilayah kerja Puskesmas Pangi Kecamatan Dulupi Kabupaten Boalemo.
3. Menganalisis pengaruh senam rematik terhadap perubahan nyeri sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis diwilayah kerja Puskesmas Pangi Kecamatan Dulupi Kabupaten Boalemo

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Sebagai informasi dan menambah wawasan tentang Pengaruh Senam Rematik terhadap Perubahan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis dan hendaknya lebih memperhatikan kesehatan lansia terutama mengenai nyeri sendi pada lansia. selain itu, dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi puskesmas

Sebagai bahan masukan bagi puskesmas terutama memberikan pelayanan pada lansia yang mengalami masalah dengan nyeri sendi akibat penyakit atau gejala rematik.

2. Bagi keperawatan

Sebagai bahan masukan bagi keperawatan khususnya keperawatan gerontic dalam memberikan pelayanan keperawatan kepada lansia.

3. Bagi peneliti

Sebagai masukan bagi peneliti dalam mengembangkan pengetahuan tentang perawatan lansia melalui penelitian yang empiric.