

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) yaitu seseorang yang memasuki usia 60 tahun keatas dan telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupan (Anggraini, 2018). Seiring bertambahnya usia lansia akan mengalami meningkatnya kerentanan terhadap berbagai penyakit, mengalami kemahan, penurunan, perubahan fisiologis, perubahan lingkungan serta hilangnya ketangkasan dan mobilitas. Adanya terjadi fenomena tersebut maka lansia penting untuk diperhatikan (Maryam, 2017). Menurut Depkes RI (2018) mengatakan kelompok yang mengalami berbagai masalah kesehatan yang beresiko tinggi khususnya penyakit degeneratif yaitu kelompok lanjut usia.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) di Asia Tenggara populasi lansia sekitar 142 juta jiwa atau sebesar 8%. Diperkirakan populasi lanjut usia akan meningkat 3 kali lipat dari tahun ini pada tahun 2050. Dari total populasi jumlah lansia pada tahun 2000 sekitar 7,4% atau 5,3 juta jiwa, sedangkan pada tahun 2010 dari total populasi jumlah lansia 9,77% atau 24 juta jiwa, dan diperkirakan jumlah lansia mencapai 11,34% atau 28,8 juta jiwa ditahun 2020 dari total populasi. Kemenkes RI (2013) mengatakan diperkirakan jumlah lansia sekitar 80 juta jiwa pada tahun 2020 di Indonesia. Di Indonesia beberapa tahun terakhir jumlah lanjut usia mengalami peningkatan yang signifikan, presentasi lansia perempuan lebih banyak dari pada lansia laki-laki dimana pada tahun 1971 sampai tahun 2017 mengalami peningkatan dua kali lipat sekitar 23,4 juta atau 8,97%. sebanyak 47,48 % lansia laki-laki dan

sebanyak 52,52% lansia perempuan (Badan Pusat Statistik, 2017).\

Pertambahan jumlah lansia di beberapa Negara, salah satunya Indonesia telah mengubah profil kependudukan baik nasional maupun dunia. Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia berjumlah 18,57 juta jiwa, meningkat sekitar 7,93% dari tahun 2000 yang sebanyak 14,44 juta jiwa. Diperkirakan jumlah penduduk lansia di Indonesia akan terus bertambah sekitar 450.000 jiwa pertahun. Dengan demikian pada tahun 2025 jumlah penduduk lansia di Indonesia akan sekitar 34,22 juta jiwa . Efendi dan Makhfudli (2020).

Perubahan-perubahan akan terjadi pada tubuh manusia sejalan dengan makin meningkatnya usia. Perubahan tubuh terjadi sejak awal kehidupan hingga usia lanjut pada semua organ dan jaringan tubuh. Keadaan demikian itu tampak pula pada semua sistem muskuloskeletal dan jaringan lain yang ada kaitannya dengan kemungkinan timbulnya beberapa nyeri sendi . Salah satu golongan penyakit osteoarthritis yang sering menyertai usia lanjut yang menimbulkan gangguan muskuloskeletal terutama adalah osteoarthritis. Kejadian penyakit tersebut akan semakin meningkat sejalan dengan meningkatnya usia manusia. osteoarthritis dapat mengakibatkan perubahan otot, hingga fungsinya dapat menurun bila otot pada bagian yang menderita tidak dilatih guna mengaktifkan fungsi otot. Dengan meningkatnya usia menjadi tua (menua) fungsi otot dapat dilatih dengan baik. Namun usia lanjut tidak selalu mengalami atau menderita osteoarthritis . Bagaimana timbulnya kejadian osteoarthritis ini, sampai sekarang belum sepenuhnya dapat dimengerti (Darmojo dan Martono, 2018).

Osteoarthritis dapat mengakibatkan kekakuan, inflamasi, rasa sakit dan pembengkakan pada tulang, tendon, otot, ligamen dan sendi. Kenyamanan lansia dalam beraktivitas sehari-hari dapat mengganggu akibat rasa nyeri yang ditimbulkan (Nainggolan, 2018). Aktivitas yang dimaksud antara lain makan, minum, berjalan, mandi, buang air kecil dan buang air besar. Lansia mampu melakukan aktivitas fisik secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain merupakan nilai dari kemandirian lansia (Chintyawati, 2018 dalam Seran, Hendro dan Franly, 2018).

Menurut penelitian terakhir WHO mencatat angka kejadian osteoarthritis di Dunia mencapai 20% dari penduduk dunia yang telah terserang penyakit Rematik, dimana 5-10% adalah mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% adalah mereka yang berusia 55 tahun (Wiyono, 2019).

Hasil riset kesehatan dasar (Rikesda) Indonesia tahun 2018 prevalensi penyakit sendi adalah 11,9% dan kecenderungan prevalensi penyakit sendi/osteoarthritis 24,7%. Prevalensi berdasarkan diagnosis nakes tertinggi adalah di Bali 19,3%, diikuti di Aceh 18,3%, Jawa barat 17,5% dan Papua 15,4%. Sedangkan prevalensi sendi berdasarkan diagnosis nakes atau gejala tertinggi di Nusa Tenggara Timur 33,1%, diikuti Jawa Barat 32,1%, Bali 30%. Tertinggi pada umur ≥ 75 tahun 33% dan 54,8%. Prevalensi yang didiagnosa nakes lebih tinggi pada perempuan 13,4% di bandingkan dengan laki-laki 10,3% demikian juga yang didiagnosa pada nakes atau gejala pada perempuan 27,5% lebih tinggi dari laki-laki 21,8% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan juli 2023 oleh penulis didapatkan hasil observasi dengan 7 lansia penderita

osteoarthritis di bulan juli 2023. RT 02 Rw 04 kelurahan korong gadang kecamatan kuranji tahun 2023. mengeluh nyeri pada kaki, kekuan pada sendi, nyeri yang di rasakan seperti ditusuk-tusuk, bertambah nyeri saat beraktivitas, tiga orang lansia tersebut merasa kelelahan setelah beraktivitas meskipun hanya beraktivitas ringan untuk menghilangkan rasa nyeri karena jarang ke puskesmas ,terkadang jika nyeri timbul mereka hanya mengoleskan balsam pada sendi yang sakit dan itu pun dilakukan ketika nyeri timbul.

Salah satu pengobatan osteoarthritis adalah salah satu dengan cara senam ergonomis sehingga dapat menghilangkan rasa nyeri pada penderitanya osteoarthritis. Teknik senam ergonomis terlihat rilek, nyaman, relaksasi, meningkatkan intake cairan, mengatur pola menjaga ideal tubuh, olahraga untuk mengatasi nyeri lansia (Krisnatuti, 2018). Salah satu pengobatan osteoarthritis secara non farmakologi adalah salah satu dengan cara senam ergonomis sehingga dapat menghilangkan rasa nyeri pada penderitanya osteoarthritis. Teknik senam ergonomis terlihat rilek ,nyaman. relaksasi, meningkatkan intake cairan, mengatur pola menjaga ideal tubu, olah raga untuk mengatasi nyeri lansia (Krisnatuti, 2018).

Senam ergonomis merupakan senam yang terdiri dari gerakan otot dan teknik pernafasan. Rangkaian gerakan pada senam ergonomis merupakan gerakan yang dilakukan manusia dari dulu sampai kini karena gerakannya sangat efisien, efektif dan logis (Sagiran, 2019). Secara sadar teknik pernafasan yang dilakukan memungkinkan perlahan-lahan abdomen diangkat dan mengembah penuh di dada. Teknik pada pernafasan tersebut jantung diberikan pijatan karena adanya gerakan dari turun naiknya diafragma, mempelancar sumbatan-sumbatan dan pengangggkutan sisa pembakaranseperti asam urat oleh

plasma darah dari ke sel ginjal dan dikeluarkan dan bentuk feses dan urin pada usus besar (Wratsongko, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan juli 2023. RT 02 Rw 04 kelurahan korong gadang kecamatan kuranji tahun 2023 ?" Pada Ny.w dengan mengeluh sakit pada sendi-sendi kaki, terutama pada bagian lutut, sakit dirasakan seperti terbakar dan ditusuk-tusuk. nyeri yang di rasakan pada Ny. w hilang timbul. Keluhan yang dirasakan klien sering terjadi terutama saat pagi dan malam hari. Seluruh kaki klien terasa menegang bila udara dingin, sehingga apabila nyeri datang klien mengatakan susah berjalan, klien juga mengatakan bengkak pada lututnya, klien tampak meringis dan memegang kakinya, Klien menyatakan nyeri yang dirasakannya berada pada skala 6. Klien tampak berjalan dengan pelan dan hati-hati, Klien mengatakan tidak ada mengikuti kegiatan jika ada posyandu lansia seperti klien tampak banyak duduk di kamar dan jarang melakukan aktivitas.

Berdasarkan hasil anamnesa perawat didapatkan lansia yang menderita nyeri sendi di Rt 02 Rw 03 Kelurahan korong gadang kecamatan kuranji " belum pernah melakukan senam arganomis untuk menurunkan nyeri sendi yang dirasakan. Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Asuhan keperawatan gerontik dengan pemberian senam arganomis dalam upaya penurunan nyeri sendi pada Ny.W di RT 02 Rw 04 kelurahan korong gadang kecamatan kuranji tahun 2023" penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan komprehensif pada lansia dengan penyakit nyeri sendi dan melakukan aplikasi senam ergonomis dalam penanganan sebagai intervensi lansia dengan nyeri sendi sebagai masalah keperawatan

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Dengan Pengaruh Pemberian Senam Arganomis Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pada Lansia Ny.W di RT 02 Rw 04 kelurahan korong gadang kecamatan kuranji tahun 2023 ?"

C. Tujuan

1. Umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini bertujuan untuk melakukan Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Pemberian Senam Arganomis Dalam Menurunkan Skala Nyeri pada Ny.w di RT 02 Rw 04 kelurahan korong gadang kecamatan kuranji "

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada lansia Nyeri sendi dengan masalahnyeri sendi menggunakan intervensi senam arganomis di RT 02 RW 04 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji.
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada lansia Nyeri sendi dengan masalahnyeri sendi menggunakan intervensi senam arganomis di RT 02 RW 04 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji.
- c. Membuat rencana asuhan keperawatan pada nyeri sendi dengan masalah nyeri menggunakan intervensi senam arganomis di RT 02 RW 04 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji.
- d. Melaksanakan implementasi keperawatan pada lansia nyeri sendi dengan masalah nyeri menggunakan intervensi senam arganomis di RT 02 RW 04 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia nyeri sendi dengan masalah nyeri kronis menggunakan intervensi senam arganomis di RT 02 RW 04 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji.

f. Mendokumentasikan hasil keperawatan pada kelompok lansia dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang dengan masalah nyeri sendi menggunakan intervensi senam ergonomis di RT 02 RW 04 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji.

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Bagi mahasiswa kesehatan khususnya mahasiswa keperawatan karya ilmiah ini dapat dijadikan sebagai wacana dalam mempelajari konsep maupun praktik asuhan keperawatan gerontik dengan nyeri sendi . Mahasiswa keperawatan diharapkan mampu mempratikkan asuhan keperawatan gerontik dengan nyeri sendi saat praktik lapangan dengan pemahaman yang baik terhadap asuhan keperawatan tersebut.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Informasi karya ilmiah ini diharapkan dapat berguna bagi instansi pendidikan Stikes alifah padang sebagai laporan hasil asuhan keperawatan gerontik mahasiswa profesi Ners pada lansia dengan nyeri sendi. Instansi juga dapat menggunakan karya ilmiah ini sebagai sumber referensi peserta didik terutama yang sedang mengikuti mata kuliah keperawatan gerontik.

3. Bagi Masyarakat

Penulisan karya ilmiah ini diharapkan mampu memberikan informasi terhadap masyarakat dalam memilih terapinonfarmakologis untuk mengatasi nyeri sendi pada lansia.