

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Setiap makhluk hidup yang ada di dunia ini akan mengalami proses yang dinamakan tua atau menua. Seseorang bisa dikatakan tua atau lanjut usia ketika telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (Wahyuni et al., 2021). Karena berhubungan dengan umur seseorang, menua merupakan kondisi yang alami, wajar dan tidak seorangpun bisa menghindari fase ini. Lanjut usia (lansia) merupakan masa transformatif paling akhir dari seluruh siklus kehidupan manusia, yang ditandai dengan adanya penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres dilingkungan sekitar. (Masnina & Putra, 2021).

Proses alami ini berjalan terus- menerus tanpa henti dan berkesinambungan, yang pada akhirnya akan mempengaruhi perubahan anatomis, fisiologis dan biokimia dalam tubuh, sehingga berpengaruh besar pada fungsi dan kemampuan tubuh secara menyeluruh. Tanpa disadari pada proses menua lansia akan menghadapi beberapa perubahan dalam dirinya yaitu perubahan fisik, psikososial, spiritual, perubahan kognitif, dan perubahan fungsional (Tadung et al., 2022). Pada penuaan ini kemampuan jaringan untuk memperbaiki, mengganti dan mempertahankan fungsi normal tubuh menghilang secara perlahan-lahan, sehingga tubuh tidak mampu bertahan terhadap infeksi serta memperbaiki kerusakan yang ada (Sari & Zuhroh, 2020).

Menurut WHO tahun 2019, proporsi penduduk lansia di dunia mencapai 13,4% dan diperkirakan akan terus meningkat di tahun 2050 menjadi 25,3% dari total penduduk. Tidak beda jauh dari perhitungan secara global, di tahun 2019 Indonesia juga mengalami penuaan penduduk, dimana jumlah lansia terus meningkat menjadi 27,5 juta atau setara dengan 10,3% dan akan terus meningkat 57,0 juta jiwa atau setara dengan 17,9% pada tahun 2045 (Sulistyowati et al., 2024). Peningkatan jumlah populasi lansia merupakan cerminan dari semakin tingginya rata-rata usia harapan hidup penduduk Indonesia. Sedangkan tingginya usia harapan hidup merupakan

salah satu indikator keberhasilan pencapaian pembangunan nasional terutama di bidang kesehatan (Meilianingsih et al., 2017).

Penyakit degeneratif merupakan kondisi kesehatan dimana organ atau jaringan terkait, keadaannya terus menurun seiring berjalannya waktu. Penyakit ini terjadi karena adanya perubahan pada sel-sel tubuh yang pada akhirnya mempengaruhi fungsi organ secara menyeluruh. Proses penuaan adalah penyebab penyakit degeneratif yang paling umum, karena semakin bertambah usia maka fungsi jaringan dan organ tubuh pun akan semakin mengalami penurunan (Yunita et al., 2021). Salah satu dari banyaknya penyakit degeneratif yang sering dialami lansia adalah penyakit muskuloskeletal terutama nyeri sendi atau yang sering disebut dengan osteoarthritis.

Osteoarthritis (OA) adalah penyakit sendi degeneratif non peradangan yang dapat mempengaruhi fungsi dan kestabilan setiap sendi yang menahan beban, melibatkan kartilago, lapisan sendi, ligamen dan tulang (Heiwer Matongka et al., 2021). Penyakit ini seringkali menimbulkan ketidakmampuan atau disabilitas. Gejala utama dan yang paling umum dirasakan oleh penderitanya adalah nyeri, dimana nyeri yang terus-menerus berlangsung ini dapat menghambat aktivitas serta mengganggu rasa nyaman penderitanya terutama lansia. Meskipun osteoarthritis tidak mengancam nyawa, tetapi kondisi ini menyebabkan kegagalan fungsi yang mana dapat mengurangi kualitas hidup manusia, terhambatnya ruang gerak penderita, penurunan kemampuan kerja, nyeri hebat dan cacat (Anisia & Umam, 2020) Hampir 80% penderita osteoarthritis mengalami keterbatasan dalam bergerak dan sisanya bahkan tidak dapat melakukan kegiatan sehari-hari.

Prevalensi osteoarthritis di Asia diperkirakan akan meningkat terus-menerus sebanyak dua kali lipat dari 6,8% di tahun 2008, menjadi 16,2% di tahun 2040. Kementerian kesehatan RI memetakan jumlah penderita osteoarthritis di Indonesia mencapai angka lebih dari 11,5% atau setara dengan 36,5 juta jiwa, artinya setiap 10 penduduk Indonesia satu diantaranya menderita osteoarthritis. Prevalensi terbesar terjadi pada lansia yang usianya lebih dari 75 tahun, yaitu sebesar 58,8%, selanjutnya diikuti oleh lansia 65-

75 tahun, sebesar 51,9%, dibawahnya yaitu lansia dengan usia 55-64 tahun, sebesar 45,0% dan yang terakhir yaitu usia 45-54 tahun, sebesar 37,2%. RISKESDAS menyatakan bahwa angka kejadian osteoarthritis di Indonesia banyak terjadi pada perempuan dengan prevalensi 27,5% dan laki-laki dengan prevalensi 21,8% (Ariyanti & Imam, 2021).

Penyebab dari osteoarthritis bersifat multifaktorial atau beraneka ragam faktor risikonya, seperti lanjut usia, obesitas, trauma pada sendi dan kelainan genetik pada tulang rawan sendi atau adanya tekanan berlebih pada sendi yang disebabkan oleh olahraga atau aktivitas berat lainnya (Azizah et al., 2024). Pada pasien osteoarthritis terjadi penipisan hingga mengelupasnya tulang rawan sendi sehingga pada saat terjadi penekanan atau gesekan pada permukaan sendi terdapat nyeri dikarenakan adanya benturan antara tulang dengan tulang yang dapat mengiritasi ujung saraf pada permukaan sendi tersebut (Era Sasmita et al., 2023). Nyeri dan kekakuan pada sendi umumnya timbul pada pagi hari ketika bangun tidur dan setelah istirahat di siang hari, gejala lain yang muncul yaitu kemerahan, hangat disertai nyeri tekan, rasa kaku, imobilitas, krepitasi dan deformitas.

Nyeri merupakan masalah yang paling umum diantara banyaknya masalah lain yang terjadi pada lansia, hal ini dikaitkan dengan kesehatan yang memburuk karena gangguan fungsional yang lebih besar, kecacatan, depresi, demensia, dan isolasi sosial (A.A & Boy, 2020). Meskipun nyeri bukanlah bagian dari penuaan, tetapi seringkali muncul pada orang-orang yang memiliki usia lebih tua, hasil penelitian menunjukkan sebanyak 50% orang dewasa yang tinggal di komunitas dan 45% - 80% orang yang tinggal di panti jompo mengalami permasalahan nyeri. Nyeri sangat berdampak pada kehidupan setiap individu, tetapi efeknya akan lebih besar pada orang dewasa atau usia yang lebih tua daripada orang dewasa yang lebih muda, karena prevalensi nyeri akan terus meningkat seiring bertambahnya usia.

Untuk menyikapi perubahan fisik pada lansia, perawat memiliki peranan penting dalam melakukan program promosi kesehatan, pencegahan penyakit, tindakan preventif yang fokus pada pemeliharaan kesehatan, tindakan kuratif sebagai upaya pengobatan yang bertujuan untuk

menyembuhkan penyakit, mengurangi gejala akibat penyakit, mengendalikan penyakit dan menghindari kecacatan serta meningkatkan kualitas hidup, selain itu penting bagi perawat melakukan tindakan rehabilitatif sebagai upaya pengembalian bekas penderita yang telah mengalami penyakit ke dalam masyarakat, agar dapat kembali bersosialisasi, berfungsi sebagai anggota masyarakat, berguna untuk diri sendiri dan lingkungan sekitar sesuai dengan kemampuannya.

Tindakan keperawatan yang aman dan mudah diberikan sebagai upaya untuk mengurangi gejala dari osteoarthritis adalah dengan pijat refleksi/ pijat kaki (*foot massage*) dengan memijat titik-titik tertentu pada kaki. Tindakan memanipulasi jaringan ikat dengan menggosok, meremas, memberikan tekanan, vibrasi atau getaran menggunakan sentuhan tangan dan jari-jari ini efektif berdampak pada peningkatan sirkulasi, memperbaiki tonus otot, memberikan efek relaksasi, yang paling populer adalah mengurangi rasa sakit atau nyeri (Yakout, et al., 2022)

Berdasarkan uraian diatas, penulis berusaha memberikan penerapan terapi pijat kaki (*foot massage*) untuk mengurangi nyeri kronis pada lansia dengan osteoarthritis lutut di Dusun Ngamprong Desa Banjarejo Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Mencermati permasalahan di atas, dapat disimpulkan bahwa permasalahan utama yang akan dibahas adalah bagaimana penerapan terapi pijat kaki (*foot massage*) untuk mengurangi intensitas nyeri kronis pada lansia dengan osteoarthritis lutut di Dusun Ngamprong Desa Banjarejo Kecamatan Pakis Kabupaten Malang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Adapun tujuan umum dari karya ilmiah akhir ners ini adalah untuk menganalisis dampak dari penerapan terapi pijat kaki (*foot massage*) untuk mengurangi intensitas nyeri kronis pada lansia dengan osteoarthritis lutut di Dusun Ngamprong Desa Banjarejo Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus diadakannya penelitian ini ialah:

1. Mengkaji pasien lansia dengan osteoarthritis lutut di Dusun Ngamprong Desa Banjarejo Kecamatan Pakis Kabupaten Malang
2. Merumuskan diagnosa keperawatan gerontik pasien lansia dengan osteoarthritis lutut di Dusun Ngamprong Desa Banjarejo Kecamatan Pakis Kabupaten Malang
3. Merencanakan asuhan keperawatan gerontik pasien lansia dengan osteoarthritis lutut di Dusun Ngamprong Desa Banjarejo Kecamatan Pakis Kabupaten Malang
4. Melaksanakan asuhan keperawatan gerontik pasien lansia dengan osteoarthritis lutut di Dusun Ngamprong Desa Banjarejo Kecamatan Pakis Kabupaten Malang
5. Mengevaluasi asuhan keperawatan gerontik pasien lansia dengan osteoarthritis lutut di Dusun Ngamprong Desa Banjarejo Kecamatan Pakis Kabupaten Malang

## **1.2 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat berguna dalam memberikan pengetahuan terkait keefektifan penerapan terapi pijat kaki (*foot massage*) untuk mengurangi intensitas nyeri kronis pada lansia dengan osteoarthritis lutut.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Peneliti**

Manfaat bagi peneliti adalah peneliti dapat memberikan intervensi keperawatan terhadap pasien dengan diagnosis medis osteoarthritis lutut yang telah mengalami nyeri kronis

#### **2. Bagi Rumah Sakit**

Penelitian berharap karya ilmiah akhir ners ini dapat memberikan saran dan masukan dalam penerapan intervensi terhadap pasien dengan diagnosis medis osteoarthritis lutut yang telah mengalami nyeri kronis

3. Bagi Pasien

Peneliti berharap keluarga pasien dapat mengetahui dan menerapkan intervensi terapi pijat kaki (*foot massage*) untuk mengurangi intensitas nyeri kronis pada lansia dengan osteoarthritis lutut.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Setelah dilakukan penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta ilmu pengetahuan terkait penerapan terapi pijat kaki (*foot massage*) untuk mengurangi intensitas nyeri kronis pada lansia dengan osteoarthritis lutut.

5. Bagi profesi

Setelah dilakukan penelitian ini diharapkan bagi perawat untuk dapat memberikan pelayanan tidak hanya berfokus dari segi obat-obatan namun juga dapat menerapkan terapi pijat kaki (*foot massage*) sebagai terapi komplementer atau terapi modalitas untuk mengurangi intensitas nyeri kronis pada lansia dengan osteoarthritis lutut.