

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua adalah suatu proses yang akan dialami oleh setiap orang. Menua adalah salah satu akibat proses ilmiah yang umumnya menimbulkan penurunan kondisi fisik, psikologis, dan sosial dalam berinteraksi. Penuaan merupakan suatu proses menghilangnya kemampuan jaringan yang ada didalam tubuh secara perlahan-lahan sehingga jaringan kesulitan dalam memperbaiki dan mempertahankan fungsi normalnya. Oleh karena itu dengan terjadinya penuaan maka akan terjadi kemunduran fungsi tubuh, dimana kemunduran tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Eliopaulus,2017).

Menurut peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 43 tahun 2004, lanjut usia merupakan seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun. Berdasarkan data pada tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia. Seiring dengan meningkatnya angka usia harapan hidup sebesar 71,7%, diperkirakan pada tahun 2020 jumlah lansia di Indonesia menjadi 27,08 juta jiwa. Penduduk lanjut usia akan terus bertambah hingga pada tahun 2035 yang diperkirakan akan mencapai 48,19 juta jiwa. Hal ini menunjukkan jumlah lansia akan terus bertambah dari tahun ke tahun (Depkes RI,2016).

Bertambahnya angka usia harapan hidup pada lansia diberi perhatian khusus dunia. Terkhusus di Indonesia menyatakan kepedulian terhadap kesejahteraan lanjut usia untuk melangsungkan kehidupannya mendatang. Semua sudah diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia 2 nomor 25 tahun 2016, yang bahwasanya pemerintah memiliki kewajiban terhadap lanjut usia untuk memberikan fasilitas pelayanan kesehatan, jaminan kesehatan dan memfasilitasi pengembangan produktifitas dan kreatifitas kelompok lanjut usia. Hal ini bertujuan untuk menjaga agar para lanjut usia tetap sehat, mandiri dan lebih produktif secara sosial dan ekonomi.

Dengan bertambahnya umur, lansia mengalami berbagai masalah dalam kehidupannya terutama masalah kesehatan. Masalah yang sering terjadi pada lansia adalah nyeri sendi atau rematik. Penyakit ini banyak terjadi pada dewasa akhir menuju lanjut usia. Penderita rematik tertinggi berada pada rentang usia 75 tahun keatas (33%), selanjutnya 30,6% pada rentang usia 65-74 tahun dan sebanyak 25,2% lansia berusia 55-64 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa penderita rematik bertambah seiring dengan bertambahnya usia (Riskesdas, 2021).

Angka kejadian *rheumatoid arthritis* pada tahun 2016 yang disampaikan oleh WHO adalah mencapai 20% dari penduduk dunia, 5-10% adalah mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% adalah mereka yang berusia 55 tahun (Majdah & Ramli, 2017; Putri & Priyanto, 2020).

Di Indonesia prevalensi *rheumatoid arthritis* 23,3%-31,6% dari jumlah penduduk Indonesia. Pada tahun 2015 lalu, jumlah pasien ini mencapai 2 juta orang dengan perbandingan pasien wanita tiga kali lebih banyak dari pria. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25% akan mengalami kelumpuhan (Zen,2017). Banyaknya kejadian *rheumatoid arthritis* di Indonesia mengakibatkan populasi *arthritis* meningkat 40%-60% diatas usia 45 tahun, dimana mulai terjadi proses degenerasi pada rawan sendi. Presentase ini bertambah mencapai 85% pada usia 75 tahun. Di Provinsi Sumatera Barat 5,50 juta jiwa penduduk (Riskesdas sumbar 2020).

Angka kejadian *rheumatoid arthritis* di Kota Padang menurut data dari Profil Dinas Kesehatan Kota Padang Tahun 2021 yaitu sebesar 7,21% dari total jumlah penduduk 13.834 jiwa (Dinas Kesehatan kota Padang Tahun 2021).

Berdasarkan data Puskesmas Air Dingin tahun 2022 untuk 10 kasus terbanyak yang diderita oleh masyarakat, *rheumatoid arthritis* berada di urutan ke empat sesudah asam lambung dan rematik dengan total penderita 7,90% dari total jumlah penduduk (Puskesmas Air Dingin 2022).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan mahasiswa profesi keperawatan STIKen Mercubaktijaya Padang di RW 03 Kelurahan Balai Gadang Kec. Koto Tangah Kota Padang didapatkan bahwa jumlah lansia di

RW 03 sebanyak 32 orang. Dari hasil survey tersebut di dapatkan 6 orang lansia yang menderita *arthritis reumatoid*. Dan hasil survey yang telah dilakukan oleh peneliti untuk menerapkan latihan Range Of Motion (ROM) pada lansia yang menderita *arthritis reumatoid* ini, dari 6 orang lansia tersebut peneliti memilih Ny.R sebagai pasien yang akan diberikan latihan Range Of Motion, dimana kriteria lansia yang akan diberikan latihan Range Of Motion yaitu lansia yang tidak memiliki cedera pada ekstremitas dan lansia yang dapat berkomunikasi dengan baik. sehingga peneliti memilih Ny.R untuk pemberian latihan Range Of Motion (ROM) untuk menurunkan nyeri pada lansia.

Rematik merupakan suatu gangguan yang menyerang sistem musculoskeletal atau persendian. Rematik terjadi karena adanya peradangan secara menahun yang ditandai adanya kerusakan dan proliferasi pada membran sinovial. Kelainan fisik pada lansia dapat disebabkan oleh rematik khususnya bagian tulang dan persendian seperti kerusakan pada tulang sendi, ankilosis dan deformitas. Gejala yang biasanya ditimbulkan oleh rematik yaitu nyeri, ngilu dan kaku area persendian terutama di pagi hari. Ini menjadi salah satu penyebab terjadinya masalah perubahan sosial dan ekonomi pada lanjut usia serta mengalami kesulitan dalam beraktivitas dan pemenuhan kebutuhannya sehari-hari. Selain itu, secara psikologis, apabila tidak dilakukan penanganan secara tepat maka akan menyebabkan perasaan cemas, khawatir, dan bahkan depresi (Lukman & Ningsih 2017).

Tindakan pencegahan masih satu-satunya cara yang lebih baik dari pada mengobati dengan memperhatikan faktor pencetus munculnya *rheumatoid arthritis* biasanya terdapat banyak tanda-tanda fisik. Insiden puncak dari *rheumatoid arthritis* terjadi pada lansia. Wanita tiga kali lebih sering menderita penyakit ini dari pada laki-laki (Akhtyo, 2017).

Nyeri pada rematik biasanya terjadi pada pagi hari hingga menyebabkan terganggunya pergerakan atau aktivitas pada lansia. Nyeri biasanya berlangsung seperempat jam atau lebih dan terkadang menurunkan rentang gerak tubuh. Nyeri yang dirasakan oleh lansia bersifat kronis atau menahun dimana hal tersebut berdampak ketidakmampuan dalam beraktivitas

sehari-hari. Sengan seiring terjadinya nyeri lansia akan mengalami ketidaknyamanan dan membuat perasaan tidak aman dari hari ke hari (Ropei,2018).

Menurut *American Collage Rheumatologi*, penanganan rematik dibagi menjadi terapi farmakologi, nonfarmakologi dan tindakan operasi. Untuk terapi nonfarmakologi biasanya dikaitkan dengan kepatuhan dalam mengonsumsi obat-obatan analgetik, opioid, dan *anti inflamasi non steroid* (NSAIDS) sedangkan untuk terapi nonfarmakologi merupakan suatu terapi yang mengesampingkan pemberian obat dan biasanya menggunakan herbal ataupun latihan fisik. Terdapat banyak terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan di rumah dan merupakan salah satu usaha dalam pencegahan preventif di rumah. Beberapa diantaranya yaitu menggunakan teknik relaksasi, kompres panas atau dingin, pijat, dan latihan ROM.

Salah satu usaha yang bisa dilakukan dalam mengurangi nyeri pada lanjut usia yang terkena rematik adalah dengan menggunakan teknik Range Of Motion (ROM). Range Of Motion (ROM) adalah latihan menggerakkan bagian tubuh untuk memelihara fleksibilitas dan kemampuan gerak sendi pada lansia. ROM merupakan latihan isotonik yang bermanfaat untuk meningkatkan kekuatan otot, mencegah memburuknya kapsul sendi, ankiolosis, dan kontraktur sendi (Kozier & Erb 2016).

Latihan gerak sendi dengan ROM adalah latihan yang memungkinkan terjadinya kontraksi dan pergerakan otot, dimana lansia menggerakkan masing-masing persendiannya sesuai gerakan normal baik secara aktif maupun pasif. Latihan ROM adalah latihan yang dilakukan untuk mempertahankan atau memperbaiki tingkat kesempurnaan kemampuan menggerakkan persendian secara normal dan lengkap untuk meningkatkan massa otot dan tonus oto (Potter & Perry, 2015).

Dalam melakukan latihan ROM terdapat indikasi dan kontraindikasi dari tindakan ROM ini. Indikasi diantaranya stroke atau kelemahan otot, fase rehabilitasi fisik, klien dengan tirah baring lama penting untuk mempertahankan normal sendi dan jaringan lunak. Sementara untuk kontra indikasi dilakukan latihan ROM ini adalah klien dengan gangguan pada

sistem kardiovaskuler dan sistem pernapasan, pembengkakan dan peradangan pada sendi serta cedera di sekitar sendi.

Dalam melakukan latihan gerak sendi dengan ROM, klien akan dibimbing oleh perawat. Perawat memiliki beberapa peran menurut konsirsium tahun 2005 yaitu perawat sebagai pemberi asuhan keperawatan, perawat sebagai advokat klien, perawat sebagai edukator, perawat sebagai koordinator, perawat sebagai kolaborator, perawat sebagai konsultan, perawat sebagai pembaharuan, perawat sebagai pelaksana pelayanan keperawatan, perawat sebagai pendidik dalam keperawatan, perawat sebagai pengelola pelayanan keperawatan, perawat sebagai peneliti dan pengembang pelayanan keperawatan.

Dalam hal melakukan latihan ROM ini, perawat menggunakan perannya sebagai edukator dan pemberi asuhan keperawatan. Perawat membantu klien dalam meningkatkan tingkat pengetahuan kesehatan, gejala penyakit bahkan tindakan yang diberikan, sehingga terjadi perubahan perilaku dari klien setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan memperhatikan keadaan kebutuhan dasar manusia yang dibuthkan melalui pemberian pelayanan keperawatan dengan menggunakan proses keperawatan sehingga dapat ditentukan diagnosis keperawatan agar bisa direncanakan dan dilaksanakan tindakan yang tepat sesuai dengan tingkat kebutuhan dasar manusia, kemudian dapat dievaluasi tingkat perkembangannya.

Latihan ROM akan dapat memelihara dan mempertahankan kekuatan sendi, memelihara mobilitas persendian, merangsang sirkulasi darah serta meningkatkan massa otot, sehingga diharapkan dapat mencegah imobilisasi pada lansia dan kualitas hidup dimasa tua dapat meningkat (Surratun, 2018).

Berdasarkan masalah yang muncul maka penulis tertarik melakukan aplikasi jurnal dalam asuhan keperawatan yang tertuang dalam Karya Ilmiah ini dengan judul “ Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny.R dengan arthritis Rheumatoid Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Dan *Evidence Based Practice* Latihan *Range Of Motion* (ROM) Aktif Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Lansia”

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh latihan *Range Of Motion* (ROM) Aktif terhadap penurunan intensitas nyeri rematik pada lansia?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu melakukan analisis asuhan keperawatan gerontik pada Ny.R dengan masalah keperawatan *arthritis Reumatoid* di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang dan *Evidence Based Practice* Latihan *Range Of Motion* (ROM) Aktif Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Lansia .

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan gerontik pada Ny.R dengan masalah keperawatan *arthritis Reumatoid* di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang
- b. Mampu menentukan analisa data dan diagnosa keperawatan gerontik pada Ny.R dengan masalah keperawatan *arthritis Reumatoid* di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang
- c. Mampu melakukan intervensi keperawatan gerontik pada Ny.R dengan masalah keperawatan *arthritis Reumatoid* di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang
- d. Mampu melakukan implementasi keperawatan gerontik pada Ny.R dengan masalah keperawatan *arthritis Reumatoid* di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang
- e. Mampu melakukan evaluasi keperawatan gerontik pada Ny.R dengan masalah keperawatan *arthritis Reumatoid* di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang
- f. Mampu menganalisa *Evidence Based Practice* Latihan Gerak Aktif Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Lansia

3. Manfaat

a. Bagi Peneliti

Sebagai pengembang kemampuan peneliti dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman peneliti dalam melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah rematik dengan cara melakukan Range Of Motion (ROM).

b. Bagi Institusi Pendidikan

- 1). Memberikan masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu keperawatan mengenai perawatan komprehensif pada lansia dengan masalah rematik dengan teknik Range Of Motion (ROM) untuk mengurangi nyeri.
- 2). Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah rematik dengan menggunakan teknik gerak aktif.

c. Bagi Masyarakat

Untuk menambah pengetahuan masyarakat tentang latihan Range Of Motion (ROM) sehingga menjadi upaya promotif dan preventif dalam upaya menjaga kesehatan sendi.