

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia mendefinisikan lanjut usia (lansia) merupakan kelompok umur yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya atau mereka yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas (Statistik, 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO) lanjut usia meliputi usia pertengahan (*middle age*) usia 45-59 tahun, usia lanjut (*elderly*) antara 60-74 tahun, usia tua (*old*) antara 75-90 tahun dan sangat tua (*very old*) usia diatas 90 tahun (Fauziah & Anwar, 2021).

*World Health Organization* (2022) melaporkan pada tahun 2030, satu dari setiap enam orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih. Saat ini, proporsi penduduk berusia 60 tahun ke atas akan meningkat dari 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar. Pada tahun 2020 populasi global yang berusia 60 tahun ke atas akan berlipat ganda (2,1 miliar). Jumlah penduduk berusia 80 tahun ke atas diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050 mencapai 426 juta orang (Organization, 2022).

(Statistik, 2021) melaporkan prevalensi lansia di Indonesia pada tahun 2023 mencapai (11,75%). Angka ini mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2021 yaitu sebesar (1,27%). Saat ini Indonesia telah berada pada struktur penduduk tua (*aging population*), bahkan Indonesia sudah memasuki *aging population* sejak tahun 2021 (Statistik, 2023)

Badan Pusat Statistik (2023) melaporkan provinsi di Indonesia dengan prevalensi lansia terbanyak yaitu DI Yogyakarta (16,02%), Jawa Timur (15,57%), Jawa Tengah (15,05%), Bali (13,97%), Sulawesi Utara (15,70%). Sedangkan Sumatera Barat menempati urutan ke-11 dengan prevalensi sebanyak (10,46%). Hal ini menunjukkan bahwa Sumatera Barat berada di masa transisi *aging population* karena melebihi persentase penduduk mencapai lebih dari 10% (Statistik, 2023).

Penurunan kesehatan yang paling umum terjadi pada lansia diantaranya yaitu penyakit menular, penyakit kronis, dan penyakit degeneratif. Salah satu penyakit degeneratif yang paling umum terjadi adalah osteoarthritis. Osteoarthritis merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan kelainan tulang rawan (kartilago) Kelainan pada tulang rawan akan menyebabkan tulang saling bergesekan sehingga menimbulkan gejala kaku, nyeri, dan terbatasnya pergerakan sendi. Salah satu kasus osteoarthritis yang sering dialami yaitu pada bagian Lutut karna lebih sering digunakan untuk menopang tubuh. Terkikisnya tulang rawan dan terbentuknya tulang baru (osteosteum) pada permukaan sendi, yang dapat menyebabkan kelemahan otot dan tendon, keterbatasan gerak, dan nyeri (Djawas & Isna, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa osteoarthritis bisa terjadi kepada 1 dari 10 orang di negara berkembang, dengan perkiraan frekuensi sekitar 9,6% pada pria serta 18% pada perempuan berusia di atas 60 tahun. Sekitar 80% penderita osteoarthritis

mengalami keterbatasan pergerakan serta 25% tidak bisa melaksanakan kegiatan harian secara mandiri (Organization, 2022)

Prevalensi osteoarthritis lebih dominan terjadi pada perempuan diatas umur 50 tahun (sesudah menopause) sebab berkurangnya hormon estrogen serta progesteron. Prevalensi osteoarthritis di Jawa Tengah mencapai 67.977 orang. Prevalensi pada laki-laki mencapai 33.300 orang dan prevalensi pada perempuan mencapai 36.477 orang. Menurut data laporan Puskesmas Mojolaban Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2023 menunjukkan bahwa penderita radang sendi (osteoarthritis) yang berkunjung ke Puskesmas Mojolaban sebanyak 529 orang dengan keluhan nyeri pada bagian tangan dan kaki serta sering terjadi kekakuan sendi sehingga membuat aktivitas terganggu (Mojolaban, 2023).

Osteoarthritis disebabkan oleh tekanan berlebihan yang terus menerus pada lutut, jan tangan, pinggul, dan tulang belakang bagian bawah dalam jangka waktu yang lama (Naufal & Wijianto, 2021). Osteoarthritis menyerang 4% populasi di dunia dan sekitar 83% dan kasus osteoarthritis, dari sini kita dapat menyimpulkan bahwa osteoarthritis lutut merupakan bentuk osteoarthritis yang paling umum (Khairunnisa & Saputro, 2022). Diperkirakan 25% dan orang yang berusia 55 tahun ke atas mengalami sakit lutut hampir setiap han dan 50% dan kelompok tersebut memiliki OA radiografis Rasa sakit, kekakuan dan keterbatasan gerak merupakan gejala utama dari OA, sementara gejala lainnya dapat berupa krepitus, deformitas sendi, atau pembengkakan sendi (Budiman & Widjaja, 2020).

Nyeri sebagai mekanisme protektif disebabkan oleh adanya kerusakan jaringan, dan terjadinya nyeri pada pasien osteoarthritis menyebabkan rasa tidak nyaman dan cacat pada saat beraktivitas. Gangguan tersebut dapat berupa masalah medis dan dapat memberikan dampak sosial dan fisik pada pasien osteoarthritis (Paerunan et al., 2019).

Perawatan pasien osteoarthritis berfokus pada pengobatan nyeri sendi, Penatalaksanaan Osteoarthritis tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis seperti obat-obatan pereda nyeri. Namun juga sangat bergantung pada pendekatan non farmakologis. Salah satu intervensi non farmakologis yang terbukti efektif adalah latihan fisik, khususnya latihan Range of Motion (ROM). Latihan ROM bertujuan untuk mempertahankan atau meningkatkan luas gerak sendi, mengurangi kekakuan, memperbaiki fungsi sendi, serta mengurangi nyeri yang dirasakan pasien (Rosidah & Arham, 2021)

Penerapan latihan ROM secara teratur dapat membantu memelihara fleksibilitas jaringan di sekitar sendi, mencegah kontraktur, dan meningkatkan sirkulasi darah lokal, yang semuanya berkontribusi dalam menurunkan intensitas nyeri. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi ROM yang dilakukan secara konsisten pada pasien OA mampu menurunkan skala nyeri dan meningkatkan kemampuan fungsional tanpa menimbulkan efek samping seperti yang kerap terjadi pada terapi farmakologis jangka panjang (Rosidah & Arham, 2021)

Hal ini dibuktikan dari Penelitian (Susyanti & Windi, 2024) dengan pemberian latihan range of motion selama 1 minggu dengan 14

kali pengulangan dan dilakukan 2 kali sehari dapat mempengaruhi tingkat nyeri sendi ekstremitas bawah dengan beberapa responden mengalami perubahan pada rentang gerak sendinya, hal ini dapat dilihat dari perubahan skala nyeri yang dialami oleh lansia menggunakan Numeric Rating Scale (NRS).

Penelitian yang dilakukan Bunga Ramadanti, Minanton, Bayu Nirwana, 2024 menunjukkan dilakukan latihan ROM sebagian besar pasien mengalami nyeri sedang 51.6% dan sesudah dilakukan latihan ROM mengalami nyeri ringan (48.4%) Hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai  $p=0,000$ . Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian latihan ROM terhadap penurunan nyeri pada pasien osteoarthritis

Hal ini dibuktikan pada salah satu hasil penelitian yaitu melakukan pemberian latihan range of motion selama 2 minggu dengan 8 kali pengulangan dan dilakukan 2 kali sehari dapat mempengaruhi luas derajat tentang rentang gerak sendi ekstremitas atas dengan beberapa responden mengalami perubahan pada rentang gerak sendinya (Kusuma & Sara, 2020)

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Hannan, 2021) Hasil penelitian menyebutkan bahwa hasil penelitian ini didapatkan dari lansia dengan osteoarthritis sebelum dilakukan latihan ROM pada nyeri ringan 1 responden dengan presentase 6,7%, nyeri sedang dan nyeri berat terkontrol memiliki jumlah yang sama sebanyak 7 responden dengan presentase 46.7% . Hasil penelitian ini dapat teridentifikasi intensitas nyeri pada lansia dengan osteoarthritis sesudah dilakukan latihan ROM pada nyeri

ringan sebanyak 8 responden dengan presentase 53.3% sedangkan nyeri sedang sebanyak 7 responden dengan presentase 46.7%. Hasil analisis penelitian ini terdapat pengaruh latihan ROM terhadap penurunan intensitas nyeri pada lansia dengan osteoarthritis di Balai Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Budhi Dharma Bekasi.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada tanggal 12 Mei 2025-24 Mei 2025 di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin terdapat 110 orang lansia dengan beberapa penyakit lansia yaitu Dimensia, Hipertensi, Rheumatoid Atritis, Stroke, Osteoarthritis dan beberapa penyakit lainnya. Berdasarkan hasil survey dan wawancara ditemukan 10 orang lansia yang mengalami Osteoarthritis, lansia mengatakan merasa kegiatan sehari-hari terganggu karena lutut dan persediaan terasa nyeri dan sulit untuk beraktivitas dan lansia belum mengetahui pengobatan alternatif untuk menurunkan nyeri pada sendi lansia dengan pemberian terapi non farmakologis yaitu penerapan Rentak gerak sendi (ROM).

Berdasarkan uraian di atas yang telah dijelaskan penulis tertarik menyusun karya ilmiah akhir Ners tentang **“Asuhan keperawatan Gerontik Pada Ny. D Dengan Penerapan Latihan Gerak Sendi Terhadap Penurunan Nyeri Osteoarthritis di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2025”**.

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengaplikasikan asuhan keperawatan pada Ny. D dengan Penerapan Range Of Motion (ROM) Terhadap Penurunan Nyeri Osteoarthritis di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2025.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu melakukan pengkajian pada Ny. D Penerapan Range Of Motion (ROM) Terhadap Penurunan Nyeri Osteoarthritis di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2025.
- b. Mampu merumuskan diagnosa keperawatan Pada Ny. D dengan Penerapan Range Of Motion (ROM) Terhadap Penurunan Nyeri Osteoarthritis di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2025.
- c. Mampu melakukan intervensi keperawatan Pada Ny. D dengan Penerapan Range Of Motion (ROM) Terhadap Penurunan Nyeri Osteoarthritis di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2025.
- d. Mampu melakukan implementasi tindakan keperawatan Pada Ny. D dengan Penerapan Range Of Motion (ROM) Terhadap Penurunan Nyeri Osteoarthritis di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2025.
- e. Mampu Melakukan evaluasi tindakan keperawatan Pada Ny. D dengan Penerapan Range Of Motion (ROM) Terhadap Penurunan Nyeri Osteoarthritis di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2025.

## C. Manfaat

### 1. Bagi Lansia

Sebagai salah satu cara perawatan komprehensif yang dapat dilakukan lansia dan keluarga secara mandiri dalam merawat lansia dengan masalah nyeri sendi dan tulang (**Osteoarthritis**) dengan cara menerapkan Range Of Motion (ROM) pada lansia **di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2025.**

### 2. Bagi Instuti Pendidikan

Hasil laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data dasar bagi penulis selanjutnya sebagai referensi pembanding untuk dikembangkan menjadi lebih baik yang berhubungan dengan masalah kesehatan pada lansia dengan **Osteoarthritis.**

### 3. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan atau Keperawatan

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam pembuatan kebijakan di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin untuk meningkatkan pelayanan keperawatan yang bersifat promotif dan preventif tentang penyuluhan dan penerapan latihan gerak sendi sehingga dapat meningkatkan minat serta partisipasi lansia dalam kegiatan tersebut