

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah kelompok orang yang sudah memasuki usia tua dan berada di tahap akhir kehidupan. Dengan semakin baiknya fasilitas dan layanan kesehatan, penurunan angka kelahiran, peningkatan usia harapan hidup, serta penurunan tingkat kematian, jumlah dan persentase penduduk lansia terus meningkat. Dengan meningkatnya jumlah lansia, juga semakin meningkat jumlah kasus penyakit kronis. Hal ini disebabkan oleh penurunan kemampuan tubuh lansia untuk beradaptasi dengan stres lingkungan dan juga karena kondisi tubuh yang lemah.

Beberapa jenis penyakit yang sering terjadi pada lansia adalah artritis, hipertensi, gangguan pendengaran, kelainan jantung, sinusitis kronis, penurunan penglihatan, dan gangguan pada tulang. Masalah terkait tulang dan sendi seperti artritis serta gangguan tulang kerap terjadi pada lansia karena mempengaruhi aktivitas yang sangat penting bagi kesehatan secara keseluruhan (Suharto et al., 2020).

Menurut WHO pada tahun 2019, terdapat 18 juta orang di seluruh dunia yang menderita artritis reumatik.

Sekitar 70% dari mereka adalah perempuan, dan 55% di antaranya berusia lebih dari 55 tahun. Dari jumlah tersebut, sekitar 13 juta orang mengalami gejala berat yang bisa memanfaatkan rehabilitasi (WHO, 2023). Dalam laporan nasional tahun 2018, di Indonesia tercatat 255.977 kasus artritis reumatik pada lansia (RISKESDAS, 2018). Berdasarkan Data Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2018, terdapat 15.115 kasus Rheumatoid Arthritis pada lansia. (RISKESDAS, 2018).

Rheumatoid arthritis merupakan penyakit autoimun yang umum, yang ditandai dengan peradangan kronis pada jaringan sendi. Infeksi, genetik, dan faktor lingkungan dipercaya memainkan peran dalam perkembangan rheumatoid arthritis. (Cai et al., 2023). Artritis reumatoid dapat mempengaruhi pria, wanita, dan anak-anak pada usia berapa pun, tetapi 2-3 kali lebih mungkin terjadi pada wanita dan lebih umum dengan bertambahnya usia, dengan onset paling sering terjadi pada usia

60-75 tahun. Tanpa pengobatan yang memadai, penyakit ini dapat menyebabkan kerusakan dan kelainan bentuk sendi progresif, menyebabkan kecacatan jangka panjang, nyeri kronis, dan kematian dini (Collaborators, 2023).

Nyeri adalah perasaan yang tidak menyenangkan, baik secara fisik maupun emosional, yang terjadi karena adanya kerusakan pada jaringan tubuh. Nyeri yang dialami bisa mengganggu aktivitas sehari-hari, sehingga dapat berdampak negatif pada produktivitas seseorang (Elviani et al., 2021). Menurut American College of Rheumatology, penanganan penyakit rematik meliputi tiga bentuk terapi, yaitu terapi farmakologi, nonfarmakologi, dan tindakan bedah. Untuk terapi farmakologi, biasanya melibatkan penggunaan obat-obatan seperti analgetik, opioid, dan antiinflamasi non steroid (NSAIDs). Sementara itu, terapi nonfarmakologi tidak menggunakan obat, melainkan mengandalkan cara-cara seperti penggunaan bahan herbal atau latihan fisik. Terapi nonfarmakologi bisa dilakukan di rumah sebagai bagian dari upaya pencegahan, salah satunya adalah senam rematik (Transyah & Rahma, 2021).

Tujuan dari senam rematik adalah mengurangi nyeri, sehingga dengan melakukannya diharapkan kualitas hidup lansia meningkat, dan lansia dapat melakukan aktivitas sehari-hari (ADL) secara optimal tanpa mengganggu orang lain (Transyah & Rahma, 2021).

Intervensi keperawatan yang dilakukan adalah manajemen nyeri melalui pengkajian menyeluruh mengenai lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, dan tingkat nyeri. Selain itu, perawat melakukan observasi terhadap reaksi nonverbal ketidaknyamanan, memberikan penjelasan tentang cara mengelola nyeri, serta memberi informasi terkait penyebab nyeri, durasi nyeri, dan cara menguranginya. Perawat juga mengobservasi tanda-tanda vital. Setelah dilakukan tindakan keperawatan, diharapkan nyeri yang dialami klien berkurang dari tingkat berat/sedang menjadi ringan. Hasil yang diinginkan adalah klien dapat mengenali nyeri (termasuk skala, intensitas, frekuensi, dan tanda nyeri), mengontrol nyeri dengan mengetahui penyebabnya dan menggunakan teknik nonfarmakologi, melaporkan bahwa nyeri semakin ringan dan menyatakan rasa nyaman setelah nyeri berkurang (Vera et al., 2021).

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh Suharto, dkk, di tahun 2020 yang berjudul “Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Rheumatoid Arthritis di Kelurahan Gebangrejo”. Setelah dilakukan penerapan senam rematik selama 7 hari, pada Ny. P umur 64 tahun, jenis kelamin perempuan, pendidikan terakhir SD, sebelum dilakukan terapi skala nyeri Ny. P yaitu 8, tetapi setelah dilakukan terapi selama 7 hari turun menjadi 5(Suharto *et al.*, 2020).

Selain itu terdapat penelitian yang dilakukan oleh Maya, di tahun 2024 yang berjudul “Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis (Rematik) di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai“. Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang lansia yang menderita rematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan senam rematik selama 7 hari dengan frekuensi satu hari sekali selama 15 menit, didapatkan penurunan skala nyeri pada kedua subjek (P Maya, 2024).

Berdasarkan Penelitian Rizki Diva, di tahun 2024 yang berjudul “Penerapan Senam Rematik Untuk Menurunkan Nyeri Pada Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Melur”. Menyatakan bahwa Senam Rematik dapat menurunkan intensitas nyeri sendi skala sedang menjadi ringan. Pelaksanaan senam rematik dilakukan dengan mengobservasi skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan senam rematik yang dilaksanakan dalam waktu 25 menit selama 7 hari berturut-turut, dengan jumlah responden 2 orang lansia, didapatkan penurunan nyeri sendi pada subjek 1 hasil pengkajian dengan skala 6 menjadi skala 3. Pada subjek 2 hasil pengkajian dengan skala 5 menjadi skala 2 (Diva, 2024).

Berdasarkan hasil survey awal yang diperoleh dari data UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai pada bulan januari tahun 2025 ada sebanyak 23 jiwa lansia penderita Rheumatoid Arthritis. Berdasarkan data di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan “Penerapan Prosedur Senam Rematik Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis Di Uptd Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Apakah penerapan prosedur senam rematik dapat

mengurangi tingkat nyeri kronis pada lansia penderita Rheumatoid arthritis di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum :

Menggambarkan pemberian prosedur senam rematik dalam mengurangi tingkat nyeri pada lansia penderita Rheumatoid Arthritis di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.

2. Tujuan Khusus :

- a. Menggambarkan karakteristik lansia penderita rheumatoid arthritis di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.
- b. Menggambarkan tingkat nyeri sebelum tindakan senam rematik pada lansia penderita rheumatoid arthritis di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.
- c. Menggambarkan tingkat nyeri setelah tindakan senam rematik pada lansia penderita rheumatoid arthritis di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.
- d. Membandingkan tingkat nyeri sebelum dan sesudah senam rematik pada lansia penderita rheumatoid arthritis di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.

D. Manfaat

Studi Kasus ini diharapkan memberi manfaat bagi:

1. Bagi subjek penelitian (pasien, keluarga, dan masyarakat)

Studi Kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan bagi pasien, keluarga serta masyarakat luas, tentang Penerapan Prosedur Senam Rematik untuk mengurangi tingkat nyeri kronis pada lansia penderita Rheumatoid Arthritis.

2. Bagi Tempat Peneliti

Studi Kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan bagi UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai, untuk menambahkan petunjuk tentang Penerapan Prosedur Senam Rematik agar dapat mengurangi tingkat nyeri kronis pada lansia penderita Rheumatoid Arthritis.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi sumber informasi dan referensi khususnya di bidang keperawatan, dalam pelaksanaan penelitian tentang senam rematik pada lansia dengan Rheumatoid Arthritis, serta sebagai bahan bacaan di perpustakaan Poltekkes Kemenkes Medan .