

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua (Nugroho, 2008). Proses penuaan atau *aging process* merupakan suatu proses biologis dan alamiah yang tidak dapat dihindari, berjalan secara terus menerus, dan berkesinambungan. Selanjutnya akan menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia pada tubuh, sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Maryam, 2008). Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi yaitu penurunan pada sistem muskuloskeletal, yang ditandai dengan adanya keterbatasan gerakan akibat nyeri pada persendian. Hal ini akan mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan produktivitas yang akan berdampak terhadap penurunan kualitas hidup serta dapat mengganggu kenyamanan.

Saat ini, di seluruh dunia, jumlah lanjut usia diperkirakan lebih dari 629 juta jiwa, dan pada tahun 2025, lanjut usia akan mencapai 1,2 milyar. Fenomena ini jelas mendatangkan sejumlah konsekuensi, antara lain timbulnya masalah fisik, mental, sosial, serta kebutuhan pelayanan kesehatan dan keperawatan. Dampak perubahan epidemiologis, penyakit pada lanjut usia cenderung ke arah penyakit degeneratif (Nugroho, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Rachmawati, dkk (2006) melaporkan bahwa prevalensi kasus muskuloskeletal terbanyak yang ditemukan pada lansia adalah osteoarthritis lutut, yaitu sebanyak 87%. Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di Puskesmas Dr. Soetomo Kelurahan Dr. Soetomo Kecamatan Tegalsari Surabaya, pada bulan november 2013 mendapatkan hasil bahwa jumlah pasien lansia yang didiagnosa mengalami osteoarthritis pada tahun 2013 yaitu sebanyak 50 pasien.

Menurut Maryam (2008) penuaan atau proses menua adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri/mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi serta memperbaiki kerusakan yang diderita. Perubahan fisiologis yang terjadi seiring dengan proses penuaan berupa adanya perubahan pada sistem muskuloskeletal. Perubahan sistem muskuloskeletal ini ditandai dengan adanya nyeri pada sendi penopang tubuh yaitu salah satunya sendi lutut. Nyeri lutut merupakan salah satu tanda dan gejala dari osteoarthritis. Osteoarthritis adalah penyakit tulang degeneratif yang ditandai oleh pengeroposan kartilago artikular sendi. Tanpa adanya kartilago sebagai penyangga, tulang di bawahnya mengalami iritasi, yang menyebabkan degenerasi sendi (Corwin, 2009). Sendi yang paling sering terserang pada osteoarthritis adalah sendi-sendi penyokong berat badan, antara lain sendi panggul, lutut, servikal, dan tulang belakang (Smeltzer, 2001).

Keluhan pada sendi dimulai dengan rasa kaku atau pegal pada saat bangun pagi, yang umumnya hanya berlangsung sebentar lalu hilang setelah digerak-gerakan (Santoso, 2009), selain itu menurut Muttaqin (2008) menyatakan bahwa keluhan lain yang dapat terjadi pada osteoarthritis berupa keterbatasan gerakan (terutama tidak dapat berekstensi penuh), serta nyeri

tekan lokal. Nyeri yang terjadi diakibatkan karena adanya gangguan pada fungsi kondrosit. Gangguan fungsi kondrosit mengakibatkan terjadi peningkatan sintesis proteoglikan dan kolagen. Peningkatan sintesis proteoglikan mengakibatkan perubahan pada diameter dan orientasi serat kolagen yang mengubah biomekanika dari kartilago (Price, 2005). Selanjutnya, terjadi erosi pada permukaan sendi sehingga sendi menjadi tumpul. Pada tempat terjadinya perubahan ini terbentuk tulang abnormal yang disebut osteofit (Chang, 2009).

Nyeri sendi dan kecacatan akibat osteoarthritis akan mengakibatkan penurunan aktivitas pada lansia serta imobilisasi berkepanjangan. Keterbatasan dalam pergerakan dan berkurangnya pemakaian sendi akan memperparah kondisi sistem muskuloskeletal akibat proses penyakit. Oleh karena itu, diperlukan adanya penatalaksanaan untuk osteoarthritis. Tujuan dari penatalaksanaan adalah untuk mencegah atau menahan kerusakan yang lebih lanjut pada sendi, dan untuk mengatasi nyeri serta kekakuan sendi guna mempertahankan mobilitas (Price, 2005).

Terdapat banyak penatalaksanaan osteoarthritis, yaitu diantaranya dengan terapi farmakologis, non farmakologis serta tindakan operasi. Salah satu terapi non farmakologis yang bisa diterapkan yaitu fisioterapi, untuk menghilangkan nyeri dan mempertahankan kekuatan otot serta ROM. Penatalaksanaan osteoarthritis yang akan digunakan oleh peneliti pada penelitian ini adalah penatalaksanaan secara non farmakologis yaitu dengan latihan ROM. Menurut Surratun (2008) menyatakan bahwa tujuan dilakukannya latihan ROM yaitu dapat memelihara dan mempertahankan kekuatan sendi, memelihara mobilitas persendian, merangsang sirkulasi darah, serta meningkatkan massa otot. Dengan terapi non farmakologis

yaitu latihan ROM maka diharapkan dapat mencegah imobilisasi pada lansia yang menderita osteoarthritis, sehingga kualitas hidup dimasa tua dapat meningkat. Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti dengan wawancara, didapatkan hasil bahwa lansia yang mengalami osteoarthritis di wilayah kerja Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya Kelurahan Keputran Kecamatan Tegalsari belum pernah ada yang mengikuti latihan ROM sebelumnya. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Pengaruh latihan ROM (*Range Of Motion*) terhadap intensitas nyeri lutut pada lansia yang mengalami osteoarthritis”.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah pengaruh latihan ROM terhadap intensitas nyeri lutut pada lansia yang mengalami osteoarthritis?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh latihan ROM terhadap intensitas nyeri lutut pada lansia yang mengalami osteoarthritis

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi intensitas nyeri lutut sebelum latihan ROM
- 2) Mengidentifikasi intensitas nyeri lutut setelah latihan ROM
- 3) Menganalisis intensitas nyeri lutut sebelum dan setelah latihan ROM

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat mendukung teori ilmu keperawatan medikal bedah dan ilmu keperawatan gerontik tentang pengaruh latihan ROM terhadap intensitas nyeri lutut pada lansia yang mengalami osteoartritis

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Lansia

Diharapkan terjadi perubahan terhadap intensitas nyeri lutut pada lansia setelah melakukan latihan ROM, sehingga dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik tanpa hambatan

1.4.2.2 Bagi Perawat

Sebagai sumbangan/kontribusi bagi perawat agar dapat menggunakan latihan ROM sebagai salah satu alternatif terapi non farmakologis dalam pengelolaan osteoartritis