

BAB 1

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Lansia merupakan seseorang yang berusia 60 tahun keatas yang mengalami penurunan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Nuzul, Alini & Sudiarti, 2020). Penduduk lansia terus mengalami peningkatan seiring kemajuan dalam bidang kesehatan yang ditandai dengan keadaan meningkatnya angka harapan hidup dan menurunnya angka kematian (Badan Pusat Statistik, 2020).. Pola penyakit lansia di Indonesia mengalami pergeseran, adapun penyakit yang menahun disebabkan oleh penyakit degeneratif. Salah satunya yaitu *Rheumatoid Arthritis* (RA) (Afrianda *et al*, 2022).

Rheumatoid arthritis merupakan salah satu penyakit degeneratif autoimun yang berhubungan dengan nyeri pada persendian dan tulang yang menyebabkan ketidaknyamanan karena mengganggu aktivitas pada lansia (Sianipar, 2021). *Rheumatoid arthritis* adalah kelainan sendi kronik yang disebabkan karena ketidakseimbangan sintesis dan degradasi pada sendi, matriks ekstraseluler, kondrosit serta tulang subkondral pada usia tua (Sianipar, 2021).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 prevalensi *rheumatoid arthritis* berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan di Indonesia adalah 11,9% berdasarkan diagnosis atau gejala adalah 24,7%. Prevalensi berdasarkan usia penderita *rheumatoid arthritis* 45-54 tahun mencapai 37,2%,

usia 55-64 tahun sebanyak 45,0%, usia 65-74 tahun sebanyak 51,9% dan usia lebih dari 75 tahun mencapai 54,8%. Prevalensi yang mengalami penyakit *rheumatoid arthritis* di Jawa Tengah sendiri mencapai 6,78% jiwa (Kemenkes RI, 2018).

Rheumatoid arthritis pada umumnya terdapat tanda dan gejala yang ditemukan pada lansia menurut Buffer (2020), diantaranya yaitu : sendi terasa kaku pada daerah lutut, bahu, siku, pergelangan tangan dan kaki, juga di jari-jari. Terjadinya nyeri di persendian berupa pembengkakan, panas, eritema dan gangguan fungsi merupakan gambaran klinis yang klasik untuk *rheumatoid arthritis* (Smalter *et al*, 2002). Penyakit *rheumatoid arthritis* yang diderita usia lanjut dapat menyebabkan penurunan produktivitas dan penurunan fungsi tubuh. Perubahan yang terjadi pada lansia dapat muncul juga karena adanya konflik keluarga (Dewi *et al*, 2022). Peran keluarga berkaitan erat dengan status kesehatan individu, sehingga salah satu area pelayanan keperawatan ditunjukkan juga kepada keluarga. Peran keluarga baik formal maupun informal sangat diperlukan bagi anggota keluarga dalam meningkatkan kesadaran dalam pencapaian kesehatan termasuk kondisi penyakit kronis (Mustikawati, 2022; Widiyanto *et al*, 2021). Adanya peran keluarga akan mempengaruhi kualitas dan kesehatan lansia (BKKBN, 2020).

Menurut American Collage Rheumatology, penanganan untuk *Rheumatoid arthritis* dapat meliputi terapi farmakologi (obat-obatan) dan non-farmakologis (Purwoastuti, 2009). Terapi farmakologis dapat dengan obat *analgesik* dan *koanalgesik* atau disebut juga obat anti nyeri untuk mengurangi

rasa sakit dalam *glukosamin* untuk mengubah struktur lapisan tulang rawan sendi (Muizzulatif *et al.*, 2019). Pengendalian pada penyakit *rheumatoid arthritis* dengan terapi farmakologis dapat menggunakan OAINS, *Disease-modifying Antirheumatic Drugs* (DMARDs) dan operasi (Arini & Eltrikawati, 2020). Penatalaksanaan secara non farmakologi dapat dilakukan dengan manajemen energi, termoterapi, terapi okupasi, diet, terapi komplementer, dan olahraga (Ejf *et al.*, 2021). Salah satu olahraga yang dapat dilakukan yaitu latihan peregangan otot, senam lansia, pengaturan aktivitas, dan ROM.

Latihan *Range Of Motion* (ROM) merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah pada penderita *arthritis*. Latihan ini dapat menurunkan rasa nyeri, mengembalikan kemampuan menggerakkan otot, dan mengurangi kaku sendi dan kelemahan otot sehingga dapat meningkatkan mobilitas fisik (Sianipar, Resmi & Jemaulana, 2021). Latihan ROM yang dilakukan dengan benar dan rutin dapat memberikan dampak pada kekuatan otot dan gerak sendi bagi lansia (Nindawi, Endang & Nur, 2021).

Adapun beberapa hasil penelitian yang menjadi referensi mengenai penelitian pengaruh terapi *range of motion* (ROM) terhadap lansia diantaranya penelitian menurut Setyorino & Setyaningrum (2019) dengan judul “Pengaruh Latihan *Range Of Motion* (ROM) Aktif Assitif Terhadap Rentang gerak Sendi Pada Lansia yang Mengalami Imobilitas Fisik”. Dengan jumlah responden 12 orang dan dengan metode Pra Eksperimen dengan metode *One Group Pretest-Posttest* dengan hasil analisis menunjukkan *p-value* yang dapat disimpulkan adanya perbedaan nilai-nilai rentang gerak sendi pada lansia

immobilitas fisik sebelum dan sesudah dilakukan latihan ROM aktif assitif. Menurut Stanley dan Beare, (2006) dalam Kozier dkk, (2010) latihan ROM membantu mempertahankan fleksibilitas sendi dan kekuatan otot serta merupakan latihan isotonik yang mampu mempertahankan atau meningkatkan kekuatan dan daya tahan otot serta dapat mencegah perburukan kapsul sendi, ankilosis, dan kontraktur. Sehingga menurut Andri & Niken (2018) penelitian ini terbukti bahwa latihan ROM aktif assitif dapat meningkatkan rentang gerak sendi pada lansia yang telah mengalami immobilitas fisik maupun keterbatasan dalam gerak walaupun pada penelitian ini tidak semua lansia berada pada level rentang gerak yang normal tetapi setidaknya mengalami peningkatan dalam rentang gerak sebelum dan setelah latihan ROM.

Berdasarkan latar belakang dan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Implementasi *Range of motion* (ROM) Aktif untuk Mengatasi Nyeri Sendi pada Lansia *Rheumatoid Arthritis* dengan Masalah Keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik”.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut dapat disimpulkan rumusan masalah yaitu: “Bagaimanakah Implementasi *Range Of Motion* (ROM) Aktif terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* dengan Masalah Keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik? “

C. TUJUAN PENULISAN

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan implementasi *range of motion* (ROM) aktif terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia yang mengalami arthritis

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan kondisi pasien lansia
- b. Mendeskripsikan implementasi *range of motion* (ROM) terhadap penurunan nyeri sendi
- c. Mendeskripsikan respon yang muncul pada lansia penderita *rheumatoid arthritis*
- d. Mendeskripsikan hasil implementasi *range of motion* (ROM) pada lansia penderita *rheumatoid arthritis*
- e. Mendeskripsikan hasil evaluasi implementasi ROM pada pasien lansia *rheumatoid arthritis*

D. MANFAAT PENULISAN

1. Bagi Penulis

Diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan pengetahuan dan pengalaman bagi penulis dalam mengimplementasikan tentang *range of motion* (ROM) pada masalah gangguan moilitas fisik

2. Bagi Pembaca

Dapat menambah pengetahuan, wawasan, referensi, dan tata cara dalam penurunan nyeri sendi dengan *range of motion* (ROM)

3. Bagi Institusi

Studi kasus ini diharapkan dapat melengkapi, menambah, bahan pengajaran dan penelitian untuk upaya mengatasi masalah gangguan mobilitas fisik pada lansia penderita *rheumatoid arthritis*