

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut WHO penderita Reumatoid Arthritis pada lansia di seluruh dunia telah mencapai angka 355 juta jiwa, artinya 1 dari 6 orang di dunia ini menderita rheumatoid. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi lebih dari 25% akan mengalami kelumpuhan (Situmorang, 2017).

Di Indonesia, Reumatoid Arthritis merupakan penyakit yang paling banyak ditemui dibandingkan kasus penyakit lainnya. Penduduk yang mengalami gangguan Reumatoid Arthritis di Indonesia tercatat 18,6 juta (8,1% dari total penduduk yaitu 229 juta jiwa). Sebanyak 29% di antaranya melakukan pemeriksaan dokter, dan sisanya atau 71% mengonsumsi obat bebas pereda nyeri (Elderly et al., 2018).

Data dari dinas kesehatan provinsi Jawa Barat menyatakan bahwa penyakit reumatoid arthritis menjadi salah satu penyakit terbesar sejak tahun 2011. Pada data ini dilakukan pengamatan data sejak tahun 2016 sampai dengan 2017. Reumatoid arthritis muncul pada tahun 2016 dengan angka diagnosa sebanyak 17.671 kasus, dan pada tahun 2017 dengan angka kejadian 50.671 (Dinkes Jabar, 2017).

Data dari dinas kesehatan kabupaten Ciamis tahun 2017 menyatakan bahwa penyakit reumatoid arthritis menjadi salah satu dari 10 penyakit terbesar sejak tahun 2013. Pada data ini dilakukan pengamatan data sejak tahun 2016 sampai dengan 2017. Reumatoid arthritis muncul pada tahun 2016

menempati urutan ketujuh dengan angka diagnosa sebanyak 18.964 kasus dan turun ke urutan kesembilan dengan diagnosa kasus sebanyak 12.802 kasus. Data dari keseluruhan puskesmas kabupaten ciamis diagnosa kasus sebanyak 17.492 kasus (Dinkes Ciamis, 2017).

Reumatoid arthritis umumnya menyerang penderita berusia lanjut pada sendi-sendi penopang berat badan, terutama sendi lutut, panggul (koksa), lumbal dan servikal. Lutut merupakan sendi yang paling sering dijumpai terserang arthritis dari sekian banyak sendi yang dapat terserang arthritis. Reumatoid arthritis lutut merupakan penyebab utama rasa sakit dan ketidakmampuan dibandingkan arthritis pada bagian sendi lainnya (Setyohadi, 2010).

Penduduk lansia pada umumnya banyak mengalami penurunan akibat proses alamiah yaitu proses menua (Aging) dengan adanya penurunan kondisi fisik, psikologis, maupun sosial yang saling berinteraksi. Permasalahan yang berkembang memiliki keterkaitan dengan perubahan kondisi fisik yang menyertai lansia. Perubahan kondisi fisik pada lansia diantaranya adalah menurunnya kemampuan muskuloskeletal kearah yang lebih buruk. Penurunan fungsi muskuloskeletal menyebabkan terjadinya perubahan secara degeneratif yang dirasakan dengan keluhan nyeri, kekakuan, hilangnya gerakan dan tanda-tanda inflamasi seperti nyeri tekan, disertai pula dengan pembengkakan yang mengakibatkan terjadinya gangguan imobilitas. Diperkirakan pada tahun 2025 lebih dari 35 % akan mengalami kelumpuhan akibat kerusakan tulang dan sendi.

Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak,

dewasa dan akhirnya menjadi tua. Hal ini normal, dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Lansia merupakan suatu proses alami yang ditentukan oleh tuhan yang maha esa. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir. Dimasa ini seseorang mengalami kemunduran fisik,mental dan sosial secara bertahap (Lilik Ma'rifatul Azizah, 2011).

Reumatoid Arthritis merupakan penyakit inflamasi articular yang paling sering terjadi pada lansia. Reumatoid Arthritis adalah suatu penyakit kronis, sistemik yang secara khas berkembang perlahan-lahan dan ditandai oleh adanya radang yang sering kambuh pada sendi- sendi diartrodial dan struktur yang berhubungan (Stanley & Beare 2007).

Reumatoid Arthritis adalah suatu penyakit inflamasi progresif, sistemik, dan kronis. Reumatoid Arthritis merupakan peradangan yang kronis dan sistemik pada sendi sinovial. Reumatoid Arthritis adalah suatu penyakit autoimun dimana persendian (biasanya sendi tangan dan kaki) secara simetris mengalami peradangan, sehingga terjadi pembengkakan, nyeri dan acap kali akhirnya menyebabkan kerusakan bagian dalam sendi (Ester, 2008).

Penyakit ini menyerang semua orang dan ras, kejadian pada wanita yang berumur 60 tahun enam kali lipat lebih besar dibandingkan dengan wanita usia muda, dan ditemukan di seluruh dunia. Perbandingan antara wanita dan pria sebesar 3:1 (Siregar, 2016).

Nyeri pada reumatoid arthritis disebabkan karena pada sendi terjadi proses demineralisasi sehingga bentuk sendi tidak lagi mulus dan berakibat pada terjadinya inflamasi, hal ini diperparah dengan berkurangnya aktifitas pada penderita arthritis remathoid. Salah satu penyebab terjadinya serangan nyeri pada penderita arthritis adalah terjadinya kekauan sendi akibat dari kurangnya pergerakan sendi sehingga flexibilitasnya berkurang (Elderly et al., 2018).

Dampak terjadinya nyeri pada sendi secara umum adalah mengurangi kualitas hidup penderita atrithis remathoid karena terbatasnya ruang gerak, selain itu dapat memberikan pengaruh pada meningkatnya ketergantungan lansia pada keluarga dan semakin memperberat beban keluarga. Penurunan kualitas hidup pada lansia pada akhirnya akan semakin memperburuk tingkat kesehatan lansia khususnya dalam upaya mencegah terjadinya berbagai permasalahan yang terkait dengan rentang aktivitas lansia (Elderly et al., 2018).

Nyeri merupakan respon subyektif dimana seseorang memperlihatkan tidak nyaman secara verbal maupun non verbal atau keduanya, akut maupun kronis. Respon seseorang terhadap nyeri dipengaruhi oleh emosi, tingkat kesadaran, latar belakang budaya, pengalaman masa lalu tentang nyeri dan pengertian nyeri. Nyeri mengganggu kemampuan seseorang untuk beristirahat, konsentrasi dan kegiatan yang biasa dilakukan. Nyeri yang dialami oleh klien reumatoid arthritis didapatkan skala nyeri rata-rata enam atau nyeri sedang (Setyoadi, & Widastra, 2009).

Untuk mengurangi nyeri yang terjadi pada persendian yang terserang reumatoid arthritis dapat dilakukan dengan melaksanakan senam lansia, melalui senam lansia maka fleksibilitas sendi terjaga sehingga sendi tidak kaku dan nyeri pada saat digerakan. Senam lansia dengan intensitas sedang dapat memberikan keuntungan lain bagi para lansia melalui berbagai hal, antara lain status kardiovaskuler, risiko fraktur, abilitas fungsional dan proses mental. Latihan dan olahraga pada usia lanjut harus disesuaikan secara individual, dan sesuai tujuan individu tersebut. Perhatian khusus harus diberikan pada jenis dan intensitas latihan, antara lain jenis aerobik, kekuatan, fleksibilitas, serta kondisi peserta saat latihan diberikan. Lansia yang paham memiliki kecenderungan yang besar untuk melaksanakan senam lansia (Elderly et al., 2018).

Agama Islam sangat menganjurkan bagi setiap umatnya untuk terus berusaha dalam menghadapi segala bentuk cobaan yang diberikan oleh Allah. Salah satu cobaan yang diberikan oleh Allah adalah penyakit. Dalam menghadapi penyakit manusia harus sabar, sabar bagi manusia bukan berarti pasrah. Karena sabar adalah kegigihan kita untuk berpegang teguh kepada ketetapan Allah dengan tawakalbillah setelah semua usaha dilakukan. Dari penyakit inilah harus disadari dapat menjadikan / mendapatkan kebaikan atau keberuntungan, karenanya Allah juga mengingatkan dalam firmanNya surah Al-imran (142) .

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَعْلَمِ اللَّهُ الَّذِينَ جَاهَدُوا مِنْكُمْ وَيَعْلَمِ
الصَّابِرِينَ

Artinya : Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum nyata bagi Allah orang-orang yang berjihad diantaramu dan belum nyata orang-orang yang sabar.

Berolahraga dengan teratur kadang sulit dijalani oleh penderita rheumatoid arthritis. Padahal olahraga teratur menjadi salah satu cara terbaik untuk menjaga sendi agar tetap dalam keadaan sehat dan kuat. Merupakan sunatullah yang namanya manusia manakala berkehendak agar supaya sehat harus ada kesungguhan untuk melaksanakan dengan disiplin dan tanggungjawab. Hal ini sesuai dengan isyarat Allah SWT melalui firmanNya yang dimuat dalam Al-qur'an Surah Ar-ra'd ayat (11) :

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ

Artinya : “Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.”

Kita diharuskan berprasangka baik terhadap Allah dengan cara terus bersyukur, karena kita tidak pernah tahu bahwa sebenarnya dibalik kegagalan itu tersimpan kebaikan untuk kita. Selanjutnya kita melakukan perubahan strategi dalam hidup, misalnya jika kita mengidap suatu penyakit janganlah kita selalu mengeluh dan berdiam diri tanpa berusaha untuk menyembuhkan penyakit tersebut.

Dan harus diyakini bahwa Allah yang memberikan penyakit dan Allah juga yang menyembuhkan. Melalui Firman Allah SWT dalam surat As-Syura ayat (80). Yang berbunyi :

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ

Artinya :” dan apabila aku sakit, Dialah Yang menyembuhkan aku.

Dan apabila suatu penyakit menimpaku maka dialah yang menyembuhkanku dan menyehatkanku. Manusia tidak luput dari yang Maha membolak-balikan kehidupan Yaitu Allah SWT. Ada saatnya sehat dan ada saatnyagf sakit sehingga ketika terjangkit suatu penyakit kita harus percaya bahwa itu dari Allah dan yakin bahwa Allah lah yang menyembuhkan.

Penelitian menurut Arniyanti, 2017 bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah senam lansia terhadap reduksi nyeri arthritis pada pertemuan di Puskesmas Padongko Kecamatan Barru Kabupaten Barru. Ada pengaruh sebelum dan sesudah senam lansia terhadap reduksi nyeri arthritis pada pertemuan ke II di Puskesmas Padongko Kecamatan Barru Kabupaten Baru.

Penelitian menurut Pulo'o, Boekoesoe, & Dulahu, 2014 terdapat pengaruh senam lansia terhadap penurunan intensitas nyeri pada lansia dengan arthritis reumatoid di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo dengan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai signifikasi p value yang bernilai 0,002 dari nilai α (0,05). Karena nilai p value $< \alpha$ (0,05) artinya H_a diterima.

UPTD Kesehatan Puskesmas Ciamis merupakan salah satu Puskesmas yang berada di Ciamis. Puskesmas Ciamis terletak di Kelurahan ciamis dengan wilayah kerja meliputi 7 kelurahan dengan luas 204,53 km² dan terakreditasi tingkatan madya. Puskesmas Ciamis beralamat Jl. Tentara Pelajar No.26, Ciamis, Kec. Ciamis, Kabupaten Ciamis, Jawa Barat. Puskesmas Ciamis mempunyai 5 poli klinik, terdapat ruangan apotik, laboratorium, laktasi, tindakan, imunisasi, tata usaha, jumlah karyawan 45 orang yaitu menurut jenjang pendidikan SLTA/Sederajat sebanyak 13 orang (sebanyak 8 orang sebagai pelaksana TU), DIII sebanyak 16 orang

(sebanyak 13 orang sebagai bidan), DIV sebanyak 2 orang, S1 sebanyak 10 orang dan S2 sebanyak 4 orang. Puskesmas tersebut memberikan pelayanan kepada lansia yang menderita reumatoid arthritis, dan menyediakan program Prolanis setiap seminggu sekali (Puskesmas Ciamis, 2018).

Berdasarkan data dari puskesmas ciamis jumlah reumatoid arthritis pada tahun 2016-2018

Tabel 1.1 Data Pasien *Reumatoid Arthritis* Pada Lansia Di Puskesmas Ciamis Tahun 2016-2018

No	Tahun	Pasien <i>Reumatoid Arthritis</i> <i>Usia 45-59</i>	L	P
1	2016	92	51	41
2	2017	71	32	39
3	2018	129	59	70

(Puskesmas Ciamis, 2018)

Berdasarkan tabel 1.1 diatas menunjukkan jumlah pasien reumatoid arthritis pada lansia yang berusia 45-59 tahun di wilayah kerja puskesmas ciamis pada tahun 2016 sebanyak 92 orang yaitu laki-laki 51 dan perempuan 41, pada tahun 2017 sebanyak 71 orang yaitu laki-laki 32 dan perempuan 39, dan pada tahun 2018 sebanyak 129 orang yaitu laki-laki 59 orang dan perempuan 70 orang (Puskesmas Ciamis, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan dengan teknik wawancara pada tanggal 22 desember 2018 yang dilakukan pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Ciamis di dapatkan 3 pasien dengan diagnosis reumatoid arthritis. Dua responden selalu mengikuti senam lansia secara rutin 4x dalam sebulan, dua responden menunjukkan skala nyeri ringan dengan gejala yang timbul nyutnyutan di daerah kaki dan menunjukkan skala nyeri sedang dengan gejala seperti ditusuk-tusuk. Satu responden mengikuti senam

hanya 1x dalam sebulan dengan skala nyeri sedang, gejala yang timbul seperti ditusuk-tusuk di daerah pergelangan tangan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Bagaimana Pengaruh Senam Lansia Terhadap Skala Nyeri Lansia Pada Penderita Reumatoid Arthritis Di Puskesmas Ciamis ?”.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Bagaimana Pengaruh Senam Lansia Terhadap Skala Nyeri Pada Penderita Reumatoid Arthritis Di Puskesmas Ciamis?”.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui Pengaruh Senam Lansia Terhadap Skala Nyeri Lansia Pada Penderita Reumatoid Arthritis Di Puskesmas Ciamis

2. Tujuan khusus

- a. Diketuinya skala nyeri reumatoid arthritis pada lansia yang mengikuti senam secara teratur di Puskesmas Ciamis.
- b. Diketuinya skala nyeri reumatoid arthritis pada lansia yang mengikuti senam secara tidak teratur di Puskesmas Ciamis.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya agar hasil yang diharapkan lebih baik.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini bisa jadi masukan buat pihak puskesmas ciamis tentang skala nyeri penderita reumatoid arthritis.

b. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi lansia tentang skala nyeri dan reumatoid arthritis .

c. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai bahan bacaan tentang skala nyeri penderita reumatoid arthritis pada lansia dan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya.

d. Bagi peneliti

Dapat menambah dan meningkatkan wawasan tentang Pengaruh Senam Lansia Terhadap Skala Nyeri Lansia Pada Penderita Reumatoid Arthritis Di Puskesmas Ciamis

E. Keaslian Penelitian

Yulika Murni Lestari dengan Judul “Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Reumatoid Di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo Tahun 2014” Penelitian ini menggunakan desain pra eksperimen dengan rancangan one

grup pretest-posttest. Pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai Z hitung (3,084a) > Z tabel (1,960) dan nilai p value (0,002) < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh senam lansia terhadap penurunan intensitas nyeri pada lansia dengan arthritis reumatoid di panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo.

Persamaan dari penelitian tersebut adalah objek penelitian yang meneliti tentang nyeri reumatoid arthritis pada lansia yang melakukan senam lansia. Pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti saat ini mempunyai perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu judul, lokasi, waktu, sampel, serta metode penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang mengunjungi puskesmas ciamis, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *aksidental Sampling*.