

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menua merupakan proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam maupun luar. Pada masa ini, sedikit demi sedikit seseorang akan mengalami kemunduran fisiologis, psikologis dan sosial, dimana perubahan ini akan berpengaruh terhadap seluruh aspek kesehatan (Maylasari et al, 2019). Aktivitas lansia menjadi terbatas ketika mengalami nyeri sendi sehingga akan mengalami penurunan kualitas hidup (Ropyanto & Sinaga, 2015).

Jumlah lansia penduduk di Indonesia sekitar 27,1 juta orang (10% dari total penduduk di Indonesia) (Kemenkes, 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO), ada empat tahapan lanjut usia, yaitu: usia paruh baya 45-59 tahun, lanjut usia 60-74 tahun, usia tua 75-90 tahun, usia sangat tua > 90 tahun, yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan merupakan stadium lanjut dari lanjut usia dan usia lanjut bukanlah suatu penyakit.

Perubahan fisiologis yang terjadi pada lansia dapat mengenai berbagai sistem dalam tubuh salah satunya adalah muskuloskeletal, yaitu *osteoarthritis* (nyeri sendi) merupakan penyakit inflamasi yang menyebabkan tulang sendi destruksi, deformitas, dan mengakibatkan ketidakmampuan. Keluhan yang sering muncul pada lansia yaitu nyeri sendi pada ekstremitas bawah (Alba et al, 2022).

Berdasarkan data prevalensi penderita penyakit *ostearthritis* di Indonesia, prevalensi tertinggi di Nusa Tenggara Timur (33,1%), Jawa Barat (32,1%) dan Bali (30%), Riau (10,8%) (Tejawati et al, 2018). Nyeri sendi (*ostearthritis*) adalah masalah kesehatan utama untuk sendi lutut (*osteoarthritis*) yang dapat merusak sendi lainnya. Keluhan terbesar pasien *osteoarthritis* lutut adalah nyeri pada bagian tengah lutut, yang membatasi rentang gerak dan aktivitas fungsional (Berampu et al, 2021).

Gangguan penyakit ini berkembang secara lambat, tidak simetris dan noninflamasi yang ditandai dengan adanya perubahan kartilago pada bagian pinggir sendi (Abdurrachman et al, 2019). Penyebab primer dari *Osteoarthritis* masih belum dapat diketahui secara pasti namun terdapat beberapa faktor yang berperan yaitu: usia, jenis kelamin, genetik, kegemukan, dan penyakit metabolik (Dokenio, 2014). Nyeri sendi terjadi karena kartilago yang menebal mulai menipis secara progresif, kartilago berfungsi sebagai bantalan antara tulang dan sendi. Kartilago yang mulai menipis menyebabkan terjadinya gesekan terus menerus antar ujung tulang penyusun sendi, gesekan berulang ini menyebabkan inflamasi sendi sehingga menimbulkan sensasi nyeri pada sendi (Therkleson, 2014).

Osteoarthritis biasanya mengenai sendi penopang berat badan (*weight bearing*) misalnya pada panggul, lutut, vertebra, dan dapat mengenai bahu, sendi-sendi jari tangan, dan pergelangan kaki (Carlos, 2013). Gejala yang dapat dijumpai pada penderita *osteoarthritis* seperti kekakuan yang terjadi pada pagi hari umumnya 15 menit atau lebih karena perubahan dalam sendi, terjadi pembesaran pada sendi (deformitas), perubahan gaya berjalan, dan juga terdapat tanda-tanda terjadinya *osteoarthritis* seperti peradangan pada sendi (nyeri tekan, gangguan gerak, rasa hangat yang merata dan warna kemerahan). Rasa nyeri pada sendi dapat disebabkan karena pergerakan atau menahan beban berat karena terdapat perubahan pada bentuk sendi (Digiulio et al, 2014).

Nyeri sendi dapat menyebabkan penurunan kekuatan otot, keterbatasan pergerakan pada sendi dan kelelahan fisik sehingga dapat mengakibatkan kecacatan pada penderita (Asmawi & Sugiarti, 2021). Aktivitas lansia menjadi terbatas ketika mengalami nyeri sendi sehingga akan mengalami penurunan kualitas hidup (Ropyanto & Sinaga, 2015).

Manajemen nyeri pada lansia yang mengalami *Osteoarthritis* dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi (Syapitri, 2018). Pengobatan farmakologis dapat diberikan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) dalam menahan produksi mediator inflamasi. Pemberian terapi

farmakologi secara terus menerus dapat menyebabkan ketergantungan dan gangguan kerja beberapa organ pada tubuh lansia (Rahmawati, 2017).

Penanganan *ostoeoarthritis* secara non farmakologis dapat dilakukan dengan terapi kompres hangat. Kompres hangat merupakan salah satu metode non- farmakologis yang dianggap sangat efektif dalam menurunkan nyeri atau spasme otot. Air hangat dapat dialirkan melalui konduksi, konveksi dan konversi, nyeri akibat memar, spasme otot dan arthritis berespon baik terhadap peningkatan suhu karena dapat melebar pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah local.

peningkatan suhu dari pemberian kompres hangat dapat meredakan nyeri dan mengurangi penyakit inflamasi (peradangan), seperti brakinin, histamine, dan proglastadin yang akan menimbulkan rasa nyeri local. Tujuan dari pemberian kompres hangat yaitu memperlancar sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, memberikan rasa nyaman atau hangat dan tenang. Pemberian kompres hangat akan dilakukan pada klien dengan perut kembung, klien yang mengalami radang, kekejangan otot (spasmus), adanya abses (bengkak) akibat suntikan atau hematoma (Waryantini & Astri, 2020).

Menurut Kemenkes RI (2018) cara mengatasi nyeri dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti teknik relaksasi (nafas dalam, stimulasi kulit, pijat, gosok punggung, kompres menggunakan air hangat) dan terapi interaksi. Salah satu penanganan nyeri yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan adalah dengan menggunakan terapi hangat. Kompres hangat dapat memberikan efek fisiologis dengan meningkatkan relaksasi otot dan gerakan sendi. Proses vasodilatasi yang terjadi saat pemberian kompres hangat dapat melebarkan pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan aliran darah ke bagian yang nyeri. Kompres hangat juga dapat meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi rasa sakit akibat kejang dan kekakuan. Kompres hangat dapat bekerja dengan cara merangsang reseptor nyeri nosiseptor untuk memblokir reseptor nyeri (Pratintya, 2015).

Terapi kompres hangat merupakan tindakan dengan memberikan kompres hangat yang bertujuan memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau

membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat (Uliyah dkk, 2021). Kompres hangat dapat digunakan untuk mengurangi rangsangan ujung saraf atau menghalangi arah impuls nyeri ke otak yang meradang. Kompres hangat adalah metode yang sangat efektif untuk mengurangi nyeri atau kejang otot. Terapi air hangat dapat melebarkan pembuluh darah dan dapat meningkatkan aliran darah (Rahmawati, 2017).

Berdasarkan data dari dinas kesehatan (2021) kota pekanbaru, didapatkan jumlah lansia yang paling banyak di kota pekanbaru diantaranya yaitu, Puskesmas Payung Sekaki jumlah lansia (7,103 orang), Puskesmas Rejosari jumlah lansia (6.673 orang), sedangkan Puskesmas Sidomulyo jumlah lansia (5,259 orang). Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti dengan wawancara singkat pada 9 orang lansia dengan *ostearthritis* pada tanggal 20 april 2022 di kelurahan labuh baru timur, didapatkan hasil bahwa 5 orang (55,56%) lansia mengalami penyakit nyeri sendi (*osteoarthritis*), aktifitas yang dilakukan oleh lansia lebih banyak berbaring, jarang melakukan aktivitas diluar rumah (olahraga ringan) dan tidak mengonsumsi obat anti nyeri, sedangkan 4 orang (44,4%) lansia menyatakan tidak sering mengalami penyakit *osteoarthritis* dan lansia sering melakukan aktifitas seperti membersihkan rumah, berkebun dan berjualan dipasar atau jualan diwarung, selalu berobat di klinik atau puskesmas terdekat dan mengonsumsi obat penurunan nyeri sendi.

Berdasarkan fenomena tersebut, penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut dengan mengangkat judul penelitian “Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia *Osteoarthritis* Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki”.

B. Rumusan Masalah

Manajemen non-farmakologi untuk menurunkan nyeri sendi (*osteoarthritis*) penting dilakukan, salah satunya terapi kompres hangat yang termasuk dalam manajemen non-farmakologi diketahui dapat menurunkan nyeri sendi pada lansia *osteoarthritis*. Namun belum diketahui apakah ada pengaruh terapi

tersebut. Pada penelitian rumusan masalah yang dibuat berdasarkan latar belakang diatas adalah “Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Sendi pada Lansia *Osteoarthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi kompres hangat terhadap nyeri sendi pada lansia *osteoarthritis* di wilayah kerja puskesmas payung sekaki kota pekanbaru.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi nilai rata-rata *pre-test* kelompok intervensi kompres hangat
- b. Untuk mengetahui rata-rata skala nyeri pada lansia *osteoarthritis* pada kelompok intervensi sebelum pemberian terapi hangat (*pre-test*)
- c. Untuk mengetahui rata-rata skala nyeri pada lansia *osteoarthritis* pada kelompok intervensi setelah pemberian terapi hangat (*post-test*)
- d. Untuk mengetahui pengaruh terapi kompres hangat pada lansia *ostearthritis* kelompok intervensi (*pre-post*).
- e. Untuk mengetahui pengaruh terapi kompres hangat antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah perlakuan.

D. Manfaat Penelitian

1. Tempat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat membantu subjek dan memberikan pemahaman baru tentang pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia *osteoarthritis* di wilayah kerja puskesmas payung sekaki kota pekanbaru.

2. Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan bagi institusi kesehatan khususnya Keperawatan Gerontik, Keperawatan Modalitas, Komplementer, dapat mengetahui pengaruh terapi kompres hangat terhadap nyeri sendi pada

lansia *osteoarthritis* di wilayah kerja puskesmas payung sekaki kota pekanbaru.

3. **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Pada penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber atau bahan bacaan atau referensi dalam penelitian selanjutnya, dan dapat menjadi salah satu sumber inspirasi dalam melakukan penelitian selanjutnya

4. **Bagi Responden**

Diharapkan penelitian ini dapat membantuk subjek dalam memberikan pemahaman baru tentang pengaruh terapi kompres hangat terhadap nyeri sendi *ostearthritis* di wilayah kerja puskesmas payung sekaki kota pekanbaru.

