

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Rheumatoid Arthritis atau rematik merupakan suatu penyakit pada sistem muskuloskeletal yang umumnya sering dijumpai pada lansia. Meski lansia rentan mengalami rematik, tidak dapat dipungkiri bahwa rematik bisa terjadi pada siapapun dari berbagai kalangan usia. Rematik pada lansia lebih sering terjadi karena adanya penurunan sistem kerja tubuh serta berbagai perubahan pada fisik saat beranjak tua.

Lansia atau menua merupakan suatu kondisi yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menjadi tua adalah suatu proses alamiah, yang berarti seseorang telah melewati tiga tahap kehidupan yaitu anak, dewasa, dan tua (Nasrullah, 2016).

Menurut Indeks Pembangunan Manusia (IPM) tahun 2022, Indonesia berada di peringkat 130 dari 199 negara dengan Umur Harapan Hidup (UHH) mencapai 71,85 tahun. Provinsi Riau dengan UHH mencapai 71,95 tahun. Kota Pekanbaru merupakan salah satu kota di Provinsi Riau yang menjadi peringkat pertama di Provinsi Riau dengan UHH mencapai 72,70 tahun (BPS, 2022).

Memasuki usia tua tentunya mengalami beberapa kemunduran seperti kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, gigi mulai ompong, rambut memutih, pendengaran kurang jelas, penglihatan memburuk, serta berbagai kemunduran pada sistem organ tubuh. Salah satu masalah yang

ditemui pada lansia akibat kemunduran sistem muskuloskeletal adalah penyakit sendi seperti *Rheumatoid Arthritis* (RA) (Nasrullah, 2016).

Rematik adalah penyakit inflamasi kronis autoimun, dimana imun seseorang bisa terganggu dan dapat menyebabkan hancurnya organ sendi dan lapisan pada sinovial, terutama pada tangan, kaki, dan lutut. Penyakit ini merupakan penyakit persendian yang menyebabkan nyeri pada sendi sehingga akan mengganggu aktivitas seseorang dalam kehidupan sehari-hari (Sakti, 2018).

Angka kejadian rematik pada tahun 2018 yang dilaporkan oleh *World Health Organisation* (WHO) mencapai 20% dari penduduk dunia, dimana 20% tersebut adalah mereka yang berusia 55 tahun ke atas. Sedangkan menurut laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018, jumlah penderita rematik di Indonesia mencapai 24,7%. Prevalensi penyakit sendi di Riau sebesar 7,10% berjumlah 17.965 orang dan paling tinggi ditemukan di Kota Pekanbaru sebesar sebanyak 3.052 orang, lalu diikuti Kabupaten Kampar berjumlah 2.234 orang (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan observasi langsung yang telah dilakukan oleh penulis pada bulan November tahun 2022, penulis mendapati bahwa sebagian besar lansia pada Kecamatan Meranti Pandak yang merupakan bagian dari wilayah kerja Puskesmas Karya Wanita mengeluh nyeri pada area lutut dan betis serta mengalami kebas pada ujung-ujung jari tangan dan kaki. Menurut data yang didapatkan dari Puskesmas Karya Wanita Pekanbaru tahun 2022, angka penderita rematik pada lansia mengalami perubahan setiap bulannya. Pada bulan Januari hingga Juni tahun 2022 ditemukan bahwa lansia dengan penyakit rematik berjumlah 230

kasus, sedangkan pada bulan Juli hingga Desember tahun 2022 ditemukan bahwa lansia dengan penyakit rematik berjumlah 254 kasus.

Gejala yang sering timbul pada penderita rematik adalah peradangan sendi yang ditandai dengan pembengkakan sendi, warna kemerahan, panas, nyeri dan terjadinya gangguan gerak. Selain itu, didapati juga kekakuan disertai nyeri di pagi hari selama lebih dari satu jam (Stanley, 2015).

Nyeri sendi serta gangguan gerak mengakibatkan penderita rematik mengalami gangguan aktivitas sehari-hari sehingga dapat menurunkan produktivitas. Rematik dapat menurunkan tingkat kemandirian serta kualitas hidup dengan membebani kemampuan lansia dalam melakukan perawatan diri secara personal.

Penatalaksanaan rematik untuk mengurangi nyeri terbagi menjadi dua yaitu secara farmakologis dan nonfarmakologis. Intervensi secara farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian obat-obatan analgetik dan anti inflamasi. Sedangkan penatalaksanaan secara nonfarmakologis dapat berupa pemberian kompres hangat, kompres dingin, teknik tarik nafas dalam, hipnosis, serta berbagai aktivitas fisik seperti senam rematik.

Salah satu teknik nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri sendi pada penderita rematik adalah melakukan senam rematik. Senam rematik merupakan senam yang berfokus untuk mempertahankan lingkup gerak sendi secara maksimal. Tujuan dari senam ini adalah untuk menjaga kesehatan jasmani dan mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan oleh penderita rematik (Agusrianto, 2020).

Penelitian Vanesa, Firman, dan Nuniek (2021) tentang pengaruh senam rematik terhadap penurunan nyeri pada pasien *Rheumatoid Arthritis* melaporkan bahwa terapi senam rematik efektif untuk menurunkan nyeri sendi pada penderita rematik. Setelah dilakukan latihan senam rematik selama 7 hari dengan pertemuan 1 kali sehari dalam frekuensi 15 menit, didapatkan hasil pada klien I dari skala nyeri 7 turun menjadi skala nyeri 0 dan pada klien II didapatkan hasil dari skala nyeri 8 turun menjadi skala nyeri 0 (Vanesa Tri Novana, 2021).

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa prevalensi penyakit rematik pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Karya Wanita mengalami peningkatan dalam rentang antara bulan Januari-Juni tahun 2022 dan Juli-Desember tahun 2022 sehingga permasalahan ini harus diberikan implementasi yang tepat agar mencapai kriteria hasil yang diinginkan. Oleh sebab itu penulis tertarik menyusun suatu karya tulis ilmiah yang berjudul **“Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan *Rheumatoid Arthritis* (Rematik) di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita”** untuk menerapkan senam rematik dalam menurunkan nyeri sendi pada lansia sehingga lansia mampu meningkatkan kualitas hidup pada masa tuanya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalahnya yaitu “Bagaimanakah Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan *Rheumatoid Arthritis* (Rematik) di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita Kota Pekanbaru?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mendeskripsikan bagaimana penerapan senam rematik untuk menurunkan tingkat nyeri sendi pada lansia dengan *Rheumatoid Arthritis* (Rematik).

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tingkat nyeri pada lansia sebelum dilakukan senam rematik di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita Kota Pekanbaru.
- b. Mendeskripsikan tingkat nyeri pada lansia setelah dilakukan senam rematik di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita Kota Pekanbaru.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi:

1.4.1 Masyarakat

Membudayakan pengelolaan rematik pada lansia melalui pengelolaan atau manajemen nyeri dengan cara senam rematik secara mandiri.

1.4.2 Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang senam rematik secara tepat dalam memberikan implementasi kepada lansia dengan rematik.
- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang senam rematik pada lansia dengan rematik pada

- c. masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

1.4.3 Penulis

Memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan senam rematik pada lansia dengan rematik.