

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses menua yang merupakan salah satu tahapan alamiah dari kehidupan manusia sejak lahir hingga lanjut usia, melibatkan perubahan fungsi fisik, spiritual, psikologis, dan sosial. (Sembiring dkk, 2024). Lansia berisiko mengalami peningkatan morbiditas, penurunan kognitif tambahan, kehilangan otonomi pribadi, dan kemungkinan kematian jika penyakit tidak dikelola dengan baik. (Raditya dkk, 2023). Pada masa lanjut usia terjadi kemunduran fungsi fisiologis yang bersamaan dengan pengaruh kebiasaan makan yang tidak sehat, gaya hidup, aktivitas fisik dan psikologi dapat menyebabkan penyakit degeneratif. (Dian Andini Putri, Esti Nur Janah and Siti Fatimah, 2024). Pada lansia sistem muskuloskeletal akan mengalami beberapa perubahan seperti perubahan pada jaringan penghubung (kolagen dan elastin), berkurangnya kemampuan kartilago untuk berdegenerasi, kepadatan tulang berkurang, perubahan struktur otot, dan terjadi penurunan elastisitas sendi. Hal ini menyebabkan sebagian besar dari lansia mengalami gangguan sistem muskuloskeletal, yang menyebabkan nyeri sendi salah satunya *rheumatoid arthritis* (Rahutami *et al.*, 2024)

Rheumatoid Arthritis (rematik) adalah penyakit inflamasi sistemik kronik pada sendi-sendi tubuh yang mempunyai gejala klinik berupa gangguan nyeri pada persendian yang disertai rasa kaku, merah dan pembengkakan dan berlangsung kronis yang menyerang daerah bagian persendian dimana sendi yang paling rentan terkena ialah sendi area tangan, lutut, panggul, pergelangan tangan, pergelangan

kaki, siku, bahu dimana kondisi ini biasanya baik itu bilateral atau simetris. *Rheumatoid Arthritis* (RA), atau yang dikenal sebagai rematik, adalah suatu kondisi dimana sistem kekebalan tubuh mengalami infeksi dan memicu peradangan kronis. Peradangan ini tidak hanya berdampak pada sistem muskuloskeletal tetapi juga dapat mempengaruhi organ serta keseluruhan struktur kerangka tubuh (Badjeber, Rabiah and Tahir, 2023). Rasa kaku pada *Rheumatoid Arthritis* akan sangat terasa di pagi hari, hal ini dapat berlangsung satu sampai dua jam atau bahkan sepanjang hari. Rasa kaku untuk waktu yang lama di pagi hari tersebut merupakan petunjuk bahwa seseorang mungkin memiliki *rheumatoid arthrits* (Dian Andini Putri, Esti Nur Janah and Siti Fatimah, 2024). Penyakit ini biasanya terjadi diusia dewasa akhir menuju lanjut usia. Penderita rematik paling banyak berada pada rentang usia 75 tahun keatas (33%) pada rentang usia 65-74 tahun sebanyak 25,2% lansia yang berusia 55- 64 tahun. Dengan ini bisa di simpulkan bahwa penderita rematik bertambah seiring dengan bertambahnya usia. (Gombong, 2021)

Tahun 2019 sebanyak 18 juta orang di seluruh dunia menderita *Rheumatoid Arthritis* . Sekitar 70% penderita *Rheumatoid Arthritis* adalah wanita, dan 55% berusia lebih dari 55 tahun. Warga Australia 1,9% dari mereka menderita penyakit ini . *Rheumatoid Arthritis* . merupakan masalah kesehatan umum pada populasi global, mempengaruhi lebih dari 350 juta orang dan merupakan penyebab utama kecacatan (WHO 2023). Faktanya, di antara penyakit kronis di Amerika Utara, misalnya, *Rheumatoid Arthritis* menyebabkan lebih banyak kecacatan dibandingkan kondisi lainnya, termasuk penyakit jantung, diabetes, dan masalah punggung atau tulang belakang. (Rahutami *et al.*, 2024). Menurut data Dinas Kesehatan Kota Denpasar pada tahun 2022 terdapat 9. 159 jiwa lansia yang terdata.

Data lansia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan setelah dilakukan pengkajian yaitu pada tahun 2022 adalah 175 jiwa, pada tahun 2023 yang terdata adalah 233 jiwa dan terakhir pada tahun 2024 terdata 141 jiwa.

Menurut Marsiami *et al.*(2023) Jenis kelamin yang sering muncul di *Rheumatoid Arthritis* yakni perempuan memiliki resiko lebih tinggi untuk terjadinya *rheumatoid*, laki- laki dan perempuan mempunyai kekuatan dan kemampuan yang berbeda dalam menghadapi penyakit, khususnya penyakit *Rheumatoid Arthritis* wanita 2-3 kali lipat menderita *Rheumatoid Arthritis* dibanding laki-laki dan perempuan. Nyeri sendi terjadi pada usia lanjut seringkali muncul ketika perempuan telah memasuki masa premenopause. Perempuan yang telah premenopause akan mengalami penurunan hormone estrogen sehingga terjadi ketidakseimbangan osteoblas dan osteoklas yang mengakibatkan penurunan massa tulang sehingga menimbulkan tulang menipis, berongga, kekakuan sendi, pengelupasan tulang rawan sendi.

Secara umum manajemen nyeri *Rheumatoid Arthritis* ada dua yaitu manajemen farmakologi (obat-obatan) dan manajemen non farmakologi. Menangani nyeri yang dialami pasien melalui intervensi farmakologis dilakukan dalam kolaborasi dengan dokter atau perawat lain (Pamunkas *et al.*, 2023). Pengobatan farmakologi adalah pengobatan dengan obat – obat analgetik, anti inflamasi, terapi farmakologi memiliki efek yang sangat cepat , namun akan menimbulkan efek samping jangka panjang dan berbahaya bagi kesehatan lansia bila di konsumsi terus menerus oleh lansia (Indrawati and Kep, 2022). Pada intervensi non farmakologi perawat berperan besar dalam penanggulangan nyeri karena merupakan tindakan mandiri perawat. Salah satu tindakan yang dapat

diaplikasikan oleh perawat adalah senam rematik. Senam rematik adalah salah satu penatalaksanaan non farmakologis dalam bentuk olahraga fisik sederhana dan mudah dilakukan. Senam rematik adalah program latihan yang terdiri dari serangkaian gerakan yang dirancang secara sistematis dan teratur. Latihan ini sangat efektif dan efisien untuk membantu penderita rematik dalam mengelola gejala mereka (Yuniati *et al.*, 2023). Gerakan dalam senam rematik dirancang untuk meningkatkan kemampuan gerak, fungsi, kekuatan, dan daya tahan otot, serta meningkatkan kapasitas aerobik, keseimbangan, biomekanik sendi, dan kesadaran posisi sendi. Senam ini fokus pada gerakan sendi sambil memperkuat otot-otot di sekitarnya, karena otot-otot inilah yang membantu menopang tubuh dan melindungi sendi (Amelia and Pranata, 2024). Keuntungan dari senam rematik tersebut yaitu tulang menjadi lebih lentur, otot tetap kencang, memperlancar peredaran darah, menjaga kadar lemak dalam darah tetap normal, tidak mudah mengalami cedera, dan kecepatan reaksi sel tubuh menjadi lebih baik (Pengusul, Indrawati and Kep, 2022).

Mengkolaborasikan senam rematik dan aromaterapi dipercaya mampu mengurangi nyeri karena sifat dari aromaterapi itu sendiri yang membuat rileks. Aromaterapi merupakan metode pengobatan melalui media bau-bauan yang berasal dari bahan tanaman tradisional tertentu. Salah satunya adalah aroma terapi lavender. Aromaterapi lavender adalah aromaterapi yang menggunakan bunga *lavendula* dengan kandungan zat aktif berupa *linaloolacetate* dan *linalylacetate* yang dapat menyembuhkan penyakit. Seseorang yang menghirup aromaterapi lavender akan menjadi relaks. Relaksasi membuat vasodilatasi pembuluh darah dan sirkulasi peredaran darah menjadi lancar. Sekalipun metode yang digunakan tergolong

sederhana, namun terapi ini memiliki banyak kelebihan dibandingkan dengan metode penyembuhan yang lain, seperti biaya yang dikeluarkan relatif murah, bisa dilakukan diberbagai tempat dan keadaan, cara pemakaian tergolong praktis dan efisien, efek zat yang ditimbulkan tergolong aman bagi tubuh dan khasiatnya pun terbukti manjur dan tidak kalah dengan metode terapi lain (Mulyasari, Adi and Sari, 2020). Aromaterapi lavender dapat diapliaksi dengan cara dihirup, atau dioleskan pada kulit unntuk dipijat dan dikombinasikan dengan inner oil. Dalam studi kasus ini, Aromaterapi lavender yang dikombinasikan dengan senam rematik akan diaplikasi dengan cara dihirup.

Hasil penelitian (Niken and Tolla, 2022) dengan judul “ Pengaruh Senam Rematik Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Di Panti Werdha Theodora Makassar “ dimana dilakukan senam rematik selama 15 menit sebanyak 3 kali dalam seminggu dengan 13 gerakan ada pengaruh terhadap nyeri sendi yang dirasakan oleh lansia.

Hasil penelitian dari Marsiami *et al.*(2023) dengan judul ”Manfaat Senam Rematik Pada Lansia Yang Mengalami *Rheumatoid Arthritis* yang dilakukan di UPT Puskesmas Pagelaran Tahun 2022” menunjukkan bahwa penerapan terapi Senam Rematik memiliki efektivitas yang terbukti dalam menurunkan skala nyeri pada lansia dengan *Rheumatoid Arthritis*. Intervensi dilakukan dengan memberikan terapi senam rematik dari tanggal 31 Mei – 24 Juni 2022 dengan total sampel 28 orang dan hasil menunjukkan asil uji statistic wilcoxon manfaat senam rematik terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia yang mengalami *Rheumatoid Arthritis* diperoleh p-value sebesar 0,000 p-value < 0.005, sehingga Ho ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat ada manfaat senam rematik terhadap keluhan nyeri

sendi pada lansia yang mengalami *Rheumatoid Arthritis* di UPT Puskesmas Pagelaran Tahun 2022. Hasil penelitian oleh (Pamunkas *et al.*, 2023) dengan judul “ Pengaruh Senam Rematik Terhadap Intensitas Nyeri Sendi Pada Penderita *Osteoarthritis* Di Wilayah Kerja Kalirungkut Surabaya” menunjukkan bahwa penerapan terapi Senam Rematik memiliki efektivitas yang terbukti dalam menurunkan skala nyeri pada lansia dengan *Rheumatoid Arthritis*. Intervensi dilakukan dengan memberikan terapi senam rematik dengan total sampel 44 orang dan hasil bahwasanya ada perbedaan sangat signifikan antara Pre-Test dan Pasca Test dimana nilai mean intensitas nyeri pretest adalah 5.8 sedangkan nilai mean posttest adalah 3.9 Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat ada Pengaruh Senam Rematik Terhadap Intensitas Nyeri Sendi Pada Penderita *Osteoarthritis* di Wilayah Kerja Kalirungkut Surabaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dalam Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Dengan Terapi Senam Rematik Kombinasi Dengan Aromaterapi Lavender Pada Lansia Yang Mengalami *Rheumatoid Arthritis* Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendapatkan gambaran umum untuk asuhan keperawatan pada pasien dengan nyeri akut dengan terapi senam rematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025?”

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan nyeri akut dengan terapi senam sematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025
- b. Merumuskan analisa data dan diagnosis keperawatan nyeri akut dengan terapi senam rematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025?
- c. Menyusun intervensi keperawatan nyeri akut dengan terapi senam rematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025
- d. Memberikan implementasi keperawatan nyeri akut dengan terapi senam rematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025
- e. Melakukan evaluasi keperawatan nyeri akut dengan terapi senam rematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025
- f. Menganalisis hasil pemberian terapi senam rematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil penelitian karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menambah dan mengembangkan pengetahuan dalam memberikan asuhan keperawatan nyeri

akut dengan terapi senam rematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025

- b. Hasil penelitian karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat mejadi referensi dasar untuk penelitian selanjutnya khususnya yang berkaitan dengan asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi senam rematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada ansia yang mengalami *reumatoid arthritis*.

2. Manfaat praktis

- a. Penelitian Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk menambah keluasan ilmu di bidang keperawatan dalam asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi senam rematik kombinasi dengan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis*.
- b. Penelitian Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan mampu menjadi pedoman intervensi alternatif dalam merawat lansia yang mengalami *rheumatoid arthritis* dengan terapi senam rematik kolaborasi dengan aroma terapi lavender

E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah

Proses penyusunan KIAN ini dari studi literatur melibatkan beberapa tahapan, mulai dari identifikasi topik, pencarian literatur yang relevan, analisis dan penyusunan laporan yang sistematis, pengurusan ijin yaitu sampai dikeluarkan ijin dari UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan, pengumpulan data pasien dimana penulis melakukan (pengumpulan data, observasi, pemeriksaan fisik pasien dan konsultasi dengan pembimbing sehingga laporan KIAN dapat disajikan dan dapat diajukan untuk dipresentasikan dihadapan penguji.