

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan kondisi dimana seseorang telah memasuki masa tua dengan usia 60 tahun keatas (Helda, 2024). Lansia akan mengalami perubahan pada fisiologisnya akibat dari proses penuaan ditandai dengan menurunnya fungsi kesehatan, rentan terhadap penyakit yang disebabkan oleh menurunnya daya tahan tubuh. Dampak dari penuaan pada lansia ini menyebabkan timbulnya masalah-masalah kesehatan salah satunya arthritis. Seringkali lansia mengalami osteoarthritis yang merupakan penyakit muskuloskeletal yang menjadi salah satu dari 10 penyebab utama kelumpuhan dan gangguan pergerakan sendi (Rahmadina dalam Helda, 2024). Osteoarthritis (OA) merupakan suatu kelainan arthritis kronis yang disebabkan oleh rusaknya tulang rawan dan persendian sehingga menyebabkan saling bergesekannya tulang yang menimbulkan gejala seperti nyeri sendi, kaku, bengkak, dan gangguan pergerakan (Jayanti, 2021).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, sekitar 528 juta orang diseluruh dunia hidup dengan osteoarthritis. Di Indonesia angka kejadian penyakit sendi sebesar 7,3 % tahun 2018. *USA Bureau of the census* memperkirakan pada tahun 2025 populasi usia lanjut di Indonesia akan meningkat sebesar 414% dibandingkan tahun 1990. Berdasarkan data Badan

Kesehatan Dunia (WHO), gangguan osteoarthritis di Indonesia tercatat 8,1% dari total penduduk Indonesia, osteoarthritis merupakan penyakit reumatik yang paling banyak ditemui dibandingkan kasus penyakit reumatik lainnya (Ghassani & Idris, 2023).

Provinsi Jawa Barat memiliki 8,84% dari 52.511 penduduk yang mengalami penyakit sendi termasuk osteoarthritis. Berdasarkan data Dinkes Kota Tasikmalaya pada tahun 2022, prevelensi masyarakat hidup dengan keluhan nyeri sendi di kota Tasikmalaya mencapai 1589 dan 504 orang diantaranya merupakan penderita osteoarthritis. Pada tahun 2025, dari 20 puskesmas di kota Tasikmalaya, jumlah penderita osteoarthritis meningkat setiap bulannya (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2025). Dinas kesehatan kota Tasikmalaya (2025) mencatat bahwa Di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu terdapat 5.641 lansia, dengan kasus kejadian osteoarthritis cukup tinggi.

Osteoarthritis dapat menimbulkan dampak pada setiap aspek kehidupan lansia. Rasa nyeri yang sedang berlangsung, keterbatasan fisik, dan depresi dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk terlibat dalam aktivitas sosial, komunitas, dan juga pekerjaan. Apabila kondisi ini tidak segera ditangani, nyeri sendi dan kecacatan akibat osteoarthritis akan mengakibatkan penurunan aktivitas pada lansia serta imobilisasi berkepanjangan (Anisia & Umam, 2020). Oleh karena itu, diperlukan adanya penatalaksanaan untuk osteoarthritis.

Perawat memiliki peran penting dalam memberikan asuhan keperawatan secara langsung, peran dalam memberikan pelayanan komunitas, menjadi pendidik, advokat, kolaborator, dan konselor (Anwar, 2023). Beberapa intervensi ataupun penatalaksanaan yang dapat diberikan kepada para penderita osteoarthritis yang memiliki keluhan nyeri sendi diantaranya yaitu dengan terapi farmakologis dan juga non farmakologis. Beberapa terapi non farmakologis yang dapat diberikan yaitu dengan latihan *Range Of Motion* (ROM) (Farikhi & Indriani, 2021).

Range of Motion (ROM) aktif merupakan suatu latihan yang dilakukan untuk mempertahankan atau memperbaiki tingkat kesempurnaan kemampuan menggerakkan persendian secara normal dan lengkap untuk meningkatkan massa otot dan tonus otot. Program aktivitas fisik terbaik mencakup kombinasi olahraga yang memberikan berbagai manfaat fisiologis. Olahraga rentang gerak (*Range Of Motion*) dalam aktivitas sehari-hari dapat melibatkan salah satu atau seluruh sendi tubuh. Latihan *Range Of Motion* (ROM) aktif dapat digunakan sebagai terapi non farmakologis dalam menurunkan nyeri lutut pada lansia yang mengalami osteoarthritis (Aeni, 2018) dalam (Yusuf et al., 2024). Terapi fisik merupakan salah satu pengobatan non farmakologis yang mengatasi hipertonia dan ketidaknyamanan otot. Salah satu cara pengendalian kelainan fisik yang mempengaruhi kinerja motorik adalah melalui latihan gerak aktif (Yusuf et al., 2024). Hasil dari penelitian oleh Rahmadina (2021), didapatkan bahwa

hasil analisis penelitian ini terdapat pengaruh latihan ROM terhadap penurunan intensitas nyeri pada lansia dengan osteoarthritis.

Terapi non farmakologis lainnya yang dapat diberikan pada lansia dengan keluhan nyeri sendi akibat osteoarthritis yaitu terapi dzikir. Dzikir merupakan aspek psikospiritual yang bisa dijadikan sebagai pendamping dalam aktifitas fisik, dimana dengan melakukan dzikir kepada Allah SWT dalam kurun waktu yang tidak terlalu lama, akan memberikan ketenangan. Dengan berdzikir, akan menimbulkan beberapa efek medis dan psikologis yaitu akan menyeimbangkan keseimbangan kadar serotonin dan neuropeptin di dalam tubuh, dimana kondisi ini merupakan morfin alami yang bekerja di dalam otak serta akan menyebabkan hati dan pikiran merasa tenang dibandingkan sebelum berzikir (Widya, 2022).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Dwi & Santoso (2024), diinterpretasikan bahwa ada perbedaan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi dzikir lisan. Dapat disimpulkan bahwa terapi dzikir lisan dapat menurunkan secara signifikan tingkat nyeri pada pasien. Kombinasi dari latihan ROM aktif dan terapi dzikir efektif dalam menurunkan nyeri, hasil penelitian Fuadhah (2024) disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan Range Of Motion (Rom) Dan Dzikir Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri.

Hasil studi pendahuluan melalui wawancara dengan petugas Puskesmas Purbaratu didapatkan bahwa kasus osteoarthritis pada lansia dengan keluhan nyeri sendi cukup tinggi. Penatalaksanaan yang dilakukan tenaga kesehatan

di Puskesmas menggunakan teknik farmakologis dengan diberikan obat perreda nyeri. Apabila keluhan didapatkan di luar Puskesmas, maka pasien dirujuk datang ke Puskesmas untuk mendapatkan penanganan.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Kombinasi Latihan *Range Of Motion* (ROM) Aktif dan Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan menurunnya kondisi kesehatan pada lansia salah satunya muncul keluhan nyeri sendi akibat osteoarthritis hal ini dapat menimbulkan dampak pada setiap aspek kehidupan lansia. Rasa nyeri yang sedang berlangsung, apabila tidak diatasi akan menyebabkan keterbatasan fisik dan dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk terlibat dalam aktivitas sosial, komunitas, dan juga pekerjaan. Untuk mengurangi keluhan nyeri sendi pada lansia, peneliti akan melakukan penelitian pada lansia dengan membuat rumusan masalah sebagai berikut:

“Bagaimanakah Pengaruh Kombinasi Latihan *Range Of Motion* (ROM) dan Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi latihan *Range Of Motion* (ROM) dan terapi dzikir terhadap tingkat nyeri sendi pada lansia dengan osteoarthritis

2. Tujuan Khusus

- 2.1 Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden.
- 2.2 Mengidentifikasi tingkat nyeri sendi lansia sebelum diberikan kombinasi latihan ROM dan terapi dzikir pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- 2.3 Mengidentifikasi tingkat nyeri sendi lansia setelah diberikan kombinasi latihan ROM dan terapi dzikir pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- 2.4 Menganalisis perbedaan proporsi tingkat nyeri sendi antara sebelum dan sesudah diberikan kombinasi latihan ROM dan terapi dzikir pada kelompok intervensi.
- 2.5 Menganalisis perbedaan proporsi tingkat nyeri setelah diberikan kombinasi latihan ROM dan terapi dzikir nyeri sendi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Subyek Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan lansia dapat memiliki kemampuan melakukan latihan *Range Of Motion* dan terapi dzikir yang merupakan teknik non

farmakologis dalam mengatasi nyeri sendi yang dapat diterapkan secara mandiri sehingga lansia dapat melakukan aktivitas dengan baik dengan berkurangnya rasa nyeri yang dirasakan.

2. Bagi Layanan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternative tindakan dalam pemberian asuhan keperawatan serta mengembangkan intervensi keperawatan pada lansia dengan keluhan nyeri sendi akibat osteoarthritis melalui terapi non farmakologis dalam mengatasi nyeri.

3. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi, bahan bacaan bidang ilmu keperawatan gerontik juga sebagai referensi dalam memberikan asuhan keperawatan pada lansia dengan keluhan nyeri sendi akibat osteoarthritis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi, data dasar dan memberikan informasi tambahan dalam penyusunan skripsi bidang ilmu keperawatan gerontik dengan keluhan nyeri sendi akibat osteoarthritis.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1: Keaslian Penelitian

No	Judul	Penulis	Metode	Perbedaan
1	Pengaruh Latihan Range Of Motion (Rom) Aktif Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Wilayah Puskesmas	Yusuf Safria Rahmani, Eko Wardoyo, Sugiarto, Hardono	Desain penelitiannya dengan menggunakan quasi experiment pre-test-post-test dan kelompok kontrol. Pengambilan sampel menggunakan teknik <i>Puposive Sampling</i> .	Menerapkan kombinasi 2 intervensi yaitu latihan ROM dan terapi dzikir

	Kaliasin Lampung Selatan			
2	Pengaruh Latihan Range Of Motion Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis	Jayanti Rahmadina Pratiwi, Erwan Setiyono, Iyar Siswandi	Penelitian ini menggunakan metode Quasi Eksperimental dengan desain one-group pretest posttest design. Pengambilan sampel penelitian pada lansia sebanyak 15 orang menggunakan teknik <i>Puposive Sampling</i> .	Menerapkan kombinasi 2 intervensi yaitu latihan ROM dan terapi dzikir, sampel penelitian menggunakan lansia dengan osteoarthritis
3	Pengaruh Range Of Motion (Rom) Dan Dzikir Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Fraktur Dengan Post Operasi	Ike Iftachul Fuadhah	Jenis penlitian ini adalah one group pre-post test design menggunakan teknik total sampling dengan jumlah responden 15.	Sampel penelitian yang akan diberikan intervensi yaitu 29 lansia dengan keluhan nyeri sendi akibat osteoarthritis. Menggunakan pendekatan kontrol <i>group</i>
4	Terapi Dzikir Lisan untuk Menurunkan Nyeri pada PasienPasca Operasi Fraktur	May Dwi Yuri Santoso, Satriya Pranata, Edy Soesanto	Desain penelitian yang digunakan adalah one group pretest and posttest, dengan melakukan masing-masing adalah sebelum dan sesudah intervensi	Sampel penelitian yang akan diberikan intervensi yaitu lansia dengan keluhan nyeri sendi akibat osteoarthritis. Menggunakan kontrol <i>group</i>