

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Badan Kesehatan Dunia (WHO, 2018) menyatakan bahwa data prevalensinya menunjukkan 20% penderita rheumatoid arthritis berusia 5-20 tahun, prevalensi 5-10 % dan 20% pada usia 55 tahun. 355 juta orang di seluruh dunia menderita rheumatoid arthritis. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat pada tahun 2025, menunjukkan bahwa lebih dari 25% akan mengalami kelumpuhan. Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI 2018) melaporkan bahwa prevalensi penyakit sendi atau rheumatoid arthritis (RA) mengalami peningkatan di Indonesia, dan jumlah penyakit sendi merupakan yang tertinggi di masyarakat. Prevalensi RA di Indonesia sebesar 7,3% dan tertinggi di Provinsi Aceh sebesar 13,3%. Prevalensi RA di Povinsi Jawa Barat pada Rikesdas tahun 2018 sebesar 8,86% dan di Kota Bogor diperkirakan mencapai 40% dari jumlah penduduk.

Rheumatoid Arthritis (RA) adalah penyakit peradangan autoimun kronis, atau reaksi autoimun, dimana sistem kekebalan tubuh lansia terganggu dan melemah, sehingga menyebabkan kerusakan sendi dan sinovial, terutama pada tangan, kaki, dan lutut. Nyeri pada penderita rheumatoid arthritis disebabkan oleh adanya proses imun pada cairan sinovial sehingga terjadi peradangan sehingga terjadi pembentukan

sinovitis dan pannus yang pada akhirnya menyebabkan kerusakan sel dan jaringan sendi terjadi pelepasan berbagai mediator inflamasi (Andri et al. 2020). Febrianti, (2023) Gejala klinis RA pada setiap orang berbeda-beda, termasuk kondisi awal yang tidak menunjukkan tanda yang jelas. Keluhan umum seperti sendi kaku di pagi hari, bengkak dan nyeri pada sendi, benjolan, gejala mirip flu, demam, dan penumpukan cairan saat disentuh pada pergelangan kaki.

Lema (2019) Arthritis reumatoid terjadi ketika sistem kekebalan tubuh secara tidak sengaja menyerang sinovium, jaringan lunak pada persendian yang menghasilkan cairan. Cairan ini berfungsi sebagai pelumas tulang rawan dan persendian. Jika jaringan sinovial rusak, dapat terjadi peradangan dan pembengkakan, sehingga merusak tulang rawan dan persendian. Jika kasus yang parah, tulang rawan dan persendian bisa rusak seiring berjalannya waktu. Arthritis reumatoid dapat disebabkan oleh banyak faktor, antara lain genetika, usia, jenis kelamin, gaya hidup, merokok, pola makan, infeksi, dan obesitas. Pola makan sehat kaya kalsium dan vitamin D, jika rheumatoid arthritis sudah cukup pasien harus segera mendapat pengobatan termasuk istirahat dan terapi fisik rutin. Arthritis reumatoid juga dapat menyebabkan gangguan tidur akibat nyeri sendi, peradangan akibat gesekan antara ujung-ujung tulang penyusun sendi (Masruroh, 2021).

Menurut penelitian Wulandari menunjukkan hubungan RA dengan kejadian pola tidur buruk dengan $p = 0,000$ ($p < \alpha$). Koefisien

korelasi $r = 0,699$ artinya terdapat hubungan kuat antara RA dengan kejadian pola tidur buruk. Pengobatan gangguan tidur dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Farmakologi adalah penggunaan obat untuk merangsang tidur pada pasien. Namun pendekatan ini cenderung menimbulkan dampak negatif jika digunakan dalam jangka panjang. Perawatan nonfarmakologis dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti terapi olahraga, hipnotis, pijat refleksi, akupunktur, pijat kaki (*Foot massage*), aromaterapi, dan berendam di air hangat (Jannah et al. 2023).

Afianti & Mardhiyah,(2017) Pijat kaki atau *foot massage* dapat memberikan efek relaksasi yang mendalam, mengurangi kecemasan, mengurangi rasa sakit, ketidaknyamanan fisik, dan meningkatkan kualitas tidur. Terapi pijat kaki dapat mengobati RA karena memanipulasi jaringan ikat dengan cara memukul, menggosok atau meremas untuk meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan tonus otot, memberikan relaksasi dan meningkatkan kualitas tidur klien terutama pada klien dengan gangguan tidur (Robby, Agustin, and Hanifan Azka 2022). Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Muliani et al, 2019) menunjukkan bahwa aktif memberikan pijat kaki memberikan pengaruh terhadap lansia penderita RA. Selain itu, penelitian (Rindriani and Adriani 2022) menyimpulkan bahwa pijat kaki memberikan pengaruh yang signifikan terhadap lansia penderita RA yang dilakukan satu kali sehari selama 3 hari berturut-turut, selama 20 menit setiap kali dilakukan

pijat kaki. (Putri, Firsty, and Krishna 2021) Menurut Hasil (Ariani and Suryanti 2019) penelitian menemukan 20 (100%) responden memiliki kualitas tidur yang buruk. Setelah dilakukan *foot massage* 11 orang (55%) memiliki kualitas tidur yang baik dan 9 orang (45%) memiliki kualitas tidur yang buruk. Penelitian ini menunjukkan penerapan terapi pijat kaki pada pasien RA memberikan pengaruh yang signifikan.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis di RT 03/RW 07 Kelurahan Bubulak, Kota Bogor didapatkan hasil dari populasi lansia terdapat 120 orang diantaranya 15 orang yang memiliki Riwayat penyakit rheumatoid arthritis di RT 03/RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor. Sebelum dilakukannya penerapan *foot massage*, para lansia yang mengalami rheumatoid arthritis dengan insomnia tidak melakukan apapun terhadap insomnia nya, lansia hanya berbaring ditempat tidur sambil berdzikir yang mengakibatkan tidak adanya perubahan terhadap insomnianya.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang penerapan terapi *foot massage* untuk menurunkan insomnia pada lansia dengan rheumatoid arthritis di RT 03/RW 07 Kelurahan Bubulak Kota bogor.

B. Rumusan

Berdasarkan fakta dan hal-hal yang sudah di uraikan latar belakang dapat dirumuskan permasalahan pokok yaitu “Bagaimana penerapan terapi *foot massage* dalam menurunkan insomnia pada lansia

dengan rheumatoid arthritis di RT 03 Kelurahan Bubulak Kota Bogor ?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran penerapan *foot massage* terhadap penurunan insomnia pada lansia dengan *Rheumatoid Arthritis* di RT 03 kelurahan Bubulak, Kota Bogor.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik lansia dengan rheumatoid arthritis dalam penerapan *foot massage* di RT 03 Kelurahan Bubulak, Kota Bogor.
- b. Mengidentifikasi insomnia akibat rheumatoid arthritis pada lansia di RT 03 Kelurahan Bubulak, Kota Bogor.
- c. Mengetahui prosedur terapi *foot massage* terhadap penurunan insomnia lansia dengan rheumatoid arthritis di RT 03/RW 07 Kelurahan Bubulak, Kota Bogor.
- d. Mengetahui sebelum dan sesudah dilakukan terapi *foot massage* terhadap lansia yang mengalami penurunan insomnia dengan rheumatoid arthritis di RT 03/RW 07 Kelurahan Bubulak, Kota Bogor.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai sumber referensi atau informasi tambahan dan bisa dijadikan masukan bagi para pengembang terapi pada rheumatoid arthritis pada mata kuliah Keperawatan Gerontik.

2. Institusi Tempat Penelitian

Diharapkan di RT03/RW07 Kelurahan Bubulak ini dapat di jadikan informasi serta upaya penurunan insomnia dengan penerapan terapi *foot masage* pada lansia dengan rheumatoid arthritis.

3. Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai informasi tentang model pendekatan keperawatan dalam penerapan terapi *foot massage* pada lansia rheumatoid arthritis dengan penurunan insomnia.