BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut WHO lanjut usia (lansia) adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih. Secara global pada tahun 2013 proporsi dari populasi penduduk berusia lebih dari 60 tahun adalah 11,7% dari total populasi dunia dan diperkirakan jumlah tersebut akan terus meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup. Data WHO pada tahun 2000 usia harapan hidup orang di dunia adalah 66 tahun, pada tahun 2012 naik menjadi 70 tahun dan pada tahun 2013 menjadi 71 tahun. Jumlah proporsi lansia di Indonesia juga bertambah setiap tahunnya. Data WHO pada tahun 2009 menunjukkan lansia berjumlah 7,49% dari total populasi, tahun 2011 menjadi 7,69%, dan pada tahun 2013 didapatkan proporsi lansia sebesar 8,1% dari total populasi (WHO, 2015).

Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia yaitu dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010 menjadi 23,66 juta jiwa (9,03%) pada tahun 2017, kemudian meningkat menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan diperkirakan pada tahun 2035 akan meningkat menjadi 48,2 juta jiwa dengan persentase 15,77% (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Peningkatan jumlah lansia membawa konsekuensi yang kompleks. Tantangan yang dibawa oleh lansia telah mencakup semua aspek kehidupan. Apabila lansia mengalami gangguan kesehatan yang mengakibatkan

peningkatan biaya pelayanan kesehatan, maka jumlah lansia yang banyak akan menjadi beban. Penduduk lanjut usia akan mengalami proses penuaan yang terus menerus, yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik, dan berbagai serangan penyakit yang akan mengakibatkan kematian (Badan Pusat Statistik, 2020).

Proses penuaan merupakan suatu siklus hidup yang ditandai dengan menurunnya fungsi berbagai organ tubuh, dan ditandai dengan meningkatnya kerentanan tubuh terhadap berbagai penyakit. Hal ini karena seiring bertambahnya usia, struktur dan fungsi sel, jaringan dan sistem organ akan berubah, dan fungsi fisiologis akan menurun karena proses degeneratif (penuaan). Oleh karena itu, lansia rentan tertular penyakit menular akibat masalah degeneratif, sehingga menurunkan daya tahan tubuh, seperti penyakit TBC, diare, radang paru-paru dan hepatitis. Selain itu, lansia juga akan banyak menderita penyakit tidak menular, antara lain tekanan darah tinggi, stroke, diabetes, dan arthritis atau asam urat. Perubahan tersebut biasanya menyebabkan penurunan kesehatan fisik dan mental, dan pada akhirnya akan mempengaruhi kehidupan ekonomi dan sosial pada lansia. Jadi secara umum akan mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari (Kementerian Kesehatan RI, 2013; Sunaryo, 2016).

Asam urat merupakan penyakit sendi yang terjadi karena tingginya kadar asam urat dalam darah. Tingginya kadar asam urat dalam darah menyebabkan penimbunan kristal asam urat pada persendian. Dalam keadaan normal, asam urat dilarutkan dalam darah dan diekskresikan dalam urin. Namun pada

beberapa kasus, tubuh akan memproduksi asam urat berlebih atau mengalami masalah dalam membuang kelebihan asam urat yang akan menumpuk di dalam tubuh (Rosa Lina, 2020).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO, 2017), prevalensi gout arthritis di dunia sebanyak 34,2%. Gout arthritis sering terjadi di negara maju seperti Amerika. Prevalensi gout arthritis di Negara Amerika sebesar 26,3% dari total penduduk. Peningkatan kejadian gout arthritis tidak hanya terjadi di negara maju saja. Namun, peningkatan juga terjadi di negara berkembang, salah satunya di Negara Indonesia (Kumar & Lenert, 2016). Prevalensi gout arthritis di Indonesia semakin mengalami peningkatan. Pada tahun 2013 kejadian gout arthritis sebesar 11,9% (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Hasil Riskesdas tahun 2018 tercatat bahwa prevalensi penyakit sendi di Indonesia berdasarkan wawancara diagnosis dokter (7,3%). Seiring dengan bertambahnya umur, demikian juga yang didiagnosis dokter prevalensi tertinggi pada umur ≥ 75 tahun (18.9%).Prevalensi berdasarkan umur yang di diagnosis dokter lebih tinggi pada perempuan (8,5%) dibanding laki-laki (6,1%) (Riskasdes, 2018). Prevalensi gout arthritis di Jawa Barat sebesar 7,5%. Hasil Riskesdas Jawa Barat 2018, proporsi tingkat ketergantungan lansia ≥60 tahun berdasarkan penyakit sendi tertinggi pada tingkat ketergantungan mandiri (67,51%).

Nyeri merupakan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan, persepsi nyeri seseorang sangat ditentukan oleh pengalaman dan status

emosionalnya. Persepsi nyeri bersifat sangat pribadi dan subjektif. Oleh karena itu, suatu rangsang yang sama dapat dirasakan berbeda oleh satu orang karena keadaan emosionalnya yang berbeda (Ana Zakiyah, 2015).

Hasil penelitian menurut (Fitri Yani, 2018), ditunjukkan bahwa rara-rata penurunan nyeri haid sebelum dilakukan teknik relaksasi otot progresif sebesar 14,50 (95% CI: 13,40-15,60) dengan SD= 2,066. Nyeri haid terendah adalah 10 dan tertinggi 18. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata nyeri haid pada remaja putri sebelum dilakukan teknik relaksasi otot progresif adalah di antara 13,40 sampai dengan 15,60. Rata-rata nyeri haid sesudah dilakukan teknik relaksasi otot progresif sebesar 5,12 (95% CI: 4.61- 73 5,61) dengan SD= 0,957. Nyeri haid terendah adalah 4 dan tertinggi 7. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata nyeri haid pada remaja putri sesudah dilakukan teknik relaksasi otot progresif adalah diantara 4,61 sampai dengan 5,64. Hal ini sesuai dalam penelitian Israd Akbar tentang Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap dismenore pada mahasiswi A 2012 Fakultas Keperawatan Unand. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah teknik relaksasi otot progresif berpengaruh dalam mengatasi nyeri dismenore. Penelitian ini menggunakan metode Quasi-experiment dengan pendekatan one group pretest- posttest. Sampel diambil dari mahasiswi Keperawatan Unand dengan teknik total sampling, berjumlah 37 orang. Nyeri ukur menggunakan kuesioner Numeric Rating Scale (NRS). Analisis univariat menggunakan media yang menunjukkan bahwa 100% responden mengalami penurunan

nyeri dismenore setelah diberikan teknik relaksasi otot progresif . Sebanyak 3 orang (8%) responden mengalami penurunan nyeri dismenore tertinggi 4 skala dan 6 orang (16%) responden mengalami penurunan nyeri dismenore terendah sebesar 1 skala.

Berdasarkan hasil penelitian (Puspa Kirana Dewi, dkk. 2018), diketahui bahwa skala nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil trimester III sebelum diberikan perlakuan relaksasi otot progresif memiliki skala minimum 1 dan skala maksimum 8 dengan rerata 4,67 dan standar deviasi sebesar 1,169 termasuk kategori nyeri sedang. Skala nyeri setelah diberikan perlakuan relaksasi otot progresif memiliki skala minimum 0 dan skala maksimum 5 dengan rerata 2,30 dan standar deviasi sebesar 0,887 termasuk kategori nyeri ringan. Hasil uji statistik diperoleh nilai uji wilcoxon (Z) sebesar -5.714 dengan ρvalue sebesar 0,000 hal ini menunjukkan bahwa nilai ρvalue kurang dari α (0,05), hal ini menunjukkan Ha diterima. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan skala nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Cibeureum dapat diterima.

Berdasarkan hasil penelitian (Iwayan Supetran, 2016), membuktikan bahwa sebelum diberikan relaksasi otot progresif pasien gastritis yang mengalami nyeri dikarenakan oleh perhatian pasien masih terfokus pada titik nyeri sehingga pasien merasakan nyeri yang hebat. Sedangkan setelah diberikan relaksasi otot progresif pasien gastritis mengalami penurunan skala nyeri karena pasien sudah tidak berfokus lagi dengan rasa nyerinya. Hasil

penelitian ini sejalan dengan penelitian Melisa (2013), tentang efektivitas pemberian teknik relaksasi progresif dalam penurunan nyeri pasien gastritis akut sebelum pemberian teknik relaksasi otot progresif adalah nyeri ringan sebanyak 4 orang (16%), nyeri sedang yaitu 16 orang (64%), dan nyeri hebat sebanyak 5 orang (20%). Tingkat nyeri pada pasien gastritis akut sesudah pemberian teknik relaksasi progresif adalah tidak ada nyeri sebanyak 1 orang (4%), nyeri ringan sebanyak 12 orang (48%), nyeri sedang yaitu sebanyak 7 orang (28%), nyeri berat terkontrol sebanyak 5 orang (20%). Nilai sum ranks menunjukkan bahwa nilai rank untuk tingkat nyeri pada sebelum pemberian teknik relaksasi progresif adalah sebesar 71,50 sedangkan saat sesudah pemberian teknik relaksasi progresif adalah 6,60. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian teknik relaksasi otot progresif dapat menurunkan tingkat nyeri.

Berdasarkan data diatas, maka peneliti tertarik untuk mengambil Karya Tulis Ilmiah dalam bentuk Studi Kasus dengan judul "Penerapan Relaksasi Otot Progresif Untuk Penurunan Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis yang Mengalami Nyeri Di Posbindu RW 05 Desa Bantarsasi Kabupaten Bogor".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai "Bagaimanakah tingkat nyeri pada lansia dengan Gout Arthritis setelah mendapatkan latihan teknik relaksasi otot progresif?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengetahui tingkat nyeri pada lansia dengan Gout Arthritis setelah mendapatkan latihan teknik relaksasi otot progresif.

2. Tujuan Khusus

   Tujuan khusus dalam penulisan ini adalah diperolehnya gambaran asuhan keperawatan yang meliputi:

   a. Diketahui karakteristik klien dengan masalah Gout Artritis.
   b. Diketahuinya gambaran tingkat nyeri sebelum mendapatkan latihan teknik relaksasi otot progresif.
   c. Diketahuinya gambaran tingkat nyeri setelah mendapatkan latihan teknik relaksasi otot progresif.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

   Memberikan wawasan mengenai cara menerapkan teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat nyeri pada lansia dengan gout arthritis serta memberikan pengalaman melakukan penelitian studi kasus.

2. Bagi Institusi Prodi Keperawatan Bogor

   a. Sebagai sumber bacaan dan informasi bagi mahasiswa kesehatan khususnya keperawatan menyangkut cara menerapkan teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat nyeri pada lansia dengan gout arthritis.

b. Sebagai dasar penelitian selanjutnya khususnya dalam bidang keperawatan.

c. Sebagai program pengabdian masyarakat bagi dosen dan mahasiswa terkait dengan cara menerapkan teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat nyeri pada lansia dengan gout arthritis.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai bahan informasi yang dapat dijadikan acuan untuk menentukan pendekatan intervensi keperawatan yang tepat bagi klien di pelayanan kesehatan yaitu penerapan teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat nyeri pada lansia dengan gout arthritis.