**BAB I**

**PENDAHULUAN**

* 1. **LATAR BELAKANG MASALAH**

Proses menua pada manusia adalah suatu kondisi pasti dan alamiah yang akan terjadi pada manusia, hal ini tidak dapat dihindari dan pasti akan dialami oleh semua makhluk hidup. Menjadi tua berarti seseorang telah melalui tiga tahapan dalam kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua. Proses menua telah terjadi sepanjang hidup, yang artinya telah terjadi sejak permulaan kehidupan.

Undang-Undang Nomer 13 Tahun 1998 ayat 2 tentang kesejahteraan lanjut usia, lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Menurut Surini dan Utomo dalam Lilik Ma’rifatul (2011), lanjut usia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang akan dijalani oleh semua individu, ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan.

Hasil sensus penduduk pada tahun 2010, Indonesia memasuki 5 besar negara dengan jumlah lansia terbanyak di dunia dengan jumlah 18,1 juta jiwa dari jumlah penduduk yang berada di Indonesia. Pada tahun 2014 lalu, lansia di Indonesia telah mencapai 18,78 juta jiwa lebih. Menurut proyeksi Bappenas, jumlah lansia pada tahun 2010 yang berjumlah 18,1 juta jiwa akan mengalami peningkatan pada tahun 2025 menjadi dua kali lipat atau sekitar 36 juta dan Indonesia akan memiliki jumlah lansia terbesar di dunia. Menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur pada tahun 2012, untuk jumlah lansia di Kabupaten Malang berjumlah 728,888 jiwa. Dengan meningkatnya jumlah lansia akan menimbulkan permasalahan baru yaitu peningkatan rasio ketergantungan lansia (old ages dependency ratio) yang dapat diartikan penduduk dengan usia yang produktif akan menanggung lansia.

Pada saat manusia mengalami proses menua, manusia akan mengalami fase penurunan karena terjadinya penuaan. Lansia akan mengalami penurunan fisik, biologis, mental, maupun sosial ekonomis. WHO telah mengidentifikasi lansia merupakan sekelompok manusia yang mudah terserang kemunduran baik itu secara fisik maupun mental. Dengan terjadinya proses menua mengakibatkan penurunan fungsi organ serta tingkat produktivitas yang mengakibatkan meningkatnya penyakit degeratif pada lansia.

Lilik Ma’rifatul (2011), bahwa ada empat penyakit yang sangat erat hubungannya dengan proses menua yaitu gangguan sirkulasi darah, gangguan metabolisme hormonal, gangguan pada persendian, dan berbagai macam neoplasma. Yang sering ditemui dikehidupan sehari-hari pada lansia adalah gangguan pada persendian. Penyakit pada sendi adalah akibat degenerasi atau kerusakan pada permukaan sendi-sendi tulang yang banyak ditemui pada lansia terutama yang gemuk. Hampir 8% orang yang sudah berusia 50 tahun ke atas mempuyai keluhan pada persendiannya seperti linu-linu, pegal dan kadang-kadang sepeti nyeri. Bagian yang sering terserang adalah bagian jari-jari, tulang belakang, sendi-sendi penahan berat badan seperti lutut dan panggul. Dari hasil studi yang dilakukan oleh komnas lansia pada tahun 2006 tentang kondisi sosial pada lansia dan kesehatan pada lansia diketahui bahwa penyakit yang sering terhadi pada lansia adalah penyakit sendi.

Keluhan kesehatan pada lansia yang paling tinggi (32,19%) adalah efek dari penyakit kronis seperti rematik, asam urat, hipertensi, darah rendah dan diabetes. Berdasarkan distribusi responden berdasarkan diagnosa yang pernah dibuat oleh dokter atau petugas kesehatan lainnya, penyakit yang terbanyak yang pernah diderita lansia adalah rematik (35,3%) dan hipertensi (33,1%). Menurut Darmojo dalam Azizah (2011) penyakit tertinggi yang terjadi pada lansia di Indonesia adalah rematik (49%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Banyudianto dan Sunyoto (2012) bahwa senam lansia berpengaruh terhadap nyeri yang dialami oleh lansia, dan semakin aktif lansia melakukan senam lansia maka akan berkurang nyeri yang dialaminya. Dan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayah (2012) bahwa terdapat pengaruh senam rematik terhadap peningkatan aktifitas fungsional lansia dengan nyeri rematik dan senam rematik dapat menangani masalah nyeri rematik pada lansia

Rematik adalah suatu penyakit inflamasi kronis yang menyebabkan degenerasi jaringan penyambung. Penyakit rematik yang menahun akan mengakibatkan cacat pada bagian tubuh yang terkena. Gejala umum yang sering terjadi biasanya nyeri tekan pada sendi dan kekakuan sendi. Penyakit rematik dapat diperparah dengan terlalu banyak melakukan aktivitas fisik yang membebani anggota badan.

Nyeri sendi akibat rematik apabila tidak ditangani akan berefek pada jaringan yang berada pada disekitar sendi, peradangan yang terjadi lama kelamaan akan mengakibatkan jaringan sendi menjadi hancur sehingga dapat membatasi aktivitas harian pada lansia seperti sulit berjalan dan sulit menggunakan tangan. Untuk mengurangi nyeri sendi yang diakibatkan oleh rematik tersebut perlu dilakukan penangangan baik itu secara farmakologi atau secara non farmakologi. Beberapa obat dapat mengurangi rasa nyeri yang ditimbulkan contohnya dengan pemberian NSAID, relaksan otot, opioid, dan terapi adjuvant. Terapi non farmakologi dengan pemberian terapi fisik atau latihan fisik dapat membantu dalam mengatasi intensitas nyeri yang lebih baik bagi lansia. Latihan fisik yang dapat diberikan yaitu dengan dilakukan senam rematik pada penderita. Senam rematik dapat mengatasi rasa nyeri, meningkatkan daya tahan tubuh dan kesehatan secara menyeluruh. Inti dari senam rematik adalah mempertahankan lingkup gerak sendi secara maksimal.

Dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 20 Desember 2015 dengan kader dan petugas puskesmas di Posyandu Lansia Tulusayu Desa Sidorahayu Wilayah Puskesmas Wagir Kabupaten Malang didapatkan data, lansia yang terdapat di desa Sidorahayu sebanyak 70 orang, dengan jumlah yang hadir saat studi pendahuluan sebanyak 38 orang (54%) dengan lansia yang menderita rematik sebanyak 15 orang (39%).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang penurunan nyeri sendi setelah diberikan senam rematik pada lansia penderita rheumatoid artritis di posyandu lansia Tulusayu wilayah puskesmas Wagir Kabupaten Malang.

* 1. **RUMUSAN MASALAH**

Bagaimana gambaran tingkat nyeri sendi setelah diberikan senam rematik pada lansia penderita rheumatoid artritis di Posyandu Lansia Tulusayu Desa Sidorahayu Wilayah Puskesmas Wagir Kabupaten Malang?

* 1. **TUJUAN PENELITIAN**
     1. **Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran tingkat nyeri sendi setelah diberikan senam rematik pada lansia penderita rheumatoid artritis di Posyandu Lansia Tulusayu Desa Sidorahayu Wilayah Puskesmas Wagir Kabupaten Malang.

* + 1. **Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui gambaran tingkat nyeri sendi sebelum diberikan senam rematik pada lansia penderita rheumatoid artritis di Posyandu Lansia Tulusayu Desa Sidorahayu Wilayah Puskesmas Wagir Kabupaten Malang
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat nyeri sendi sesudah diberikan senam rematik pada lansia penderita rheumatoid artritis di Posyandu Lansia Tulusayu Desa Sidorahayu Wilayah Puskesmas Wagir Kabupaten Malang
   1. **MANFAAT PENELITIAN**
3. Bagi Responden atau Masyarakat

Masyarakat penderita rheumatoid artritis khususnya responden dapat mengetahui penurunan nyeri sendi dapat dilakukan dengan cara senam rematik.

1. Bagi Institusi Pendidikan Poltekkes Kemenkes Malang

Sebagai masukan bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian lebih lanjut tentang penurunan nyeri sendi dengan cara senam rematik.

1. Bagi Petugas Kesehatan

Sebagai bahan pertimbangan dalam membantu menurunkan nyeri sendi kepada masyarakat penderita rheumatoid artritis dengan cara senam rematik.

1. Bagi Peneliti

Memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi ilmu keperawatan selama perkulihan, khususnya dalam riset keperawatn dan pembelajaran gerontologi tentang penurunan nyeri sendi pada lansia dengan dilakukannya senam rematik.