

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pertambahan usia merupakan proses biologis yang tidak dapat dihindari dan umumnya diikuti oleh berbagai perubahan fisiologis, psikologis, maupun sosial yang signifikan dalam kehidupan individu (Setiati & Alwi, 2019). Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami penurunan fungsi organ tubuh, termasuk sistem saraf dan sistem vestibular, yang secara langsung memengaruhi keseimbangan dan orientasi tubuh (Agrawal et al., 2019). Salah satu gangguan yang sering dikeluhkan akibat penurunan fungsi tersebut adalah vertigo, yakni kondisi di mana individu mengalami sensasi berputar atau bergerak meskipun tubuh sedang dalam keadaan diam (Bisdorff, 2014). Vertigo pada lansia menjadi masalah kesehatan yang penting karena dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup, pembatasan aktivitas fisik, hingga peningkatan risiko jatuh (Yardley et al., 2015).

Secara epidemiologis, vertigo lebih banyak dialami oleh kelompok usia lanjut. Agrawal et al. (2019) menyatakan bahwa sekitar 30–40% lansia pernah mengalami gangguan vestibular yang ditandai dengan pusing berputar, rasa tidak seimbang, dan gangguan orientasi ruang. Sebuah studi populasi di Swedia melaporkan bahwa gangguan keseimbangan, termasuk vertigo, dialami oleh sekitar 29% pria dan 36% wanita pada usia 70 tahun, dan meningkat hingga lebih dari 50% pada usia 88–90 tahun (Rubenstein et al., 1990). Insiden tahunan vertigo juga meningkat secara signifikan seiring bertambahnya usia, dari 83,3 per 1.000 pada lansia usia 70 tahun menjadi 108,4 per 1.000 pada usia di atas 85 tahun (Neuhauser et al., 2008).

Di kawasan Asia, studi di Korea Selatan menunjukkan bahwa 9,7% dari kunjungan rumah sakit oleh lansia berusia ≥ 75 tahun disebabkan oleh keluhan vertigo atau pusing (Han et al., 2021).

Di Indonesia sendiri, data epidemiologis nasional mengenai vertigo pada lansia masih terbatas. Namun, data dari Indonesia Family Life Survey (IFLS)

menunjukkan bahwa sekitar 12,8% lansia usia ≥ 50 tahun mengalami cedera akibat jatuh dalam dua tahun terakhir, yang sebagian besar dapat dikaitkan dengan gangguan keseimbangan seperti vertigo (Suharso et al., 2022).

Vertigo dapat bersifat episodik maupun kronis, dan dalam kasus jangka panjang dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, gangguan tidur, serta ketergantungan terhadap orang lain dalam aktivitas sehari-hari (Zalewski, 2015). Salah satu bentuk vertigo yang paling umum pada lansia adalah *Benign Paroxysmal Positional Vertigo* (BPPV), yang terjadi akibat pergerakan partikel otolit ke dalam kanalis semisirkularis posterior di telinga bagian dalam saat posisi kepala berubah (von Brevern et al., 2015).

Penanganan vertigo secara umum masih didominasi oleh pendekatan farmakologis, misalnya dengan pemberian antihistamin, benzodiazepin, atau obat-obatan vestibulosupresan. Meskipun efektif dalam mengurangi gejala akut, obat-obatan ini tidak mengatasi akar penyebab vertigo dan dapat menimbulkan efek samping, seperti sedasi, hipotensi ortostatik, dan gangguan fungsi hati dan ginjal, khususnya pada populasi lansia (Strupp & Brandt, 2019). Oleh karena itu, pendekatan non-farmakologis seperti rehabilitasi vestibular menjadi pilihan yang semakin relevan untuk mendukung pemulihan sistem vestibular secara bertahap (McDonnell & Hillier, 2015).

Salah satu intervensi non-farmakologis yang dikenal dalam terapi rehabilitasi vestibular adalah *Brandt-Daroff Exercise*, yang diperkenalkan oleh Brandt dan Daroff pada 1980-an sebagai latihan habituasi untuk pasien BPPV (Brandt & Daroff, 1980). Latihan ini terdiri atas serangkaian gerakan kepala dan tubuh secara berulang untuk menstimulasi sistem vestibular dan mempercepat proses desensitisasi terhadap rangsangan pemicu vertigo (Hilton & Pinder, 2014). Tujuannya adalah agar otak mampu mengadaptasi dan mengabaikan sinyal vestibular yang tidak relevan, sehingga respons vertigo dapat diminimalkan.

Keunggulan dari *Brandt-Daroff Exercise* terletak pada kesederhanaan pelaksanaannya, tidak membutuhkan peralatan khusus, dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah oleh pasien, sehingga cocok untuk lansia yang

memiliki keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan (Bhattacharyya et al., 2017). Beberapa studi menunjukkan bahwa latihan ini mampu mengurangi intensitas dan frekuensi vertigo pada penderita BPPV, meningkatkan toleransi terhadap perubahan posisi kepala, serta memperbaiki kualitas hidup secara keseluruhan (Han et al., 2021).

Dalam penelitian oleh Cohen, Kimball, dan Stewart (2004) di Amerika Serikat terhadap 124 pasien BPPV, ditemukan bahwa latihan ini memberikan perbaikan signifikan pada intensitas dan frekuensi vertigo hanya dalam waktu satu minggu setelah intervensi. Penelitian serupa oleh Çetin, Yılmaz, dan Korkmaz (2018) di Turki membandingkan efektivitas Brandt-Daroff dan manuver Epley pada 50 pasien usia 27–76 tahun. Hasilnya menunjukkan bahwa pada minggu ketiga, 100% pasien di kedua kelompok mengalami kesembuhan, dan tingkat kekambuhan dalam 12–24 bulan berikutnya adalah 20% pada kelompok Brandt-Daroff, yang tidak berbeda secara signifikan dengan kelompok Epley (28%). Studi oleh Celis-Aguilar, Romero-Moreno, dan Gamiño-Arroyo (2021) di Meksiko yang melibatkan 34 pasien menemukan bahwa 43% pasien yang menjalani Brandt-Daroff bebas gejala dalam waktu 2 minggu, dan skor Dizziness Handicap Inventory (DHI) pasien menurun secara signifikan sebanyak 21 poin ($p = 0,001$). Sementara itu, Lee et al. (2021) di Korea Selatan melakukan uji acak terhadap 62 pasien dengan vertigo tipe cupulolithiasis. Mereka menemukan bahwa latihan Brandt-Daroff dan manuver Epley sama-sama menurunkan skor DHI secara signifikan, dengan resolusi nystagmus pada 36% pasien di kelompok Brandt-Daroff dan 48% di kelompok Epley ($p = 0,436$), tanpa perbedaan signifikan antara keduanya.

Selain aspek fisik, penting juga untuk memperhatikan dimensi rasa nyaman bagi lansia yang mengalami vertigo. Konsep kenyamanan pada lansia mencakup dimensi fisiologis (misalnya bebas dari pusing dan mual), psikologis (rasa aman dan percaya diri saat bergerak), sosial (kemampuan untuk berinteraksi dan berpartisipasi), serta spiritual (perasaan damai dan penerimaan diri) (Kolcaba, 2016). Gangguan rasa nyaman dapat menyebabkan perasaan terasing, penurunan harga diri, serta keengganan untuk melakukan aktivitas

rutin yang sebelumnya biasa dilakukan. Maka dari itu, intervensi yang tidak hanya mengurangi gejala fisik tetapi juga memulihkan rasa nyaman menjadi sangat penting dalam perawatan lansia secara holistik. Dalam praktik keperawatan dan kesehatan komunitas, latihan ini juga memiliki potensi edukatif dan dapat dimasukkan ke dalam program preventif terhadap risiko jatuh dan kecemasan akibat vertigo (Cohen & Kimball, 2016).

Berdasarkan uraian di atas, vertigo merupakan masalah kesehatan yang signifikan pada populasi lansia dan memerlukan penanganan yang komprehensif. *Brandt-Daroff Exercise* sebagai salah satu intervensi non-farmakologis menawarkan solusi praktis, aman, dan efektif dalam mengurangi gejala vertigo serta memulihkan kenyamanan hidup lansia. Oleh karena itu, evaluasi ilmiah terhadap efektivitas latihan ini penting dilakukan agar dapat diintegrasikan ke dalam praktik keperawatan geriatri dan program rehabilitasi vestibular berbasis komunitas.

1.2 Rumusan Masalah

Agar karya tulis ilmiah lebih terarah dan terfokus pada tujuan penelitian, maka penulis memberikan batasan masalah studi kasus ini yaitu “ Bagaimana Penerapan Latihan Brandt-Daroff Sebagai Upaya Keperawatan dalam Mengatasi Gangguan Rasa Nyaman pada Lansia Penderita Vertigo”

1.3 Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum
Diharapkan mahasiswa mampu menerapkan latihan brandt daroff pada Ny.F lansia dengan gangguan rasa nyaman: nyeri di wilayah kerja Puskesmas Kendalkerep.
2. Tujuan Khusus
 - a. Melaksanakan pengkajian pada Ny.F klien dengan gangguan rasa nyaman.
 - b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada Ny.F klien dengan gangguan rasa nyaman
 - c. Melaksanakan perencanaan pada Ny.F klien dengan gangguan rasa nyaman dengan penerapan latihan brandt daroff

- d. Melaksanakan implementasi pemenuhan kenyamanan pada Ny.F klien dengan gangguan rasa nyaman dengan penerapan latihan brandt daroff.
- e. Melaksanakan hasil evaluasi pada Ny.F klien dengan gangguan rasa nyaman dengan penerapan latihan brandt daroff