

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penuaan penduduk (ageing population) merupakan hal yang tidak dapat dihindari dan berlangsung di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Suatu wilayah dikategorikan memiliki populasi lansia apabila 10% atau lebih penduduknya berusia 60 tahun ke atas. Peningkatan jumlah lansia telah terjadi di banyak negara di berbagai penjuru dunia. Pada tahun 2022, jumlah penduduk berusia 65 tahun ke atas di seluruh dunia mencapai 771 juta jiwa, setara dengan hampir 10% dari populasi global (Xi *et al.*, 2025).

Saat ini Indonesia telah memasuki fase struktur penduduk tua (ageing population), yang sebenarnya telah berlangsung sejak tahun 2021. Sejak periode tersebut, proporsi penduduk lanjut usia meningkat sekitar 4%, yaitu dari 7,59% pada tahun 2010 menjadi 11,75% pada tahun 2022. Berdasarkan proyeksi penduduk, rasio ketergantungan lansia mencapai 17,08% (Heryanah & Kadir, 2023).

Seiring bertambahnya jumlah lansia, berbagai fungsi fisiologis tubuh mengalami penurunan. Beberapa perubahan ini adalah bagian normal dari proses penuaan, seperti melemahnya sistem kardiovaskular, sistem pernapasan, sistem pencernaan, dan sistem muskuloskeletal. Di samping itu, gaya hidup dan kondisi kesehatan (misalnya obesitas, kurang aktivitas fisik) turut mempercepat atau memperparah perubahan ini. Akibatnya, lansia menjadi lebih rentan terhadap penyakit degeneratif, misalnya osteoarthritis. Osteoarthritis adalah bentuk artritis yang paling sering ditemukan di Indonesia, dan prevalensinya meningkat seiring bertambahnya usia, terutama di kalangan lansia (Pendit & Reti, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO, 2023), osteoarthritis merupakan penyebab utama nyeri dan disabilitas pada populasi lansia di seluruh dunia. Diperkirakan lebih dari 595 juta orang di dunia hidup dengan osteoarthritis, dengan sekitar 73% di antaranya berusia di atas 55 tahun. Data Global Burden of Disease (GBD, 2020) menunjukkan bahwa angka

kejadian osteoarthritis meningkat lebih dari 130% sejak tahun 1990, dan diproyeksikan mencapai hampir 1 miliar kasus pada tahun 2050 apabila faktor risiko tidak dikendalikan (Wang *et al.*, 2024).

Prevalensi osteoarthritis di Indonesia juga menunjukkan peningkatan yang signifikan. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (Riskesdas, 2018), prevalensi osteoarthritis di Indonesia menunjukkan peningkatan seiring bertambahnya usia. Kondisi ini tercatat dialami oleh sekitar 5% individu berusia dibawah 40 tahun, 30% di kelompok usia 40–60 tahun, serta meningkat hingga 65% pada mereka yang berusia di atas 61 tahun.

Prevalensi osteoarthritis di Bengkulu cukup tinggi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2024 jumlah kejadian Osteoarthritis Sebanyak 1.565 orang. Puskesmas Sawah Lebar tergolong kedalam Puskesmas dengan angka kejadian osteoarthritis yang cukup tinggi yaitu berjumlah 147 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2024). Sebagai upaya penanganan, Puskesmas Sawah Lebar telah melaksanakan berbagai kegiatan pelayanan kesehatan, antara lain pelayanan pengobatan dan pemantauan bagi penderita osteoarthritis. Selain itu, puskesmas juga melakukan upaya promotif dan preventif melalui kegiatan penyuluhan kesehatan, pemanfaatan program Posbindu PTM dan Prolanis, serta pemberian rujukan ke fasilitas kesehatan tingkat lanjut bagi pasien yang membutuhkan penanganan lebih komprehensif.

Osteoarthritis (OA) adalah penyakit degeneratif pada sendi yang ditandai dengan kerusakan pada kartilago atau tulang rawan. Kondisi ini umumnya menimbulkan gejala berupa nyeri sendi, krepitasi (bunyi gesekan saat sendi digerakkan), serta kekakuan pada pagi hari (*morning stiffness*), terutama pada sendi lutut. Faktor resiko yang menjadi pemicu dipengaruhi oleh proses peradangan yang terjadi pada kartilago, cairan sinovial, dan tulang subkonral. Sehingga membatasi gerak dan menyebabkan nyeri dan bengkak (Juliastuti & Grafita, 2021).

Nyeri akibat osteoarthritis merupakan salah satu masalah utama yang memengaruhi kemampuan mobilisasi lansia. Nyeri menyebabkan

penurunan kekuatan otot, ketidakseimbangan postur, dan berkurangnya aktivitas fisik yang berujung pada gangguan mobilitas. Oleh karena itu, peran perawat sangat penting dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif, terutama dalam manajemen nyeri dan peningkatan kemampuan mobilitas fisik lansia (Hidayana *et al.*, 2024).

Menurut Tim Pokja SIKI DPP PPNI (2017), tindakan keperawatan untuk mengatasi nyeri dan gangguan mobilitas fisik salah satunya adalah dengan melakukan manajemen nyeri. Manajemen nyeri merupakan upaya yang bertujuan untuk menurunkan tingkat nyeri, meningkatkan kenyamanan, serta mempertahankan kemampuan fungsional lansia. Salah satu bentuk manajemen nyeri yang dapat diberikan pada lansia dengan osteoarthritis adalah terapi nonfarmakologis berupa latihan *isometric quadriceps*, kompres hangat jahe merah, senam *ergonomic*, *Range of Motion* (ROM), dan *Self-hypnosis* untuk mengurangi nyeri, kekakuan sendi dan meningkatkan fungsi gerak (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Latihan *isometric quadriceps* merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat meningkatkan kekuatan otot dan stabilitas sendi lutut sehingga membantu menurunkan nyeri pada pasien osteoarthritis. Berdasarkan penelitian Nikmah *et al.*, (2023) yang menggunakan desain *one group pretest-posttest* dengan 34 responden. Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,000$, yang menandakan adanya pengaruh signifikan pemberian intervensi *isometric quadriceps* terhadap penurunan nyeri pada pasien osteoarthritis lutut bilateral.

Kompres hangat jahe merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan osteoarthritis melalui efek vasodilatasi serta kandungan antiinflamasi dan analgesik alami jahe. Berdasarkan penelitian oleh Rusmini *et al.*, (2021) kompres jahe diberikan kepada 37 lansia yang mengalami osteoarthritis dengan durasi 20 menit setiap sesi. Hasil analisis statistik menggunakan uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang

signifikan antara pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dengan osteoarthritis.

Senam ergonomic merupakan salah satu bentuk terapi latihan nonfarmakologis yang bertujuan untuk mengurangi nyeri sendi serta meningkatkan fleksibilitas dan fungsi gerak pada lansia dengan osteoarthritis lutut. Latihan ini dilakukan melalui gerakan tubuh terstruktur yang dirancang untuk memperbaiki posisi sendi, meningkatkan aliran darah, serta mengurangi ketegangan otot yang memicu nyeri. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Kholisotin *et al.*, (2021), yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi sebagian besar lansia mengalami nyeri sedang hingga berat, sedangkan setelah dilakukan senam ergonomic terjadi penurunan intensitas nyeri yang signifikan. Hasil uji Wilcoxon pada kelompok intervensi menunjukkan p value = 0,000, yang berarti terdapat pengaruh bermakna senam ergonomic terhadap penurunan nyeri osteoarthritis lutut pada lansia.

Latihan *Range of Motion* (ROM) aktif merupakan salah satu bentuk latihan fisik nonfarmakologis yang bertujuan untuk meningkatkan fleksibilitas sendi, memperbaiki kekuatan otot, serta mengurangi ketegangan yang dapat memicu nyeri pada lansia dengan osteoarthritis. Berdasarkan penelitian Rahmani *et al.* (2024), yang menunjukkan bahwa pemberian latihan ROM aktif pada lansia osteoarthritis di wilayah Puskesmas Kaliasin memberikan hasil signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri. Berdasarkan uji Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai $p = 0,000$, yang lebih kecil dari taraf signifikan 5%, sehingga dapat dinyatakan bahwa latihan ROM aktif memiliki pengaruh bermakna dalam menurunkan nyeri pada lansia dengan osteoarthritis.

Self-hypnosis merupakan teknik relaksasi kognitif yang digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk menurunkan nyeri dan kecemasan pada lansia dengan osteoarthritis. Teknik ini dilakukan dengan mengarahkan individu masuk ke keadaan rileks dan fokus mendalam, sehingga persepsi nyeri berkurang dan ketegangan emosional menurun.

Berdasarkan penelitian Sulistiyawati & Pratama, (2025), yang menunjukkan bahwa lansia osteoarthritis yang diberikan self-hypnosis mengalami penurunan nyeri yang signifikan, dengan skor NRS rata-rata turun dari 1,47 menjadi 0,97 ($p = 0,001$). Temuan ini membuktikan bahwa self-hypnosis merupakan intervensi sederhana, aman, dan efektif dalam membantu mengurangi intensitas nyeri sekaligus menurunkan kecemasan pada lansia dengan osteoarthritis.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan karya ilmiah akhir dengan judul “Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri pada Lansia Osteoarthritis dengan Gangguan Mobilitas Fisik di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026.” Karya tulis ini diharapkan dapat memberikan gambaran penerapan proses keperawatan dalam mengatasi masalah nyeri dan gangguan mobilitas fisik pada lansia dengan osteoarthritis, serta menjadi bahan referensi bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan mutu pelayanan keperawatan gerontik di fasilitas pelayanan primer.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran Asuhan keperawatan manajemen nyeri pada lansia Osteoarthritis di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026?

C. Tujuan Studi Khusus

1. Tujuan Umum

Diketahui gambaran asuhan keperawatan manajemen nyeri pada lansia osteoarthritis dengan gangguan mobilitas fisik di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui gambaran pengkajian aktivitas dan istirahat pada lansia Osteoarthritis dengan gangguan mobilitas fisik di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

- b. Diketahui gambaran diagnosa aktivitas dan istirahat pada lansia Osteoarthritis dengan gangguan mobilitas fisik di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
- c. Diketahui gambaran perencanaan asuhan keperawatan manajemen nyeri pada lansia Osteoarthritis dengan gangguan mobilitas fisik di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
- d. Diketahui gambaran implementasi keperawatan manajemen nyeri pada lansia Osteoarthritis dengan gangguan mobilitas fisik di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
- e. Diketahui Gambaran evaluasi keperawatan manajemen nyeri pada lansia Osteoarthritis dengan gangguan mobilitas fisik di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
- f. Diketahui pendokumentasian keperawatan manajemen nyeri pada lansia Osteoarthritis dengan gangguan mobilitas fisik di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

D. Manfaat Studi Khusus

1. Bagi Mahasiswa

Karya tulis ilmiah akhir ini untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menerapkan asuhan keperawatan gerontik pada lansia Osteoarthritis.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambah pembahasan dalam meningkatkan mutu pendidikan dan sebagai bahan pertimbangan untuk lebih memperkaya pengetahuan dan bahan ajar mengenai asuhan keperawatan tentang manajemen nyeri pada lansia Osteoarthritis dengan masalah gangguan mobilitas fisik.

3. Bagi Pelayan Kesehatan / Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Karya tulis ilmiah akhir ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan sumber informasi bagi perawat dalam meningkatkan pelayanan keperawatan khususnya asuhan keperawatan pada lansia Osteoarthritis yang mengalami gangguan mobilitas fisik.

4. Bagi Profesi Keperawatan

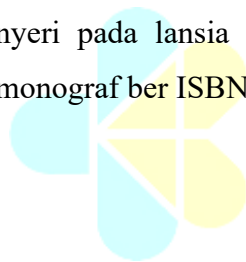
Karya tulis ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan pengembangan ilmu pengetahuan bagi profesi keperawatan, khususnya dalam penerapan asuhan keperawatan gerontik pada lansia Osteoarthritis. Selain itu, karya tulis ini diharapkan dapat meningkatkan peran dan kompetensi perawat dalam pengelolaan nyeri dan gangguan mobilitas fisik secara komprehensif, berbasis praktik keperawatan yang profesional dan evidence-based.

5. Bagi Pasien Dan Keluarga

Karya tulis ilmiah akhir ini diharapkan bisa menjadi informasi tambahan bagi pasien dan keluarga dalam mengatasi masalah nyeri pada lansia Osteoarthritis.

E. Target Luaran

Rencana target luaran studi kasus asuhan keperawatan manajemen nyeri pada lansia osteoarthritis dengan gangguan mobilitas fisik adalah monograf ber ISBN.



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu