

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia yang dimaksud dengan Lanjut Usia (lansia) adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas Kemenkes, (2014). Meningkatnya jumlah lansia perlu mendapatkan perhatian, karena kelompok lansia merupakan kelompok risiko tinggi yang dapat mengalami berbagai masalah kesehatan khususnya penyakit degeneratif . Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronik yang menahun yang mempengaruhi kualitas serta produktivitas seseorang. Salah satu penyakit degeneratif adalah penyakit sendi,yang mana kejadiannya cenderung meningkat seiring bertambahnya usia sehingga lebih banyak dialami lansia.Penyakit pada sendi yang sering terjadi menyebabkan timbulnya gejala nyeri akibat degenerasi atau kerusakan pada tulang yang menyebabkan jaringan ikat sekitar sendi,ligament dan kartilago mengalami penurunan elastisitas yang disebabkan oleh karena terjadinya degenerasi, dan erosi yang menyebabkan sendi kehilangan fleksibilitasnya (Untuk et al., n.d.).

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 padabeberapa kasus, tubuh akan memproduksi asam urat berlebih atau mengalami masalah

dalam membuang kelebihan asam urat yang akan menumpuk di dalam tubuh (Rosa Lina, 2020).

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).

Menurut data awal Puskesmas Soropia Kabupaten Konawe lansia yang mengalami Nyeri Sendi/Gout atritis pada tahun 2023 sebanyak 30 orang sedangkan data yang berada di Desa mekar, kec. Soropia, kab. Konawe pada tahun 2024, lansia yang mengalami nyeri sendi/Gout Antritis sebanyak 8 orang.

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  $\geq 75$  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 260 tahun berdasarkan penyakit sendi tertinggi pada tingkat ketergantungan mandiri (67,51%).

Terapi relaksasi otot progresif merupakan suatu latihan peregangan otot dan olah pernapasan yang dilakukan untuk menghasilkan respon yang dapat menurunkan aktivitas saraf simpatis sehingga dapat menurunkan nyeri (Smeltzer & Bare, 2016). Relaksasi ini menjadi metode relaksasi termurah, tidak ada efek samping, mudah dilakukan, membuat tubuh dan pikiran terasa tenang dan relaks (Erwanto, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Wijaya dan Nurhidayati, (2020). dengan judul Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Skala Nyeri Sendi Lansia yang dilakukan selama 3 hari dengan pemberian tindakan keperawatan dengan frekuensi 1 kali/hari selama 20 menit. Terdapat penurunan pada tingkat skala nyeri lansia yang mengalami nyeri sendi kronis dengan menunjukkan hasil dari skala nyeri sedang turun menjadi skala nyeri ringan. Terapi relaksasi otot progresif mampu menurunkan nyeri sendi yang dialami lansia.

Berdasarkan data di atas, maka peneliti tertarik untuk mengambil Karya Tulis Ilmiah dalam bentuk studi kasus dengan judul “Gambaran Penerapan Terapi Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Sendi Pada Lansia Ny. S Dengan Gout Atritis Di Desa Mekar Wilayah Kerja Puskesmas Soropia Kabupaten Konawe”.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah Gambaran Penerapan Terapi Tehnik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Sendi Pada Lansia Ny. S Dengan Gout Atritis Di Desa Mekar Wilayah Kerja Puskesmas Soropia Kabupaten Konawe?"

## **C. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui gambaran penerapan terapi tehnik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat nyeri sendi pada lansia Ny. S Dengan gout atritis di desa mekar wilayah kerja puskesmas soropia kabupaten konawe

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Institusi Pendidikan dan Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi yang berharga bagi institusi pendidikan dan profesi keperawatan dalam memperkaya literatur ilmiah terkait efektivitas Terapi Tehnik Relaksasi Otot Progresif dalam menangani nyeri pada sendi pada populasi lansia. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam pengembangan pengetahuan dan pemahaman tentang penggunaan metode terapi ini dalam praktik keperawatan gerontik.

### 2. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berharga bagi lansia, membantu mereka memahami pentingnya Terapi Tehnik Relaksasi Otot Progresif dalam mengurangi nyeri sendi dan mencegah kekakuan sendi. Sebagai tambahan, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan panduan praktis bagi lansia dalam menerapkan metode terapi

tersebut secara efektif dalam kehidupan sehari-hari mereka, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

### 3. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang berharga bagi perkembangan ilmu pengetahuan, memperluas pemahaman peneliti tentang riset keperawatan, dan mendalami wawasan mengenai efektivitas Terapi Teknik Relaksasi Otot Progresif dalam mengurangi nyeri pada sendi pada populasi lansia.