

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menua merupakan suatu fase kehidupan yang pasti dialami setiap orang dan setiap manusia. Proses menua ditandai dengan perubahan yang meliputi anatomi, dan fisiologi organ sistem sehingga dapat mempengaruhi fungsi bagian tubuh dan kemampuan secara keseluruhan pada tubuh. Keadaan demikian tampak pula pada semua organ dan jaringan yang ada kaitannya dengan kemungkinan timbulnya beberapa masalah kesehatan akibat dari penuaan usia, salah satunya *Rheumatoid Arthritis* (RA) (Suharjono, dkk 2019).

Rheumatoid Arthritis (RA) adalah gangguan peradangan kronis autoimun atau respon autoimun, dimana imun seseorang bisa terganggu dan turun yang menyebabkan rusaknya organ sendi dan lapisan pada sinovial, terutama pada tangan, kaki, dan lutut (Sakti & Muhlisin, 2019; Masrurroh dan Muhlisin, 2020). Sebagian banyak masyarakat Indonesia menganggap remeh penyakit rematik, karena sifatnya yang seolah tidak menimbulkan kematian padahal rasa nyeri yang timbul sangat menghambat seseorang untuk melakukan aktifitas sehari-hari (Nurwulan, 2017).

Angka kejadian *Rheumatoid Arthritis* pada tahun 2016 yang disampaikan oleh WHO yaitu mencapai 20% dari penduduk dunia, 5-10% yaitu mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% adalah mereka yang berusia 55 tahun menurut (Majdah& Ramli, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) mengatakan bahwa jumlah lansia tercatat sebanyak 9,77% dari jumlah total penduduk Indonesia. Hal ini dapat membuktikan bahwa perkembangan jumlah lansia di Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya. Angka kejadian *Rheumatoid Arthritis* mengalami peningkatan sebanyak 355 juta orang dari 165 juta orang ditahun 2015. Prevalensi nyeri *Rheumatoid Arthritis* sebanyak 45,59% yang meningkat dari 39,47% sedangkan jumlah penderita *Rheumatoid Arthritis* di Jawa Tengah sejumlah 11,2% di daerah Kabupaten Magelang dari &,5 sampai 28,9 menurut (Fajri, 2019). Di Jawa Barat angka kejadian *Rheumatoid Arthritis* mencapai 8,86% (Riskesdas, 2018).

Masyarakat Indonesia banyak yang menganggap remeh penyakit *Rheumatoid Arthritis* karena sifatnya yang seolah-olah tidak menimbulkan kematian padahal rasa nyeri yang ditimbulkan sangat menghambat seseorang untuk melakukan kegiatan sehari-hari. Beberapa faktor yang menyebabkan penyakit *Rheumatoid Arthritis* yaitu gemukan yang membebani sendi, jenis sendi dan keturunan. Tanda dan gejala rematik yaitu imflamasi, deformitas dan nyeri sendi yang paling sering dirasakan oleh penderita rematik (Afnuhazi, 2018).

Untuk mengurangi penduduk yang mengalami *Rheumatoid Arthritis* perlu adanya tindakan preventif dan promotif agar supaya penduduk Indonesia yang mengalami *Rheumatoid Arthritis* (RA) semakin menurun terutama pada lansia yang rentan terkena penyakit ini yaitu dengan cara latihan fisik guna meningkatkan daya tahan tubuh dan meningkatkan kebugaran tubuh. Salah

satunya adalah senam rematik yaitu metode gerak tubuh untuk mengurangi nyeri pada tubuh yang terkena rematik dan mencegah supaya tidak menjadi lebih parah (Nurhidayah K, 2012).

Menurut tutur kata Dewi dan Prawesti tahun 2013, senam lansia ialah senam yang dibuat dan dirancang khusus untuk lansia. Pengobatan alternatif ini juga bisa memberikan pengaruh yang baik untuk kesehatan tubuh bagi lansia salah satu contohnya yaitu melatih otot sendi supaya tidak terjadi kekakuan pada lansia (Prawesti, 2013).

Senam rematik juga bisa berartikan salah satu cara atau metode yang praktis dan efektif dalam memelihara kesehatan tubuh. Gerakan yang ada didalam senam rematik ini sangat efektif, efisien dan juga logis karena rangkaian gerakanya teratur bagi penderita rematik (Murwani, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Suwarni,2017) mengatakan bahwa menjalani senam rematik mempunyai hubungan yang positif atau erat dengan kemampuan berjalan para usia/ lansia. Yang mana dari hasil penelitian diperoleh nilai korelasi sebesar 0,934 dengan probabilitas value 0,000 (<) 0,05. Dengan demikian berarti, apabila senam rematik ditingkatkan maka kemampuan berjalan lansia juga meningkat. Dari sini juga bisa dilihat, senam rematik ini akan berpengaruh terhadap menurunkan nyeri rematik dapat diukur dengan skala nyeri (Murwani, 2014).

Sebagaimana firman-Nya dalam Al-Qur'an Surat asy-syu'a'ra ayat 80:

وَإِذَا مَرَضْتُ فَبُهِدْتُ

Artinya : *“Dan apabila aku sakit, Dia lah yang menyembuhkan”*

Ayat diatas mengingatkan kita untuk selalu menyerahkan diri kepada Allah SWT dan selalu menaati apa yang diperintah-Nya dan menjauhi larangannya-Nya. Dan hanya kepada Allah kita memohon kesembuhan. Maka dengan demikian peneliti merasa perlu adanya penelitian yang lebih lanjut tentang pengaruh senam rematik pada lansia yang terdapat di Desa Cintaraja Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya dengan bertujuan supaya orang yang terkena penyakit rematik dapat menurunkan nyeri akan kesehatan dirinya sendiri dan berupaya untuk sembuh dan terhindar dari penyakit rematik ini khususnya pada lansia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : “Bagaimana pengaruh pemberian senam rematik untuk menurunkan nyeri rematik pada lansia di Desa Cintaraja Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian senam rematik pada lansia yang mengalami Rematik

(Reumathoid Arthiritis) di Desa Cintaraja Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui skala nyeri rematik sebelum diberikan senam rematik pada wanita lansia di Desa Cintaraja Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.
- b. Diketahui skala nyeri rematik sesudah diberikan senam rematik pada wanita lansia di Desa Cintaraja Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.
- c. Diketahui pengaruh pemberian senam rematik pada wanita lansia yang mengalami *Reumathoid Arthiritis*.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi civitas akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya agar lebih aflikatif dalam pembelajaran dan menambah wawasan dalam meningkatkan kualitas pendidikan khususnya dalam dunia keperawatan.

2. Institusi Pelayanan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam penerapan asuhan keperawatan khususnya untuk pasien penderita penyakit *Reumathoid Arthiritis*

3. Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan informasi dan masukan bagi tenaga medis untuk meningkatkan tindakan keperawatan terutama dalam pemberian asuhan keperawatan.

4. Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai latihan, pengalaman, penambah pengetahuan, dan wawasan bagi penulis dalam penelitian khususnya tentang pemberian senam rematik untuk mengurangi kekakuan sendi-sendi pada penderita rematik.

5. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi dan acuan untuk peneliti lain yang berminat dalam menggali masalah tentang pengaruh senam rematik untuk mengurangi kekakuan sendi-sendi pada rematik.

