

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua merupakan suatu fenomena biologis yang berlangsung sepanjang kehidupan manusia, dimulai sejak awal kehidupan hingga mencapai usia lanjut. Menua tidak dapat dihindari dan merupakan bagian dari perjalanan kehidupan setiap individu. Dalam perkembangannya, seseorang akan melewati beberapa fase kehidupan, yaitu masa anak-anak, dewasa, dan lanjut usia (Mawaddah, 2020). Seiring bertambahnya usia, individu mengalami perubahan yang bersifat degeneratif, tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga mencakup fungsi kognitif, emosional, sosial, dan seksual (National & Pillars, 2020).

Penuaan bukanlah suatu penyakit, melainkan suatu proses fisiologis alami yang ditandai dengan menurunnya kemampuan tubuh dalam merespons berbagai stimulus baik dari dalam maupun luar tubuh. Walaupun demikian, lansia memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap berbagai gangguan kesehatan. Salah satu masalah kesehatan yang sering muncul pada lansia adalah gangguan muskuloskeletal. Faktor risiko seperti kurangnya aktivitas fisik dan adanya obesitas dapat meningkatkan tekanan pada sendi penyangga, terutama lutut. Kondisi ini semakin diperparah oleh perubahan hormonal pada usia lanjut yang mempercepat degenerasi struktur persendian (Atik Swandari, 2022).

Di Indonesia, seseorang dikategorikan sebagai lanjut usia apabila telah mencapai umur 60 tahun ke atas. Masa ini ditandai dengan adanya penurunan fungsi organ dan perkembangan fisik yang tidak dapat dicegah (Ariyanti et al., 2021). Peningkatan angka harapan hidup di Indonesia berkontribusi pada meningkatnya jumlah lansia setiap tahunnya. Kondisi

tersebut juga berdampak pada meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif, salah satunya osteoarthritis (Hati & Rahmadana Lubis, 2022).

Secara global, populasi lanjut usia terus meningkat dari tahun ke tahun. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 melaporkan bahwa Jumlah penduduk lanjut usia (≥ 60 tahun) pada tahun 2020 tercatat sekitar 1 miliar jiwa dan diproyeksikan mengalami peningkatan signifikan hingga mencapai 2,1 miliar jiwa pada tahun 2050 (WHO, 2022). Tren serupa juga terlihat di Indonesia, di mana jumlah lansia pada tahun 2019 mencapai 27,5 juta jiwa atau 10,3% dari total populasi, dan diprediksi meningkat menjadi 57,0 juta jiwa atau 17,9% pada tahun 2045 (Dian et al., 2021). Salah satu masalah kesehatan yang banyak diderita lansia adalah osteoarthritis. Osteoarthritis merupakan penyakit degeneratif pada sendi yang ditandai dengan peradangan kronis yang dapat merusak tulang rawan, ligamen, serta jaringan tulang di sekitarnya. Kondisi ini menimbulkan gejala nyeri, kekakuan, dan keterbatasan gerak pada sendi, yang secara umum berkembang secara perlahan seiring bertambahnya usia (Kemenkes, 2023).

Prevalensi osteoarthritis di seluruh dunia terus meningkat. (WHO, 2023) melaporkan bahwa pada tahun 2019 terdapat sekitar 528 juta penderita osteoarthritis, mengalami peningkatan sebesar 113% sejak tahun 1990. Dari jumlah tersebut, sekitar 73% penderitanya berusia lebih dari 55 tahun dan 60% di antaranya adalah perempuan. Lutut merupakan sendi yang paling sering terdampak, diikuti oleh pinggul dan tangan. Sebanyak 344 juta penderita mengalami tingkat keparahan sedang hingga berat yang memerlukan rehabilitasi. Di Indonesia, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi penderita osteoarthritis mencapai 713.783 jiwa, dengan 131.864 kasus berada di Jawa Barat. Prevalensi tertinggi terdapat pada kelompok usia 45–54 tahun dengan 119.664 kasus, diikuti kelompok usia 55–64 tahun dengan 79.919 kasus. Data tahun 2024 di Klinik Al Ikhlas menunjukkan terdapat 34 orang lansia

yang menderita osteoarthritis. Penderita osteoarthritis pada lansia mengalami nyeri akut dengan intensitas sedang hingga berat yaitu 28 lansia dari jumlah tersebut mengalami keluhan nyeri akut yang signifikan. Fakta ini mengindikasikan bahwa osteoarthritis masih merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada populasi lansia di Indonesia.

Seiring meningkatnya prevalensi osteoarthritis, kebutuhan masyarakat akan pengobatan dan terapi yang efektif juga semakin besar. Salah satu alternatif yang banyak digunakan adalah terapi komplementer, di mana perawat berperan aktif dalam memberikan asuhan keperawatan (Mailani, 2023). Kompres hangat merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang terbukti mampu menurunkan nyeri dengan mekanisme vasodilatasi, meningkatkan aliran darah, serta memberikan efek relaksasi pada otot dan sendi (Hannan et al., 2019)

Permasalahan tersebut semakin diperburuk oleh keterbatasan akses terhadap terapi, baik karena faktor ekonomi, jarak maupun minimnya informasi mengenai intervensi nonfarmakologis, banyak lansian hanya mengandalkan obat nyeri konvensional tanpa mendapat edukasi mengenai komplementer yang lebih murah, mudah, dan aman untuk dilakukan secara mandiri di rumah (Kemenkes RI, 2023). Fakta ini menegaskan urgensi penerapan intervensi sederhana, murah dan efektif seperti kompres air hangat, yang terbukti mampu menurunkan intensitas nyeri serta kemandirian dan kualitas hidup lansia, (Enggar dkk, 2020)

Hasil penelitian mendukung efektivitas kompres hangat dalam mengurangi nyeri pada pasien osteoarthritis. Sunarsih dkk. (2022) melaporkan bahwa pemberian kompres hangat dengan suhu 40–42°C selama 20–30 menit dapat menurunkan skala nyeri rata-rata sebanyak 2,5 poin. Penelitian lain oleh Enggar dkk. (2022) menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres hangat terdapat 15 orang dengan nyeri sedang, sedangkan setelah intervensi

jumlah tersebut menurun menjadi 9 orang dengan nyeri ringan. Dengan demikian, intervensi kompres hangat dapat dijadikan salah satu alternatif manajemen nyeri pada lansia dengan osteoarthritis yang efektif, murah, dan mudah dilakukan dalam praktik keperawatan.

Meskipun terapi farmakologis menjadi pilihan utama dalam penatalaksanaan osteoarthritis, masih banyak lansia yang belum mendapatkan penanganan nonfarmakologis secara optimal. Data menunjukkan terdapat 35 lansia di Klinik Al Ikhlas yang mengalami osteoarthritis, dan sebagian besar mengalami nyeri akut yang membatasi aktivitas harian mereka. Kondisi ini menegaskan adanya kesenjangan dalam penerapan intervensi keperawatan nonfarmakologis, padahal strategi seperti kompres hangat terbukti mampu menurunkan nyeri dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Dengan demikian, penelitian mengenai pemberian kompres hangat pada osteoarthritis menjadi penting untuk menjawab kebutuhan intervensi alternatif yang aman, sederhana, dan dapat diterapkan secara luas pada lansia dengan osteoarthritis.

Pemilihan kompres air hangat dibandingkan intervensi lain seperti kompres dingin atau terapi latihan didasarkan pada karakteristik masalah utama pasien osteoarthritis, yaitu adanya nyeri akut yang dipicu oleh proses inflamasi, kekakuan dan gangguan sirkulasi. Kompres air hangat bekerja melalui mekanisme vasodilatasi yang meningkatkan aliran darah ke area yang mengalami peradangan, sehingga membantu membawa oksigen dan nutrisi sekaligus mempercepat pembuangan metabolime penyebab nyeri. Efek hangat mampu merilekskan otot sekitar sendi, mengurangi spasme, serta memberikan rasa nyaman pada pasien. Sebaliknya, Kompres dingin lebih sesuai untuk nyeri akut akibat cedera atau trauma baru karena bekerja dengan vasokonstriksi untuk menurunkan pembengkakan, sehingga kurang relevan bagi pasien osteoarthritis lansia yang nyerinya bersifat kronis-degeneratif. Sementara itu, terapi latihan memang penting dalam

jangka panjang untuk mempertahankan mobilitas sendi, tetapi tidak memberikan efek cepat dalam menurunkan intensitas nyeri saat serangan nyeri akut muncul. (Sunarsih, dkk., 2020).

Masalah nyeri akut ditetapkan sebagai prioritas karena keluhan nyeri merupakan gejala utama yang langsung mengganggu kualitas hidup pada lansia osteoarthritis. Nyeri yang tidak ditangani dapat menyebabkan keterbatasan mobilitas, gangguan tidur, peningkatan kecemasan, hingga risiko jatuh akibat ketidakstabilan saat bergerak (SDKI PPNI, 2016). Selain itu, rasa nyeri yang berlebihan dapat menurunkan motivasi pasien untuk melakukan latihan fisik maupun perawatan diri, yang justru memperburuk kondisi sendi dalam jangka panjang. Oleh karena itu, manajemen nyeri menjadi prioritas utama agar pasien mencapai kondisi nyaman, meningkatkan kemampuan mobilisasi, serta mencegah komplikasi lebih lanjut. (Hannan, *et al.*, 2019).

Menurut Craven dan Hiller (2019), perawat memiliki peran penting dalam pemenuhan kebutuhan dasar pasien, khususnya pada aspek aman dan nyaman terkait nyeri. Peran tersebut meliputi upaya memperbaiki sirkulasi, mengurangi rasa nyeri, mampu menimbulkan rasa hangat dan kenyamanan, sekaligus berperan dalam mencegah timbulnya komplikasi pada penderita osteoarthritis. Dengan tercapainya kondisi tersebut, pemulihan nyeri sendi pada pasien osteoarthritis dapat berlangsung lebih efektif dan optimal. Salah satu intervensi keperawatan yang dapat diberikan kepada pasien adalah manajemen nyeri melalui terapi kompres hangat, pemberian dukungan dalam kemampuan ambulasi, serta upaya promosi citra tubuh sesuai kondisi dan masalah yang dialami. Intervensi tersebut tidak hanya berfokus pada penurunan intensitas nyeri, tetapi juga berperan dalam mencegah terjadinya kontraktur dan atrofi otot, meningkatkan aliran darah ke ekstremitas, mengurangi kekakuan sendi, serta menciptakan rasa nyaman pada pasien.

Dalam konteks peran profesional, perawat berfungsi sebagai *Care Provider* yang bertanggung jawab membantu pasien memperoleh kembali kesehatan dan kemandirian hidup secara optimal, baik dari aspek fisik, emosional, spiritual, maupun sosial. Selain itu, perawat juga dapat berperan sebagai konsultan dengan memberikan rekomendasi mengenai terapi komplementer yang sesuai, atau bahkan terlibat langsung dalam pelaksanaannya. Peran perawat dalam pemberian terapi komplementer tetap harus disesuaikan dengan batas kewenangan serta kompetensi yang dimiliki, sehingga intervensi yang dilakukan dapat memberikan manfaat sesuai kebutuhan pasien. Perkembangan ilmu pengetahuan dan meningkatnya kebutuhan masyarakat terhadap pelayanan kesehatan komplementer semakin memperkuat peran perawat dalam praktik keperawatan modern. Hal ini didukung oleh fakta bahwa sebagian besar bentuk praktik keperawatan lanjutan berkembang dari asuhan tradisional atau alternatif. Dengan demikian, ruang lingkup dan tanggung jawab perawat dalam pemberian asuhan kesehatan semakin luas, namun tetap berfokus pada pemenuhan kebutuhan pasien sebagai individu yang utuh. Pendidikan keperawatan yang komprehensif menekankan pemahaman bahwa manusia merupakan makhluk bio-psiko-sosial-spiritual yang unik. Oleh karena itu, ilmu keperawatan berorientasi pada fenomena spesifik yang dapat dijadikan dasar dalam mengembangkan teori serta mengidentifikasi masalah keperawatan. Sejalan dengan hal tersebut, perawat memiliki tanggung jawab penuh atas praktik yang dilaksanakan, baik dalam konteks intervensi konvensional maupun komplementer.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka disusunlah rumusan masalah dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah bagaimana “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Osteoarthritis Dengan Nyeri Akut Melalui Pemberian Terapi Kompres Air Hangat Di Klinik Al Ikhlas Karang Harja Pebayuran“.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Karya Ilmiah Akhir Ners ini bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan pada lansia dengan osteoarthritis yang mengalami nyeri akut melalui pemberian terapi kompres air hangat di Klinik Al Ikhlas.

2. Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasinya hasil pengkajian dan analisis data pengkajian pasien dengan osteoarthritis dengan masalah nyeri akut melalui pemberian terapi kompres air hangat di Klinik Al Ikhlas.
- b. Teridentifikasinya diagnosis keperawatan pada pasien dengan osteoarthritis dengan masalah nyeri akut melalui pemberian terapi kompres air hangat di Klinik Al Ikhlas.
- c. Tersusunnya rencana asuhan keperawatan pada pasien dengan osteoarthritis dengan masalah nyeri akut melalui pemberian terapi kompres air hangat di Klinik Al Ikhlas.
- d. Terlaksananya implementasi pada pasien dengan osteoarthritis dengan masalah nyeri akut melalui pemberian terapi kompres air hangat di Klinik Al Ikhlas.
- e. Teridentifikasinya hasil evaluasi keperawatan pada pasien dengan osteoarthritis dengan masalah nyeri akut melalui pemberian terapi kompres air hangat di Klinik Al Ikhlas.
- f. Teridentifikasinya faktor-faktor pendukung, penghambat, serta mencari solusi/alternatif pemecahan masalah.

C. Manfaat

1. Manfaat Bagi Mahasiswa

Karya Ilmiah Akhir Ners ini mampu melatih mahasiswa untuk berfikir secara ilmiah dalam melakukan asuhan keperawatan yang benar berdasarkan teori maupun pengetahuan yang didapatkan pada saat

proses pembelajaran, serta menambah wawasan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan khususnya mengenai masalah penyakit osteoarthritis.

2. Manfaat Bagi Lahan Praktik

Bagi lahan praktik diharapkan hasil laporan studi kasus ini dijadikan sebagai salah satu inovasi atau alternatif intervensi baru dengan melakukan kompres hangat.

3. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Menambah sumber referensi bagi institusi pendidikan keperawatan dalam mengembangkan kurikulum berbasis *evidence-based practice*.

4. Manfaat Bagi Profesi Keperawatan

Mampu mengaplikasikan asuhan keperawatan secara komprehensif, khususnya pada masalah kesehatan lansia dengan osteoarthritis dengan menggunakan terapi komplementer yaitu kompres air hangat.