

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Exercise therapy joint atau sering disebut dengan terapi latihan sendi merupakan gerakan fisik yang dirancang atau diprogram untuk mengatasi nyeri, kekakuan dan disfungsi sendi. Terapi ini bertujuan untuk mengembalikan fungsi sendi, mempertahankan serta meningkatkan fungsi sendi, menguatkan otot sendi, memperbaiki postur sendi untuk memulihkan kualitas hidup pada pasien dengan kondisi radang sendi serta baik untuk pasien pasca operasi pada persendian. Terapi ini harus dilakukan oleh tenaga kesehatan dan fisioterapi karena gerakannya harus sesuai dengan gerakan yang telah dirancang dan disusun sebaik mungkin oleh tenaga profesional dibidang persendian, apabila dilakukan dengan cara yang salah maka tujuan terapi ini tidak akan berjalan dengan baik (Kemenkes RI, 2024).

Nyeri yang dirasakan oleh pasien radang sendi timbul akibat peradangan yang menyebabkan kerusakan, penumpukan kristal asam urat atau autoimun yang terjadi pada sendi sehingga merusak jaringan yang sehat, kondisi ini juga dapat memicu terjadinya infeksi, nyeri, bengkak, kekakuan dan ketidaknyamanan yang berlangsung lama (kronis). Akibat nyeri yang diderita oleh pasien radang sendi ini dapat mengakibatkan rasa nyeri yang kronis, gangguan tidur, kesulitan bergerak, penurunan produktivitas, depresi, cemas atau bahkan terjadi kerusakan yang permanen pada sendi, kelemahan otot, resiko komplikasi sistemik serta dapat mengakibatkan penyakit jantung dan paru pada penderitanya (Liani, 2024).

Radang sendi atau artritis merupakan suatu kondisi peradangan pada sendi yang menyebabkan nyeri, bengkak, kaku dan sulit digerakkan yang sering terjadi pada usia lanjut, orang tua bahkan diusia muda juga sering dijumpain. Seringnya kasus ini terjadi akibat kondisi aus atau cedera pada sendi, tapi tidak menutup kemungkinan hal ini bisa terjadi pada usia muda dengan kondisi sendi yang

mengalami deformitas serta disfungsi pada sendi. Diperlukan suatu terapi untuk mengatasi persalahan ini, karena jika tidak segera ditangani maka pasien radang sendi dapat mengalami komplikasi seperti kerusakan permanen, kelainan bentuk, hilangnya mobilitas atau bahkan terjadi masalah sistemik seperti penyakit jantung, anemia, osteoporosis. Diharapkan melalui exercise therapy joint yang dilakukan secara teratur, benar dan konsisten akan dapat mengurangi nyeri pada pasien radang sendi, sehingga pasien dapat melakukan aktivitasnya dengan baik, terhindar dari berbagai macam komplikasi, tidak cemas dan stres (Silalahi, 2023)

Menurut *Global Burden of Disease* tahun 2024 menjelaskan bahwa prevalensi penderita radang sendi Dunia pada tahun 2021 mencapai 606,9 juta orang, mengalami peningkatan pada tahun 2024 mencapai sekitar 6.967,29 per 100.000 kejadian. Menurut WHO pada tahun 2024 Indonesia akan mengalami peningkatan penderita radang sendi sekitar 15% dari angka sebelumnya dan menyebar ke seluruh kota di Indonesia.

Sumatera Utara prevalensi radang sendi sekitar 7,30%, tertinggi di Aceh sekitar 12,26%. Sumatera utara mencatat prevalensi radang sendi mencapai sekitar 5,35% dengan umur dan jenis kelamin laki-laki 4,26% dan perempuan 6,42%. Berdasarkan survey awal yang dilakukan di lokasi penelitian ditemukan bahwa penderita radang sendi terjadi pada 40-60 lansia mengalami radang atau nyeri pada persendian (SDKI, 2024)

Beberapa penelitian terdahulu menjelaskan bahwa latihan fisik dapat menurunkan nyeri. Salah satunya adalah penelitian yang telah dilakukan oleh Linda, et al (2024) menjelaskan bahwa stretching exercise dapat menurunkan skala nyeri pada sendi lutut pasien yang mengalami osteoarthritis di Ngemboh Kecamatan Ujungpangkah. Penelitian Silalahi, et al (2024) menjelaskan bahwa dengan dilakukannya gerakan ROM secara terus menerus selama kurang lebih dua minggu kepada pasien yang mengalami gangguan pada ekstermitas dapat meningkatkan gerakan sendi sehingga rasa nyeri dapat berkurang.

Penelitian Susmadi, et al (2025) dalam sebuah penelitiannya menjelaskan bahwa penerapan teknik relaksasi *fingger hold* dapat menurunkan skala dan intensitas nyeri pada pasien post operasi Orif Fraktur. Terapi ini diberikan kepada pasien setelah tiga hari menjalani operasi, diberikan dua kali sehari oleh perawat profesional. Rasa nyeri berkurang secara berlahan-lahan setelah hari ke tujuh pemberian terapi. Penelitian yang sejenis juga dilakukan oleh Siregar pada tahun 2024 dimana hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa penerapan relaksasi pada sendi dapat menurunkan hampir 60% rasa nyeri yang terjadi pada pasien RA.

Hasil observasi langsung di lokasi penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti selama tiga hari menjelaskan bahwa lansia yang menderita radang sendi merasakan nyeri pada daerah persendian. Rasa nyeri tersebut dirasakan lansia pada pagi dan sore hari atau bahkan ketika sedang melakukan aktivitasnya. Menurut keterangan beberapa lansia, bahwa rasa nyeri biasanya hilang dengan sendirinya dan lansia sudah terbiasa dengan rasa nyeri tersebut.

Peneliti juga melihat bahwa lansia sering menjadi tidak melakukan kegiatannya ketika rasa nyeri datang. Melihat kondisi lansia yang seperti ini peneliti merasa perlu dilakukannya intervensi keperawatan dalam mengatasi masalah nyeri yang dialami oleh lansia dengan kondisi radang sendi. Peneliti selanjutnya menanyakan kepada lima orang lansia terkait *exercise therapy joint*. Hasil tanya jawab mendapatkan beberapa informasi bahwa lansia belum pernah mendengar terapi tersebut dan belum pernah melakukan latihan intervensi *exercise therapy joint* selama berada di panti jompo. Melihat kondisi tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul “Pengaruh *exercise therapy joint* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien radang sendi di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara.

1.2. Rumusan Masalah

Melihat betapa pentingnya *exercise therapy joint* terhadap pasien dengan

masalah pasien radang sendi, dimana tindakan ini diberikan diluar terapi medis lainnya dan dapat menurunkan skala nyeri pada pasien radang sendi, maka muncullah sebuah rumusan masalah penelitian yaitu apakah ada pengaruh *exercise therapy joint* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien radang sendi di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara Tahun 2026.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara pemberian *exercise therapy joint* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien radang sendi di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara Tahun 2026.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Menganalisa skala nyeri sebelum diberikan *exercise therapy joint* kepada lansia dengan radang sendi di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara Tahun 2026.
2. Menganalisa skala nyeri setelah diberikan *exercise therapy joint* kepada lansia dengan radang sendi di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara Tahun 2026
3. Untuk menganalisa pengaruh anatar pemberian *exercise therapy joint* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien radang sendi di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara Tahun 2026.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Tempat Penelitian

Memberikan informasi tentang pentingnya pemberian pemberian *exercise*

therapy joint terhadap penurunan skala nyeri pada pasien radang sendi di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.

1.4.2. Bagi Instansi Pendidikan

Dapat memberikan informasi yang baru bagi mahasiswa yang sedang kuliah di Pendidikan di Program Studi S-1 Keperawatan UNPRI, serta dapat menjadi sumber bahan bacaan di Perpustakaan dan sumber data untuk penugasan mahasiswa yang sedang menempuh Pendidikan.

1.4.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat memberikan gambaran tentang permasalahan apa yang perlu dilanjutkan terkait judul penelitian, dimana judul yang mungkin dapat diselesaikan terkait judul penelitian. Serta hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai data dasar atau evidence based untuk menentukan tema atau permasalahan terkait judul penelitian yang akan ditentukan.