

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Penyakit Rheumatoid Arthritis sering menjadi masalah kesehatan yang cukup mengganggu dan sering terjadi dimasyarakat. Penderita Rheumatoid Arthritis bisa terjadi pada orang dewasa maupun lansia. Pada penderita Rheumatoid Arthritis biasanya akan sering mengeluhkan linu-linu, pegal, dan nyeri (American College of Rheumatology, 2012) dalam (Damanik et al., 2019). Rheumatoid Arthritis merupakan penyakit yang menyerang otot ligamen dan tendon, biasanya disertai dengan rasa sakit bengkak dan kekakuan pada sendi.

Nyeri yang dirasakan oleh penderita Rheumatoid Arthritis dapat dikurangi dengan dua cara yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi adalah dengan obat-obatan medis seperti kolkisin, NSAID (Non Steroid Anti Inflamasi Drugs) ataupun kortikosteroid. Namun efek samping yang bisa terjadi karena mengkonsumsi obat ini adalah iritasi pada abdomen, masalah pada jantung, serta kerusakan hati dan ginjal. Untuk kombinasi obat NSAID dengan kortikosteroid sistemik tidak disarankan karena dikhawatirkan berdampak toksik pada saluran pencernaan (Khanna et al, 2012). Efek samping ini akan memperparah kondisi kesehatan lansia. Oleh karena itu cara nonfarmakologi lebih disarankan karena tidak memiliki efek samping dan lebih aman untuk digunakan. Cara nonfarmakologi yang bisa dilakukan untuk mengurangi nyeri Rheumatoid Arthritis adalah dengan melakukan terapi Benson.

Terapi Benson merupakan teknik relaksasi yang digabung atau dikombinasi dengan keyakinan yang dianut oleh pasien. Terapi Benson merupakan teknik pengobatan yang

digunakan pihak rumah sakit pada pasien yang mengalami nyeri atau kecemasan. Terapi yang ditemukan oleh Dr. Herbert Benson ini dinilai mampu menurunkan tingkat nyeri atau tingkat kecemasan yang dialami pasien selama perawatan di rumah sakit serta dapat digunakan untuk mengatasi gangguan pola tidur (Kusuma, 2014).

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa dengan diberikannya teknik relaksasi Benson dapat membantu dan mengatasi masalah nyeri pada penderita Rheumatoid Arthritis, dimana nyeri ini disebabkan oleh penyakit kronis seperti fibromyalgia, penyakit gastrointestinal, insomnia, hipertensi, gangguan kecemasan dan lain-lain. Terapi Benson juga dapat digunakan untuk menurunkan skala nyeri akibat kelainan parenkim paru seperti fibrosis dan pasien yang mendapatkan ventilasi mekanik (Manurung, 2019).

Menurut World Health Organization (WHO), tahun 2020 menjelaskan bahwa prevalensi penderita Rheumatoid Arthritis di dunia terdapat sekitar 3 kasus per 1000 populasi dan akan meningkat 1% seiring bertambahnya usia. Prevalensi penyakit sendi pada lansia terendah adalah 3,2% di Sulawesi Barat dan prevalensi tertinggi di Aceh adalah 13,3%. Meskipun prevalensi penyakit sendi menurut kelompok usia 55-64 tahun 15,5%, usia 65-74 tahun 18,6% di atas 75 tahun 18,9% untuk 15-24 tahun dan usia 1,2%, 25 sampai 34 tahun 3,1%, 35 sampai 44 tahun 6,3% dan 45 tahun 54 tahun 11,1%, artinya Rheumatoid Arthritis dialami oleh kelompok usia orang tua lebih tinggi (Dinkes, 2022).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) mencatat peningkatan angka kejadian Rheumatoid Arthritis setiap tahunnya yaitu mulai tahun 2015 sebanyak 72.675 orang, pada tahun 2016 sebanyak 84.665 orang, pada tahun 2017 sebanyak 91.098 orang, pada tahun 2018 sebanyak 98.679 orang sekaligus merupakan penyakit yang berada di urutan ke 3 dari sepuluh penyakit terbesar di Indonesia, dan pada tahun 2019 sebanyak

102.995 orang.

Penderita Rheumatoid Arthritis di panti jompo Yayasan Guna Bakti berdasarkan data dari rekam medis menemukan bahwa jumlah lansia yang mengalami nyeri pada sendi tercatat sekitar 24 lansia. Jumlah ini diperoleh peneliti juga berdasarkan tanya jawab dengan ketua yayasan panti jompo Yayasan Guna Bakti yang menjelaskan bahwa lansia sering menderita nyeri pada sendi terutama sendi kaki. Peneliti juga melakukan pengecekan data langsung ke kamar lansia di panti jompo untuk memastikan bahwa benar jumlah penderita Rheumatoid Arthritis sebanyak 24 lansia (RM Yayasan Guna Budi Bakti, 2024)

Penelitian Andari, (2021) menjelaskan bahwa terdapat pengaruh terhadap penurunan skala nyeri setelah dilakukannya intervensi terapi benson pada penderita rheumatoid arthritis di Puskesmas Bengkulu dengan nilai Pvalue 0,000. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Wahyu (2021) menjelaskan bahwa dengan menggunakan terapi relaksasi Benson untuk menurunkan nyeri pada 22 orang pasien post sectio caesaria dengan hasil terjadinya penurunan tingkat nyeri sedang menjadi nyeri ringan dengan persentase 82% dari total presentase 100%.

Hasil survey awal penelitian diperoleh beberapa informasi terkait judul penelitian, antara lain adalah penderita arthritis rheumatoid di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti belum pernah mendengar dengan yang namanya terapi benson. Penderita arthritis rheumatoid juga mengatakan bahwa selama ini untuk mengurangi nyerinya sering sekali hanya menggunakan obat-obatan pengurang rasa nyeri. Padahal mereka tau bahwa penggunaan obat-obatan dalam jangka waktu lama akan mengakibatkan kerusakan pada ginjal mereka, untuk itulah penderita arthritis rheumatoid sangat suka sekali untuk mendapatkan terapi benson tersebut untuk mengatasi nyeri pada sendi.

Melihat betapa pentingnya penerapan relaksasi benson dalam rangka menurunkan skala nyeri, dimana terapi ini diberikan diluar terapi medis lainnya maka peneliti merumuskan masalah pada penelitian ini adalah peneliti ingin mengetahui pengaruh penerapan teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri sendi pada pasien arthritis rheumatoid di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2024.

## **1.2. Tujuan Penelitian**

### **1.2.1. Tujuan Umum**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh penerapan teknik relaksasi Benson untuk mengurangi nyeri sendi pada pasien Aarthritis Rheumatoid di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2024.

### **1.2.2. Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2024.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi nyeri sendi pada pasien arthritis rheumatoid sebelum penerapan teknik relaksasi Benson di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2024.
3. Untuk mengetahui distribusi frekuensi nyeri sendi pada pasien arthritis rheumatoid setelah penerapan teknik relaksasi Benson di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2024
4. Untuk pengaruh penerapan teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri sendi pada pasien arthritis rheumatoid di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2024.

### **1.3. Manfaat Penelitian**

#### **1.3.1. Bagi Tempat Penelitian**

Memberikan informasi penting tentang bagaimana penerapan teknik relaksasi Benson tersebut dapat mengurangi nyeri sendi pada penderita Rheumatoid Arthritis di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan.

#### **1.3.2. Bagi Instansi Pendidikan**

Dapat memberikan informasi yang baru bagi mahasiswa yang sedang menempuh Pendidikan di Program Studi S-1 Keperawatan di Universitas Prima Indonesia, serta dapat menjadi resume serta bahan bacaan di Perpustakaan UNPRI.

#### **1.3.3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dapat memberikan gambaran tentang permasalahan apa yang perlu dilanjutkan terkait judul penelitian, dimana judul yang mungkin dapat diselesaikan terkait judul penelitian tentang penerapan teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri sendi pada pasien arthritis rheumatoid di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2024.