



Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Osteoarthritis: Studi Kasus

Rizki Hadiyati¹, Juanita², Nurul Hadi³

Universitas Syiah Kuala^{1,2,3}

e-mail: rizkihadiyati@gmail.com

Abstract

This condition significantly impacts the quality of life of older adults, particularly through joint pain, limited mobility, and reduced physical function that interferes with daily activities. This study aims to provide an overview of how effective nursing care is obtained in patients with chronic pain health problems, impaired physical mobility, and risk of falling. In the case of Mrs. S, it was found that complaints of pain in the lower back and legs. So that the client has difficulty walking. The author provides education on increasing knowledge related to osteoarthritis and nonpharmacological pain management by means of warm compresses of ginger water, training Range of Motion (ROM), and education on how to use the correct three-legged stick to Mrs. S. After 10 days of treatment, an evaluation was obtained that there was an increase in knowledge related to osteoarthritis and pain management by means of warm compresses of ginger water on Mrs. S with an increase in knowledge related to osteoarthritis. S with a pain scale before the intervention of 4 NRS and after the intervention to 2 NRS, an increase in knowledge in Mrs. S related to Range of Motion (ROM), an increase in knowledge of fall risk prevention, environmental modification and the correct use of a three-legged cane in Mrs. S. It is recommended to health workers to continue warm ginger water compresses to reduce pain in the elderly, range of motion and prevention of falls in the elderly.

Keywords: Nursing Care, Osteoarthritis, Elderly.

Abstrak

Penyakit ini berdampak signifikan pada kualitas hidup lansia, terutama melalui nyeri sendi, keterbatasan gerak, dan penurunan fungsi fisik yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Penulisan ini bertujuan untuk memberikan gambaran bagaimana efektifitas asuhan keperawatan yang diberikan pada pasien dengan masalah kesehatan nyeri kronik, gangguan mobilitas fisik, dan resiko jatuh. Pada kasus Ny. S didapatkan data bahwa keluhan nyeri pada bagian pinggang bawah dan kaki sehingga klien kesulitan berjalan. Penulis memberikan edukasi peningkatan pengetahuan terkait osteoarthritis dan manajemen nyeri nonfarmakologis dengan cara kompres hangat air jahe, melatih Range of Motion (ROM), dan edukasi cara penggunaan tongkat tiga kaki yang benar kepada Ny. S. Setelah 10 hari rawatan, didapatkan evaluasi bahwa adanya peningkatan pengetahuan terkait osteoarthritis dan manajemen nyeri dengan cara kompres hangat air jahe pada Ny. S dengan skala nyeri sebelum dilakukan intervensi yaitu 4 NRS dan setelah dilakukan intervensi menjadi 2 NRS, adanya peningkatan pengetahuan pada Ny. S terkait Range of Motion (ROM), adanya peningkatan pengetahuan pencegahan risiko jatuh, modifikasi lingkungan dan cara penggunaan tongkat tiga kaki yang benar pada Ny. S. Direkomendasikan kepada petugas kesehatan agar tetap dapat melanjutkan kompres hangat air jahe untuk mengurangi nyeri pada lansia, range of motion serta pencegahan jatuh pada lansia.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan, Osteoarthritis, Lansia.

PENDAHULUAN

Salah satu bagian dari proses tumbuh kembangnya manusia yakni Lanjut usia atau Lansia. Lansia ini tidak langsung dialami oleh manusia, melainkan melewati tahapan bayi, anak – anak, dewasa dan kemudian lansia. Masyarakat dengan usia lanjut di Indonesia perkembangannya meningkat dikarenakan tingkat harapan hidup yang menurun sehingga mengubah tatanan penduduk secara menyeluruh (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data yang diperoleh dari profil Kesehatan Kota Banda Aceh, banyaknya penduduk dengan usia lanjut di kota tersebut sebanyak 13.979 jiwa (60.67%) (Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh, 2021). Pada tahun 2022, adanya kenaikan dalam jumlah lansia di Banda Aceh, yaitu sebanyak 18.244 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh, 2023). Menurut hasil wawancara bersama kader posbindu lansia di Gampong Kuta Alam, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh, terdapat 50 lansia yang berada di Gampong Kuta Alam.

Peningkatan jumlah lansia diikuti dengan ragam penyakit degeneratif karena usia yang semakin bertambah, turunya fungsi fisiologis karena mengalami penuaan yang mengakibatkan timbulnya masalah penyakit misalnya persarafan, pernafasan, dan muskuloskeletal. Lansia memiliki banyak permasalahan terutama pada sistem muskuloskeletal yang secara konsisten terjadi pada lansia. Perubahan massa otot pada ekstremitas inferior, kekuatan serta perubahan komponen saraf. Menurut World Health Organization empat kondisi yang terjadi karena gangguan muskuloskeletal yang terjadi pada lansia adalah osteoarthritis (OA), rheumatoid arthritis (RA), back pain dan osteoporosis (Lucky, dkk.,2017).

Osteoarthritis (OA) merupakan salah satu penyebab utama kecacatan meningkat secara global, terutama didorong oleh bertambahnya usia dan obesitas. OA sering dianggap sebagai kondisi di mana terjadi pengikisan sendi (Lekkala et al.,2019). Beberapa faktor yang mempengaruhi risiko terjadinya OA antara lain: seperti trauma, obesitas, sindrom metabolik, atau penyakit yang menyebabkan kerentanan tulang rusak (Abramoff dan Caldera, 2020).

Prevalensi OA di Asia diperkirakan akan meningkat sebanyak dua kali lipat dari 6,8% pada tahun 2008 menjadi 16,2% pada tahun 2040. Kementerian Kesehatan RI (2015) memetakan jumlah penderita OA, hasilnya sekitar 11,5% orang Indonesia menderita OA. Artinya pada setiap 10 penduduk Indonesia terdapat 1 orang penderita OA (Rumawas, 2022). Prevalensi OA di Indonesia ini cukup tinggi, yaitu mencapai 15,5% pada pria dan 12,7% pada perempuan. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia pada tahun 2018, Aceh memiliki prevalensi dengan kejadian OA yang paling tinggi yaitu 13,3%. Nyeri merupakan gejala utama pada OA yang disebabkan oleh berbagai faktor seperti

keparahan penyakit secara radiologis, persarafan, artikuler sensitisasi perifer dan sentral, serta faktor psikologis (Mahendra, 2020). Nyeri yang terjadi pada penderita OA merupakan nyeri musculoskeletal, yang termasuk dalam golongan nyeri kronis (Magfiroh, 2018). Nyeri muncul pada penderita OA dikarenakan kerusakan pada tulang rawan yang melapisi ujung tulang di sendi. Kerusakan ini menyebabkan gesekan antar tulang yang memicu peradangan ringan (Pratama, 2019). Gejala klinis lain yang terjadi pada penderita OA adalah kekakuan pada sendi besar atau jari tangan yang menyebabkan gangguan dalam aktivitas harian (Rasjad, 2007).

Manajemen kesehatan osteoarthritis berupa meningkatkan pengetahuan, terapi nonfarmakologis untuk menurunkan nyeri, edukasi pemberian ROM, serta juga edukasi pencegahan jatuh, cara memodifikasi lingkungan, dan cara penggunaan tongkat tiga kaki yang benar. Latihan ini diharapkan dapat mengurangi rasa nyeri, membantu memperkuat otot, menjaga kelenturan sendi, dan mencegah terjadinya jatuh.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan cara kunjungan rumah (*home visit*) selama 10 hari di Gampong Kuta Alam, Kecamatan Kuta Alam, Banda Aceh. Asuhan keperawatan dilakukan pada keluarga Ny. S yang dimulai dari tanggal 5 November hingga 15 November 2024 yang mencakup pengkajian, penentuan diagnosa, intervensi, implelementasi, dan evaluasi. Teknik pengumpulan data dengan pengkajian keperawatan dengan observasi, wawancara, dan pemeriksaan fisik. Hasil pengkajian data subjektif dan objektif selanjutnya dikelompokkan ke dalam analisa data serta dikaitkan dengan konsep dan teori. Kemudian data yang telah disusun tersebut digunakan untuk menentukan diagnosa keperawatan lalu dilanjutkan dengan perencanaan tindakan keperawatan, implementasi, dan evaluasi dari asuhan keperawatan yang telah diberikan.

PEMBAHASAN

Pada saat pengkajian didapatkan bahwa Ny.S merupakan seorang lansia yang berusia 80 tahun bersuku Aceh, dan beragama Islam. Ny. S mengatakan bahwa keluhan yang dirasakan saat ini adalah nyeri pada bagian pinggang bawah dan kaki. Keluhan yang dirasakan selama 3 bulan terakhir adalah nyeri di bagian pinggang bawah dan kaki. Penyakit yang diderita Ny. S 3 tahun terakhir adalah osteoarthritis. Ny. S tidak melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin ke posbindu. Ny. S mengeluh nyeri pada pinggang sejak 3 tahun lalu dan mengeluh nyeri pada kaki sejak 7 tahun. Ny. S mengalami pengeroposan tulang 7 tahun yang lalu dan sudah dilakukan operasi penggantian besi pada kedua belah kaki. Ny. S juga terjatuh 3 tahun lalu yang menyebabkan patah tulang pinggang dan sudah dilakukan operasi. Ny. S mengeluhkan nyeri pada bagian pinggang dan

kaki. Sakit dirasakan sering muncul ketika Ny. S berjalan dan duduk terlalu lama. Berdasarkan hasil pengkajian, penulis menentukan masalah keperawatan sesuai dengan buku Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI). Adapun masalah keperawatan utama pada Ny. S dengan kasus osteoarthritis adalah nyeri kronis berhubungan dengan kondisi muskuloskeletal kronis, gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan kerusakan integritas struktur tulang, dan risiko jatuh berhubungan dengan riwayat jatuh, kekuatan otot menurun, gangguan keseimbangan, dan penggunaan alat bantu berjalan.

Pada diagnosa keperawatan pertama yaitu nyeri kronis, intervensi yang diberikan adalah edukasi kesehatan tentang konsep penyakit osteoarthritis, edukasi kesehatan tentang manajemen nyeri dan mengajarkan terapi nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri dengan kompres hangat air jahe. Hal yang dilakukan adalah mengkaji pengetahuan klien tentang osteoarthritis, mengkaji pengetahuan klien tentang manajemen nyeri, memberikan edukasi terkait osteoarthritis dan manajemen nyeri, serta mengajarkan tentang kompres hangat air jahe. Didapatkan hasil evaluasi bahwa Ny. S mengatakan nyeri berkurang setelah diberikan kompres hangat air jahe, skala nyeri turun dari 4 NRS menjadi 2 NRS. Ny. S juga menunjukkan pemahaman dan keinginan untuk melakukan terapi nonfarmakologi yang telah diajarkan ditunjukkan dengan pengakuan Ny. S yang melakukan kompres hangat air jahe secara mandiri di rumah.

Diagnosa keperawatan kedua yaitu gangguan mobilitas fisik, intervensi yang diberikan adalah edukasi dan demonstrasi Range of Motion (ROM). Tujuan dari diberikannya intervensi ini adalah untuk meningkatkan atau mempertahankan kekuatan otot, mencegah kekakuan pada sendi, merangsang sirkulasi darah, dan mencegah kelainan bentuk, kekakuan, dan kontraktur. Hal yang dilakukan adalah mengkaji pengetahuan klien tentang Range of Motion (ROM) serta memberikan edukasi tentang ROM dan mengajarkan ROM kepada klien. Didapatkan hasil evaluasi adanya peningkatan pengetahuan mengenai manfaat dan langkah-langkah dari gerakan ROM yang telah diajarkan. Ny. S mengatakan manfaat ROM adalah dapat meningkatkan kekuatan otot. Terapi ini dilakukan secara bertahap, namun dari hasil evaluasi tidak didapatkan hasil yang signifikan terkait kekuatan otot Ny. S.

Diagnosa keperawatan ketiga yaitu risiko jatuh, intervensi yang diberikan adalah edukasi pencegahan jatuh, cara memodifikasi lingkungan, dan cara penggunaan tongkat tiga kaki yang benar. Tujuan diberikannya intervensi ini adalah agar tingkat risiko jatuh menurun dengan kriteria hasil klien dapat memahami tentang materi risiko jatuh, dan dapat menyediakan lingkungan yang aman. Hal yang dilakukan adalah memberikan edukasi mengenai risiko jatuh (pengertian jatuh, penyebab jatuh), modifikasi lingkungan dan

penggunaan tongkat tiga kaki yang benar. Didapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan mengenai modifikasi lingkungan untuk mengurangi dan mencegah risiko jatuh. Ny. S dapat menjelaskan kembali mengenai cara mengurangi risiko jatuh, yaitu dengan meningkatkan penerangan pada seluruh ruangan, tidak ada barang berserakan di lantai, dan tidak membiarkan lantai dalam kondisi licin. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan motivasi pada Ny. S dalam memodifikasi lingkungan untuk mengurangi risiko jatuh.

KESIMPULAN

Berdasarkan evaluasi terhadap implementasi keperawatan yang telah dilakukan pada Ny. S dengan osteoarthritis selama 10 hari, dapat disimpulkan bahwa terdapat sejumlah perubahan positif dalam aspek kesehatan dan pengetahuan Ny. S. Pertama, terjadi peningkatan pengetahuan Ny. S terkait osteoarthritis dan manajemen nyeri, terutama dengan penerapan kompres hangat air jahe, yang terbukti efektif dalam mengurangi nyeri pada pasien. Selain itu, terdapat peningkatan pemahaman mengenai teknik Range of Motion (ROM) yang dapat membantu meningkatkan fleksibilitas sendi serta mengurangi rasa kaku pada persendian. Ny. S juga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pencegahan risiko jatuh, yang sangat penting bagi lansia dengan osteoarthritis, serta modifikasi lingkungan yang dapat mendukung keselamatan dan kenyamanan pasien.

Ny. S juga memperoleh pengetahuan tentang penggunaan tongkat tiga kaki yang benar, yang dapat membantu meningkatkan stabilitas dan keseimbangan tubuh saat berjalan. Dengan demikian, intervensi keperawatan yang diberikan dapat membantu meningkatkan kualitas hidup Ny. S secara signifikan. Sebagai rekomendasi, sangat disarankan agar petugas kesehatan terus melanjutkan pemberian kompres hangat air jahe untuk mengurangi nyeri pada lansia, serta terus memberikan latihan ROM dan edukasi pencegahan jatuh untuk memastikan pasien tetap memiliki kualitas hidup yang optimal meski mengalami osteoarthritis. Dengan pendekatan yang berkelanjutan, diharapkan Ny. S dapat mempertahankan mobilitas dan kenyamanannya dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Abramoff, Benjamin, and Franklin. E. Caldera. (2020). Osteoarthritis: Pathology, Diagnosis, and Treatment Options. *Medical Clinics of North America*. 104(2): 293 – 311.
- Choirunnisa, L., & Pudjianto, M. (2023). Pengaruh Senam Osteoporosis Terhadap Kekuatan Oto Quadriceps dan Keseimbangan Pada Lansia. *Physio Journal*, 3(1), 41 – 48
- Dinas Kesehatan, A. (2021). Profil Kesehatan Kota Banda Aceh. Pemerintah Aceh

- Dinas Kesehatan, A. (2023). Profil Kesehatan Kota Banda Aceh. Pemerintah Aceh
- Ezalina, Malfasari, E., & Erlin, F. (2023). Sosialisasi Edukasi Pengetahuan Deteksi Dini Risiko Jatuh Pada Lansia. *Journal of Character Education Society*, 6(1), 124-132.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Indonesia masuki periode aging population. [https://www.kemkes.go.id/article/view/19070500004/indonesia-masukiperiodeagingpopulation.html#:~:text=Indonesia%20mengalami%20openingkatan%20jumlah%20pendudukjiwa%20\(15%2C77%25\)](https://www.kemkes.go.id/article/view/19070500004/indonesia-masukiperiodeagingpopulation.html#:~:text=Indonesia%20mengalami%20openingkatan%20jumlah%20pendudukjiwa%20(15%2C77%25))
- Lekkala, Sashank, Erik A. Taylor, Heather B. Hunt, and Eve Donnelly. (2019). Effects of Diabetes on Bone Material Properties. *Current Osteoporosis Reports*. 17(6): 455 – 64.
- Lucky, T.M., Ahmad, S.S., Zaman, S.B., Bakhtiar., Biswas, A., Choyan, N.A., Rahman, A., Roy, R.C., Musa, A.S. (2017). Pattern of musculoskeletal disorder among geriatric people residing old home. *MOJ Public Health*; 5(4): 112 – 115. Doi:10.15406/mojph.2017.05.00134
- Muchlis, M. R., & Ernawati, E. (2021). Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia. *Ners Muda*, 2(3), 165-173.
- Pratama, A. D. (2019). Intervensi fisioterapi pada kasus osteoarthritis genu di RSPAD Gatot Soebroto. *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 1(2), 5.
- Rasjad, Chairuddin. (2007). Pengantar Ilmu Bedah. Jakarta: PT. Yarsif Watampone
- Rosdiana, N., & Hermawan, A. (2019). Relationship Of Body Mass Index with The Event of Osteoarthritis In Elderly In Working Areas Of Health Center Handapherang. *Media Informasi*, 15(1), 69-74.
- Sapti, M. (2019). Gambaran Kadar Asam Urat Pada Lansia. *Kemampuan Koneksi Matematis (Tinjauan Terhadap Pendekatan Pembelajaran Savi)*, 53(9), 1689-99.
- Sarah, M., Astuty, M., & Ginting, D. B. (2022). Skrining Resiko Jatuh Pada Lansia Di Puskesmas Medan Johor. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(2), 293-298.
- Sunarsih, & Nugroho, H. A. (2022). Terapi Kompres hangat Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(1), 35-40
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik. Jakarta: Dewan Pengurus PPNI
- Wirawati, D. (2024). Penyuluhan kesehatan tentang pencegahan risiko jatuh pada lansia dengan penggunaan alat bantu gerak. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 4(1), 1- 5.
- Yuliansyah, F., Rahim, A. F., & Oktavianto, D. (2024). Quadriceps Strengthening Education for Elderly with Knee Osteoarthritis in Cisadea Public Health Center Malang: Edukasi Penguatan Quadriceps pada Lansia Penderita Osteoarthritis Lutut di Puskesmas Cisadea Malang. *JATI EMAS (Jurnal Aplikasi Teknik dan Pengabdian Masyarakat)*, 8(3), 35-38.