

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia merupakan individu yang telah mencapai tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia, yang ditandai dengan usia 60 tahun ke atas. Setiap individu pasti akan mengalami sebuah proses yang tidak dapat dihindari yang disebut dengan proses menua. Lansia akan mengalami masalah fisiologi yaitu penurunan kemampuan fisik termasuk kesehatan seperti kehilangan massa tubuh, termasuk tulang, otot, dan massa organ tubuh, sedangkan massa lemak akan meningkat. Hal tersebut akan mengakibatkan penurunan kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan postural atau keseimbangan tubuh lansia. Penurunan keseimbangan menyebabkan lansia rentan mengalami penurunan kualitas hidup, ketidakmampuan atau kesulitan untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Sari, 2022)

Masalah yang sering terjadi pada lansia dikenal dengan sindrom geriatri. Sindrom geriatri adalah sekumpulan gejala atau kondisi kesehatan yang mempengaruhi lansia. Salah satu sindrom geriatri yaitu penurunan keseimbangan pada lansia yang dimana dapat meningkatkan risiko jatuh hingga 2,9 kali atau hampir 3 kali lipat dibandingkan lansia yang tidak mengalami penurunan keseimbangan (Sari et al., 2024). Lansia dengan sindrom geriatri akan mengalami gangguan fungsi organ dan kesulitan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Salah satu sindrom geriatri pada lansia adalah *instability* (jatuh) yang dimana *instability* adalah kondisi ketidakstabilan postural pada lansia yang meningkatkan risiko jatuh.

Menurut (Safitri, 2019) instabilitas mengacu pada ketidakstabilan saat berdiri atau berjalan yang dapat menyebabkan jatuh pada lansia.

World Health Organization (2023) dalam Fadilah, et al., (2024) menyatakan di Indonesia sekitar 28-35% orang berusia 65 tahun ke atas pernah mengalami jatuh pada setiap tahunnya dan meningkat menjadi 32-42% bagi lansia yang berusia di atas 70 tahun. Risiko jatuh tertinggi terjadi pada populasi di atas 55 tahun sebesar 49,4% dan pada mereka yang berusia di atas 65 tahun sebesar 67,1%. Angka jatuh tahunan, khususnya di antara orang tua yang tinggal di masyarakat, meningkat dari 25% pada usia 70 menjadi 35% bagi mereka yang berusia di atas 75 tahun. Jatuh terjadi pada sekitar 30% orang tua berusia 65 tahun ke atas, beberapa di antaranya mengalami jatuh berulang kali. Perubahan kolagen, aktivitas, pola makan, dan radang sendi merupakan penyebab perubahan fleksibilitas seiring bertambahnya usia. Perubahan kolagen menyebabkan berkurangnya fleksibilitas sendi pada orang tua, yang mengakibatkan berkurangnya kekuatan otot, nyeri, kesulitan beraktivitas, dan kesulitan berjalan (Elmaghfuroh, 2025).

Faktor risiko jatuh yang paling sering terjadi pada lansia yaitu adanya gangguan dalam dirinya seperti gangguan sensorik motoric, kognitif, system saraf pusat, sehingga menyebabkan terjadinya penurunan keseimbangan, penurunan kekuatan otot, penurunan fleksibilitas otot, dan adanya riwayat jatuh yang menyebabkan nyeri sendi. Nyeri sendi pada lansia berhubungan dengan risiko jatuh yang dikaitkan dengan fungsi kognitif dan neuromotorik yang menghambat respon efektif cepat terhadap bahaya jatuh sehingga menjadi penyebab penurunan keseimbangan, kekuatan otot, dan fleksibilitas otot yang meningkatkan risiko jatuh

dan ancaman yang harus diantisipasi terutama bagi orang lanjut usia, karena dapat menyebabkan kematian (Kajian & Multidisipliner, 2024)

Pencegahan risiko jatuh yang terjadi karena nyeri sendi dapat diatasi dengan metode farmakologi dan non farmakologi, metode farmakologi untuk meredakan nyeri pada lansia yang berisiko jatuh dapat menggunakan analgesik. Akan tetapi dalam proses penuaan sangat berisiko jika menggunakan obat- obatan pada tubuh lansia, sedangkan tindakan non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri dapat berupa penggunaan kompres hangat jahe, karena jahe mengandung enzim siklooksigenase. Kompres hangat jahe memiliki efek yang panas dan pedas untuk meredakan nyeri, kaku, kejang otot, dan melebarkan pembuluh darah, Efektivitas maksimum dicapai dalam waktu 20 menit setelah penggunaan (Agustina et al., 2023; Meilia *et al.*, 2023).

Jahe memiliki efek anti radang sehingga dapat di gunakan untuk mengatasi peradangan dan mengurangi rasa nyeri. Efek anti radang ini di sebabkan komponen aktif jahe yang terdiri dari gingerol, gingerdion dan zingeron yang berfungsi menghambat leukotriene dan prostaglandin yang merupakan mediator radang. Jahe mempunyai banyak khasiat yaitu menurunkan rasa nyeri pada penderita nyeri sendi asam urat. Banyaknya penelitian tentang manfaat dan khasiat jahe terbukti ampuh untuk meredakan dan menurunkan skala nyeri. Maka dari itu jahe digunakan sebagai kompres pada penderita nyeri di lansia, jahe yang di gunakan yaitu jahe putih atau kuning, jahe merah dan jahe emprit. Hal ini disebabkan karena kandungan jahe yang memiliki rasa panas dapat memberikan respon hangat pada area tubuh yang terasa nyeri sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah,

menurunkan viskositas darah, menurunkan ketegangan/kekakuan pada otot dan meningkatkan permeabilitas kapiler (Yusnita *et al.*, 2022).

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis sangat tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus terkait dengan kompres hangat jahe terhadap penurunan skala nyeri pada lansia dengan risiko jatuh.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah implementasi kompres hangat jahe sebagai upaya penurunan skala nyeri pada lansia Ny. A dengan risiko jatuh di Desa Tanggul?

1.3 Tujuan Penelitian

Mendeskripsikan implementasi penggunaan kompres hangat jahe sebagai upaya penurunan skala nyeri pada lansia Ny. A dengan risiko jatuh di Desa Tanggul.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian Karya Tulis Ilmiah ini dapat mengembangkan pengetahuan, menambah pengalaman dan memiliki gambaran dalam asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami nyeri dengan risiko jatuh baik bagi penulis atau instansi terkait.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi lansia

Karya tulis ilmiah ini dapat digunakan sebagai pengetahuan dan penerapan cara mengurangi keluhan lansia khususnya yang mengalami nyeri dengan risiko jatuh

2) Bagi perawat/petugas

Karya tulis ilmiah ini dapat berguna sebagai sumber informasi tentang asuhan keperawatan lansia dengan keluhan nyeri dengan risiko jatuh.

3) Bagi peneliti selanjutnya

Karya tulis ilmiah ini dapat berguna untuk mengembangkan ilmu keperawatan khususnya tentang asuhan keperawatan lansia dengan keluhan nyeri dengan risiko jatuh.

4) Bagi Instansi Pendidikan

Karya tulis ilmiah ini bermanfaat untuk mengemban ilmu keperawatan didalam pengobatan nonfarmakologis bagi lansia yang mengalami masalah nyeri dengan resiko jatuh.

