

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia atau sering dikenal dengan lansia adalah seseorang yang telah mengalami penuaan yang ditandai dengan menurunnya beberapa fungsi tubuh (Mujahidin, 2023). Banyaknya penurunan fungsi tubuh yang dialami seorang lansia, menyebabkan terjadinya penurunan kualitas hidup pada lansia, salah satunya lansia sering mengalami gangguan keseimbangan. Menurut *World Health Organization* (2022), lansia adalah individu yang berusia lebih dari 60 tahun, yang merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya (Astuti & Fersiani, 2023).

Pada tahun 2020, proporsi penduduk berusia 60 tahun ke atas di dunia mencapai 13,5%, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 21,5% pada tahun 2050. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2024, persentase penduduk lanjut usia di Jawa Timur adalah sekitar 14,91 %, meningkat dari 13,57 % pada tahun 2021 mencapai 11,75% dari total populasi. Sedangkan di Kabupaten Jember sendiri berdasarkan Data Tunggal Sosial Ekonomi Nasional (DTSEN) per April 2025, jumlah lansia di Jember mencapai 415.353 jiwa, Untuk tahun 2024 data lasia di wilayah UPTD. Puskesmas Ambulu mencapai 18.645 jiwa dan yang mengalami masalah nyeri dipersendian sebanyak 961 jiwa.

Penduduk lansia mempunyai karakter sosial ekonomi yang berbeda dibanding dengan penduduk muda, sehingga membutuhkan perhatian khusus

bagi para pengambil kebijakan agar arah pembangunan juga dapat memberi manfaat sebesar-besarnya bagi penduduk lansia.

Lansia banyak mengalami penurunan fungsi yang mengarah pada syndrome geriatric. Salah satu syndrome geriatric yang paling sering terjadi adalah nyeri. Nyeri merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia. Prevalensi nyeri pada lansia dapat mencapai lebih dari 50%, dengan nyeri kronis menjadi masalah utama (Astuti & Fersiani, 2023). Nyeri pada lansia perlu mendapatkan perhatian khusus karena dapat mempengaruhi kualitas hidup secara signifikan. Selain itu, nyeri yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan komplikasi seperti gangguan tidur, penurunan mobilitas, dan peningkatan risiko jatuh dan meningkatkan risiko depresi serta penurunan fungsi fisik. Penanganan nyeri yang tepat dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dan mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut (Sinulingga, 2025).

Nyeri sendi pada lansia seringkali berkaitan erat dengan perubahan biologis akibat proses menua. Penurunan kualitas dan kuantitas tulang rawan, berkurangnya cairan sinovial, melemahnya otot dan ligamen di sekitar sendi, serta peradangan ringan yang bersifat kronis merupakan rangkaian perubahan fisiologis yang berkontribusi terhadap timbulnya nyeri. Seiring waktu, gesekan antara permukaan sendi menjadi semakin besar, yang mengakibatkan rasa tidak nyaman, peradangan, dan keterbatasan mobilitas (Widyaningsih & Herawati, 2022).

Selain itu, degenerasi sendi yang progresif seperti pada kasus osteoarthritis, merupakan penyebab utama nyeri sendi pada lansia. Penyakit ini

ditandai dengan kerusakan tulang rawan sendi yang terjadi perlahan-lahan, namun pasti, sebagai akibat dari proses penuaan dan beban mekanik yang menumpuk selama bertahun-tahun. Akumulasi mikrotrauma serta menurunnya kemampuan tubuh untuk memperbaiki jaringan memperburuk kondisi sendi, dan nyeri pun menjadi gejala dominan (Sunarti et al., 2019).

Beberapa cara pengobatan yang dapat dilakukan misalnya pengobatan secara terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan terapi pijat, relaksasi dan distraksi serta terapi kompres air hangat. Teknik farmakologis memang lebih efektif dibandingkan daripada non farmakologis akan tetapi farmakologis memiliki efek samping, metode non farmakologis bisa juga mengontrol rasa sakit (Suhartiningsih et al., 2025). Salah satu pendekatan inovatif yang mulai dikaji adalah metode Airgazah yakni Air Garam Hangat, Minyak Zaitun, dan Perasan Jahe. Kombinasi ini memanfaatkan bahan-bahan alami yang memiliki efek terapeutik. Air garam hangat bekerja sebagai vasodilator yang meningkatkan aliran darah ke daerah nyeri dan meredakan ketegangan otot. Sedangkan minyak zaitun dikenal memiliki kandungan anti-inflamasi alami seperti oleocanthal yang dapat mengurangi inflamasi sendi dan untuk jahe sendiri mengandung gingerol yang memiliki efek analgesik dan anti-inflamasi, serta telah digunakan secara tradisional untuk mengatasi nyeri sendi (Mulyani, 2023).

Penggunaan metode AIRGAZAH sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis diharapkan mampu mengurangi intensitas nyeri sendi secara efektif tanpa menimbulkan efek samping. Studi kasus ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas metode AIRGAZAH dalam konteks asuhan keperawatan

gerontik, serta memberikan gambaran tentang peran perawat dalam menerapkan terapi komplementer yang berbasis pada pendekatan holistik dan individualisasi perawatan.

Dengan demikian, studi kasus ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan solusi inovatif dalam manajemen nyeri pada lansia, tetapi juga mendorong pengembangan intervensi keperawatan yang berbasis *evidence-based* dan berorientasi pada peningkatan kualitas hidup lansia.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh pemberian kombinasi rendam air garam hangat, dengan olesan minyak zaitun, dan perasan jahe (AIRGAZAH) dalam mengurangi nyeri sendi pada lansia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Ambulu Jember?

C. Tujuan Penelitian

Mendeskripsikan efektifitas implementasi kombinasi rendam air garam hangat dengan olesan minyak zaitun dan perasan jahe terhadap intensitas nyeri sendi lansia.

D. Manfaat Penelitian

1. Perawat

Memberikan alternatif intervensi non-farmakologis yang aman, murah, dan mudah diterapkan dalam praktik keperawatan gerontik untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia, serta memperkuat peran perawat dalam memberikan asuhan yang holistik dan individual.

2. Lansia

Membantu mengurangi keluhan nyeri sendi secara alami tanpa efek samping obat, serta meningkatkan kenyamanan, mobilitas, dan kualitas hidup lansia.

3. Keluarga

Menjadi referensi dalam memberikan perawatan sederhana di rumah yang dapat dilakukan secara mandiri dalam membantu mengelola nyeri sendi pada anggota keluarga lanjut usia.

