

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sejalan dengan semakin meningkatnya usia seseorang, maka akan terjadi perubahan-perubahan pada tubuh manusia. Perubahan-perubahan tersebut terjadi sejak awal kehidupan hingga usia lanjut pada semua organ dan jaringan tubuh. Keadaan demikian itu tampak pula pada semua sistem muskuloskeletal dan jaringan lain yang ada kaitannya dengan timbulnya penyakit sendi. Semua sistem dalam tubuh lansia mengalami kemunduran, termasuk pada sistem muskuloskeletal lansia yang mengalami rematik, penyakit gout, nyeri sendi dan lambago (Maryam, 2008). Nyeri sendi adalah suatu peradangan sendi yang ditandai dengan pembekakan gerak. Pada keadaan ini lansia sangat terganggu, apabila lebih dari satu sendi yang terserang (Santoso, 2009 dalam Cahyanto 2017). Dan kebanyakan pada masyarakat lansia (lanjut usia) dengan gangguan nyeri sendi yang merupakan salah satu dari penyakit degenerative (Silaban, 2016).

Lanjut usia atau lansia merupakan tahap akhir perkembangan pada siklus kehidupan manusia. Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (UU No. 13 Tahun 1998 dalam buku Sya'diyah 2018). Setiap lansia juga akan mengalami proses penuaan. Proses penuaan adalah proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya

sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi serta memperbaiki kerusakan yang di derita. Usia lanjut pada umumnya mengalami berbagai gejala akibat terjadinya penurunan fungsi biologis, psikososial, social, dan ekonomi. Perubahan ini akan memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan, termasuk kesehatannya (Sya'diyah, 2018).

Berdasarkan statistik penduduk lanjut usia, persentase lansia di Indonesia juga semakin meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2018, terdapat 9,27% atau sekitar 24,49 juta lansia dari seluruh penduduk. Angka ini meningkat dibandingkan tahun sebelumnya yang hanya terdapat 8,97% (sekitar 23,4 juta) lansia di Indonesia. Bahkan, proyeksi di tahun 2050 mengindikasikan bahwa akan lebih banyak lansia usia 60 tahun ke atas dan persentase lansia Indonesia akan mencapai 25% atau sekitar 74 juta lansia (Silviliyana, 2018). Sedangkan jumlah lansia di provinsi Jawa Timur terdapat 13,6% lansia. Data laporan Riskesdas 2013 menyebutkan bahwa presentase lansia yang menderita penyakit nyeri sendi di Indonesia adalah 24,7%. Pada wanita 13,4%, dan pria lansia 10,3%. Dari data tersebut menunjukkan bahwa lansia wanita dominan mengalami penyakit nyeri sendi dari pada pria lansia. Sedangkan prevalensi penyakit sendi di Jawa Timur juga cukup tinggi hingga mencapai 11,9% (Riskesdas, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada hari senin 07 Oktober 2019 terhadap lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember didapatkan informasi bahwa jumlah lansia terdapat sekitar 472 orang laki-laki dan 672 orang perempuan, jadi jumlah

secara keseluruhan sekitar 1.144 orang. Angka jumlah lansia di wilayah kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember banyak didominasi oleh kaum perempuan dari pada kaum laki-laki. Dan Lansia dengan kasus nyeri sendi masih tinggi, keluhan tersebut paling banyak dirasakan oleh lansia yang mengalami nyeri persendian berjumlah 61 diantaranya berusia diatas 45 tahun.

Seorang lansia sering sekali memposisikan diri dengan tidak benar yang dapat mempengaruhi bentuk tubuh menjadi buruk. Pola makan merupakan gambaran macam, jumlah, dan komposisi bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh suatu orang yang merupakan ciri khas dari suatu masyarakat tertentu (Hartono, 2000). Oleh karena itu pola makan lansia yang salah menjadi salah satu pencetus terjadinya nyeri sendi. Dimana pola makan yang sehat sebaiknya dimulai dengan mengadakan perubahan-perubahan kecil pada makanan yang kita pilih, juga mengurangi makanan seperti produk kacang-kacangan yaitu susu kacang, kacang buncis, organ dalam hewan seperti usus, hati, limpah, paru, otak dan jantung. Makanan kaleng seperti sarden, kornet sapi, makanan yang dimasak menggunakan santan kelapa, beberapa jenis buah-buahan seperti durian, air kelapa muda dan produk olahan melinjo, Minuman seperti alkohol, sayur seperti kangkung dan bayam (Romadhon, 2019).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Bawarodi (2017), Mengatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara makanan dengan

Arthritis. Berdasarkan hasil analisis didapatkan ($\alpha=0,05$) p value 0,017, ini dapat berarti bahwa lansia yang mengkonsumsi makanan yang kurang baik lebih beresiko terkena Arthritis.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik meneliti tentang hubungan pola makan dengan nyeri sendi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Keadaan lansia yang sudah mengalami penurunan secara perlahan terhadap struktur dan fungsi organ, maka kondisi tersebut mempengaruhi kemandirian dan kesehatan lanjut usia. Oleh karena itu pola makan yang salah menjadi salah satu pencetus terjadinya nyeri sendi. Di mana pola makan yang sehat sebaiknya dimulai dengan mengadakan perubahan-perubahan kecil pada makanan yang kita pilih, juga mengurangi makanan dapat mempengaruhi penyakit sendi.

2. Pertanyaan Masalah

1. Bagaimanakah pola makan di Wilayah Kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember?
2. Bagaimanakah nyeri sendi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember?
3. Adakah hubungan pola makan dengan nyeri sendi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pola makan dengan nyeri sendi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pola makan di Wilayah Kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember.
- b. Mengidentifikasi nyeri sendi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember.
- c. Menganalisis hubungan pola makan dengan nyeri sendi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andongsari Ambulu Jember.

D. Manfaat Penelitian

1. Masyarakat

Menambah pengetahuan tentang pola makan dengan nyeri sendi pada lansia dan dapat di implementasikan dalam kehidupan masyarakat untuk mengurangi nyeri sendi.

2. Profesi keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan atau gambaran dalam merencanakan penanganan keperawatan pada permasalahan lansia yang mengalami nyeri persendian.

3. Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan serta pengalaman dalam penanganan keperawatan, terutama pelayanan kesehatan pada lansia yang mengalami nyeri pada persendian.

4. Lanjut Usia (lansia)

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai alternatif bagi lansia untuk mengurangi nyeri yang dirasakan pada persendian.

5. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan dasar pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut dalam memperluas pengetahuan tentang perilaku pola makan dengan nyeri sendi pada lansia.

