

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 ANALISA SITUASI**

Osteoarthritis (OA) merupakan salah satu yang disebabkan oleh faktor degenerasi yang paling sering dijumpai pada penyakit muscoloskeletal dan osteoarthritis yang menjadi penyebab terbanyak keterbatasan gerak dan fungsi, lokasi yang sering terkena adalah sendi lutut (Susilawati dkk., 2015). Osteoarthritis merupakan penyakit gangguan homeostasis metabolisme kartilago dengan kerusakan struktur proteoglikan kartilago yang penyebabnya diperkirakan multifaktorial antara lain oleh karena faktor umur, stres mekanis atau kimia, penggunaan sendi yang berlebihan defek anatomi, obesitas, genetik dan humoral (Arismunandar, 2015). OA ditandai dengan kerusakan tulang rawan (kartilago) hyalin sendi, meningkatnya ketebalan serta sklerosis dari lempeng tulang, pertumbuhan osteofit pada tepian sendi, meregangnya kapsul sendi, timbulnya peradangan, dan melemahnya otot-otot yang menghubungkan sendi (Zhang, 2014).

Prevalensi OA knee di Indonesia dilaporkan sebanyak 30,3%-65,4% pada lansia di atas 75 tahun (Desiana et al, 2017). Sebuah studi menunjukkan bahwa OA lebih sering ditemukan pada pria yang berusia 60-64 tahun yang lebih sering ditemukan pada knee dextra sebanyak 23% daripada knee sinistra sebanyak 16,3%, sedangkan pada wanita tampaknya lebih seimbang dengan distribusi persentase pada knee dext 24,2% dan knee sinistra sebanyak 27,7%. Prevalensi knee OA lebih juga banyak ditemukan pada usia kisaran 70 hingga 74 tahun, meningkat hingga 40% pertahunnya (Michael, 2010). Gejala OA lutut lebih tinggi terjadi pada wanita dibanding pada laki-laki yaitu 13% pada wanita dan 10% pada laki-laki. Murphy, et.al mengestimasi risiko perkembangan OA lutut

sekitar 40% pada laki-laki dan 47% pada wanita. Oliveria melaporkan rata-rata insiden OA panggul, lutut dan tangan sekitar 88, 240, 100/100.000 disetiap tahunnya.

Dikutip dari data statistik Kabupaten Malang, Kepanjen adalah sebuah kecamatan yang juga merupakan pusat pemerintahan Kabupaten Malang, Provinsi Jawa Timur, Indonesia. Kecamatan Kepanjen terletak 20 km sebelah selatan Kota Malang. Sejak 2008, Kepanjen merupakan ibu kota dan pusat pemerintahan Kabupaten Malang. Bersama dengan Lawang dan Singosari, Kepanjen dikenal sebagai kota satelit penyangga utama Kota Malang, yang termasuk dalam kawasan Malang Raya.

Dengan jumlah penduduk 107.323 jiwa, dengan perbandingan jumlah pria dan wanita 1:3, menyebabkan mayoritas penduduknya berpotensi mengalami nyeri lutut. Selain itu, area ini sangat strategis akan dan cocok untuk dibangun rumah, pabrik industri, dan sentral perdagangan kecil atau besar karena infrastruktur jalan yang memadai dan wisata-wisata yang indah. Sehingga, sebagian besar penduduk bermata pencaharian PNS, buruh pabrik, wirausaha dan pekerja kantoran. Yang menyebabkan daerah ini sangat potensial diberikan sosialisasi mengenai *self treatment* latihan ringan saat nyeri lutut. Yayasan Jantung Indonesia (Indonesian Heart Foundation) adalah lembaga nirlaba yang fokus kepada peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya upaya pencegahan Penyakit Jantung dan Pembuluh darah melalui pemasyarakatan Panca Usaha Jantung Sehat. Seiring berjalannya waktu, Yayasan Jantung Indonesia tersebar di seluruh kawasan Indonesia yang memiliki visi menjadi pelopor hidup sehat bagi masyarakat. Yayasan Jantung memiliki cabang di kawasan Kepanjen cabang Malang Raya yang memiliki puluhan anggota dari lintas generasi. Selama ini, anggota Yayasan Jantung Indonesia mendapatkan materi-materi tentang kesehatan, namun belum pernah mendapatkan materi tentang metode latihan pada nyeri lutut.

NO	DATA UMUM	MITRA
1	Nama Mitra	Yayasan Jantung Indonesia cabang Malang Raya
2	Status Kepemilikan	YJI Malang Raya Kepanjen
3	Lokasi <i>Base Camp</i>	Kelurahan Kepanjen
4	Jumlah Anggota	40 orang lansia
6	Pertemuan Anggota	± sebulan sekali

Lanjut usia mendapatkan edukasi tentang osteoarthritis di kepanjen dan di saat pertemuan rutin mingguan senam sehat bersama anggota yayasan jantung Indonesia. Meskipun demikian, sampai saat ini belum pernah dilakukan sebuah kegiatan edukasi yang khusus untuk lansia tentang metode latihan pada osteoarthritis sehingga belum diketahui bagaimana metode latihan mengurangi nyeri lutut secara mandiri.

Berdasarkan wawancara dengan pengurus YJI Malang Raya, sebagian anggota hanya mengindahkan nyeri lutut saat menyerang. Ada juga anggota yang telah mengkomunikasikan dengan dokter, namun di waktu tertentu nyeri dirasakan secara periodik. Ada juga yang mengatakan, takut ke rumah sakit maupun pelayanan kesehatan akibat pandemi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, tim pengusul ingin memberikan kontribusi konseptual dan praktis untuk mengatasi permasalahan yang ada pada mitra. Tim pengusul ingin melakukan tindakan nyata dengan tujuan jangka pendek dengan memberikan edukasi metode latihan saat nyeri lutut, serta tujuan jangka panjang melakukan latihan secara mandiri.

## 1.2 PERMASALAHAN MITRA

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dapat diidentifikasi permasalahan yang terjadi sebagai berikut :

- a. Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap kesehatan
- b. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang osteoarthritis
- c. Akibat kesibukan harian, masyarakat kesulitan untuk tetap berolahraga.

- d. Akibat pandemi, masyarakat takut berkunjung ke rumah sakit atau fasilitas kesehatan.