

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dewasa ini osteoarthritis menjadi salah satu kontributor signifikan terhadap tahun-tahun hidup dengan disabilitas di antara kondisi muskuloskeletal (WHO, 2023). Di Amerika Serikat, osteoarthritis (OA) menjadi kelainan sendi yang paling lumrah, menyerang sekitar 30,8 juta orang dewasa (Barbour K *et al.*, 2017 dalam Kraus *et al.*, 2019). OA adalah penyebab utama insiden penyakit, aktivitas fisik yang terbatas, ketidakmampuan atau kecacatan fisik, bisa menyebabkan penurunan keselamatan hidup bagi yang menanggung, sebagai penyebab utama nyeri kronis dan merupakan sumber kecacatan pada orang dewasa serta lanjut usia diatas 60 tahun dengan prevalensi 60-70% (Arden NK, Leyland KM. 2013 dan Hochberg MC. 2012 dalam Putri *et al.*, 2022).

Di Indonesia sendiri, osteoarthritis ini merupakan penyakit sendi yang paling lazim ditemukan, yaitu sebesar 50-60% (Peni, 2014 dalam Putri *et al.*, 2022). Menurut data Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013, rata-rata angka kejadian untuk penyakit sendi di Indonesia adalah sebesar 7,30%, dimana Provinsi Bali berada pada angka 10,46%. Kabupaten Buleleng menduduki peringkat 5, yakni 12,93% (Risdekesdas 2018). Yang termasuk ke dalam penyakit sendi ialah osteoarthritis, rheumatoid arthritis, dan nyeri akibat asam urat tinggi akut maupun kronis (Kemenkes RI, 2019). Peneliti melakukan studi pendahuluan di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Buleleng, dalam data register bulan Januari hingga minggu pertama bulan April didapatkan pasien yang menderita osteoarthritis genu berjumlah 215 orang.

Osteoarthritis (OA) genu dikenal dengan penyakit sendi degeneratif pada sendi lutut, umumnya diakibatkan oleh rusak dan hilangnya tulang rawan artikular secara progresif. Hal ini paling sering terjadi pada orang lanjut usia (Hsu H & Siwiec RM, 2023). Penderita osteoarthritis biasanya mengalami nyeri dan terasa kaku dalam waktu singkat, kerusakan biasanya berkembang secara bertahap dalam tahun ke tahun, tidak menutup kemungkinan akan terjadi perburukan dengan cepat pada beberapa orang (NIH, 2023). Sebuah penelitian menunjukkan kejadian osteoarthritis genu pada 86,7 juta orang (usia 20 tahun ke atas) setiap tahunnya mengalami OA genu pada tahun 2020 di seluruh dunia (Aldosari *et al.*, 2022).

Osteoarthritis (OA) genu adalah jenis radang sendi (arthritis) paling umum dan memiliki prevalensi yang terus meningkat seiring usia harapan hidup meningkat. Sekitar 13 persen dan 10 persen pria berusia 60 tahun ke atas memiliki osteoarthritis genu simptomatik. Diantara penduduk lanjut usia yang berumur di atas 70 tahun memiliki peningkatan prevalensi hingga 40 persen (Hsu H & Siwiec RM, 2023).

Tanda dan gejala osteoarthritis meliputi : 1) nyeri yang sering terjadi di pagi hari, 2) nyeri ketika berpindah dari posisi duduk ke berdiri, 3) nyeri ketika berjalan sejauh 3 meter, 4) nyeri saat naik dan turun tangga, 5) nyeri saat jongkok. Nyeri merupakan fenomena yang paling umum dirasakan oleh pasien osteoarthritis genu.

Nyeri muncul akibat terjadinya kelemahan sendi atau degenerasi kartilago yang sebagian besar terjadi ketika sendi-sendi menopang berat tubuh. Perubahan degeneratif ini menyebabkan kartilago menjadi tidak normal, ketika lapisan

kartilago menipis, permukaan tulang akan semakin rapat. Ini akan memungkinkan terjadinya inflamasi sekunder dari *membrane synovial*. Nyeri, kekakuan, hilangnya gerakan dan deformitas berhubungan dengan tanda-tanda inflamasi yang terjadi seperti terdapat nyeri tekan, pembengkakan, dan sensasi hangat.

Beberapa hal yang dapat memberikan pengaruh pada sendi yang mengakibatkan munculnya sensasi nyeri diantaranya adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik merupakan suatu kegiatan yang mengimplikasikan pergerakan *skeletal muscle*, dimana jenis otot ini membutuhkan lebih banyak energi ketika beraktivitas dibandingkan dengan fase istirahat. Meliputi aktivitas saat bekerja, bermain, melakukan pekerjaan rumah tangga, berpergian, dan kegiatan wisata. Menurut WHO aktivitas fisik (*physical activity*) merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran banyak energi.

Physical activity (PA) didefinisikan sebagai setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot skeletal yang menghasilkan pengeluaran energi (Caspersen CJ *et al.*, 1985 dalam Voinier & White, 2022). Gerakan tersebut bisa terstruktur (yaitu gerakan berulang dan penuh makna, dikenal dengan ‘latihan’) atau tidak terstruktur (misalnya, kegiatan rumah tangga seperti memasak dan berkebun). Meskipun PA memiliki banyak manfaat untuk kesehatan, PA sering juga dikaitkan dengan “keausan” pada sendi lutut (Darlow B *et al.*, 2018 dalam Voinier & White, 2022).

Terdapat beberapa penelitian yang membahas mengenai hubungan tingkat aktivitas fisik terhadap pasien osteoarthritis genu namun hasil yang ditunjukkan beragam. Penelitian yang dilakukan oleh Voinier & White, 2022 tidak mendukung bahwa PA menyebabkan Osteoarthritis. Kemudian pada penelitian systematic

reviews (SRs), meta-analyses (MAs), dan analisis gabungan yang berhubungan dengan aktivitas fisik, menunjukkan bahwa aktivitas fisik menurunkan rasa sakit dan meningkatkan fungsi fisik pada individu dengan OA. Namun dalam penelitian lain di Puskesmas Klaten Selatan Kabupaten Klaten, menunjukkan adanya hubungan antara osteoarthritis terhadap aktivitas fisik (Ratimaya H B, 2022).

Sampai saat ini belum ada penelitian yang dilakukan di RSUD Kabupaten Buleleng mengenai hal tersebut. Berdasarkan dampak yang ditimbulkan oleh osteoarthritis ini yang bisa mengakibatkan kecacatan pada orang dewasa, didukung dengan prevalensi yang tinggi baik di dunia dan di Indonesia, dimana pada provinsi Bali, di Kabupaten Buleleng berada pada peringkat ke-5. Kemudian adanya perbedaan hasil penelitian terkait tingkat aktivitas fisik dengan derajat nyeri pada pasien osteoarthritis, membuat penulis tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan terkait tingkat aktivitas fisik dengan derajat nyeri pada pasien osteoarthritis di RSUD Kabupaten Buleleng.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan tingkat aktivitas fisik dengan derajat nyeri pada pasien osteoarthritis genu di RSUD Kabupaten Buleleng?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dengan derajat nyeri pada pasien osteoarthritis genu di RSUD Kabupaten Buleleng tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik subjek penelitian yang menderita osteoarthritis genu.
2. Mengetahui tingkat aktivitas fisik pada pasien osteoarthritis genu.
3. Mengetahui derajat nyeri yang dirasakan pada pasien terdiagnosis osteoarthritis genu.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Memperluas wawasan peneliti serta hasil penelitian yang dilakukan dapat membantu penelitian kedepannya.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Memberikan wawasan terkait hubungan tingkat aktivitas fisik dengan derajat nyeri pada pasien osteoarthritis genu.

