

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Osteoarthritis ditemukan oleh American College of Rheumatology. sebagai sekelompok kondisi heterogen yang mengarah kepada tanda dan gejala sendi. Osteoarthritis adalah penyakit degeneratif dan progresif yang mengenai 2/3 orang yang berumur lebih dari 65 tahun, dengan prevalensi 60,5% pada pria dan 70,5% pada wanita. Seiring bertambahnya jumlah kelahiran yang mencapai usia pertengahan dan obesitas serta peningkatannya dalam populasi masyarakat osteoarthritis akan berdampak lebih buruk dikemudian hari. Karena sifatnya yang kronik progresif, osteoarthritis berdampak sosio-ekonomik yang besar di negara maju dan di negara berkembang.

Osteoarthritis ditandai dengan kerusakan tulang rawan pada persendian. Ketika tulang rawan memburuk, tulang-tulang persendian mulai saling berhadapan, menyebabkan kekakuan dan nyeri, yang sering mengganggu pergerakan. Osteoarthritis juga dapat merusak ligamen, menisci, dan otot. Fragmen tulang atau tulang rawan dapat mengapung di ruang sendi, menyebabkan iritasi dan nyeri. Taji tulang, atau osteofit, juga dapat berkembang, menyebabkan nyeri tambahan dan berpotensi merusak jaringan di sekitarnya.

WHO melaporkan 40% penduduk dunia yang berusia lansia akan menderita OA, dari jumlah tersebut 80% mengalami keterbatasan gerak sendi. Prevalensi Osteoarthritis di Indonesia cukup tinggi yaitu 5% pada usia > 40 tahun, 30% pada usia 40-60 tahun dan 65% pada usia > 61 tahun. Degenerasi sendi yang menyebabkan sindrom klinis osteoarthritis paling sering terjadi pada sendi tangan, panggul, kaki, dan spine meskipun bisa terjadi pada sendi sinovial mana pun. Prevalensi kerusakan sendi sinovial ini meningkat dengan pertambahan usia. Diperkirakan 1 sampai 2 juta orang usia lanjut di Indonesia menderita cacat karena OA. Oleh karena itu tantangan terhadap dampak OA

akan semakin besar karena semakin banyaknya populasi yang berusia tua.

Osteoarthritis (OA) ialah penyakit sendi degeneratif yang berkaitan dengan kerusakan kartilago sendi. Osteoarthritis adalah salah satu masalah kedokteran yang paling sering terjadi dan menimbulkan gejala pada orang usia lanjut maupun setengah baya. Terjadi pada orang dari segala etnis, lebih sering mengenai wanita dan merupakan penyebab tersering pada penyebab disabilitas jangka panjang pada pasien dengan usia lanjut.

Aktifitas fisik merupakan suatu gerakan tubuh yang dihasilkan otot rangka dan membutuhkan energi, termasuk aktivitas yang dilakukan saat bekerja, bermain, melakukan pekerjaan rumah tangga, bepergian dan kegiatan rekreasi (WHO, 2017).

Osteoarthritis dapat mempengaruhi lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Aktivitas sehari – hari yang dimaksud adalah seperti minum, makan, buang air kecil, buang air besar, tidur, berjalan, mandi, serta berpakaian.

Rata-rata pasien osteoarthritis lutut menderita setidaknya satu penyakit penyerta. Penyakit penyerta dan obesitas dikaitkan dengan keterbatasan dalam kegiatan atau rasa sakit. Keith T. Palmer membuktikan bahwa aktivitas fisik (terutama berlutut, jongkok, mengangkat, atau mendaki) menyebabkan atau memperburuk OA lutut.

Dalam Agama Islam aktifitas fisik yang dapat dilakukan contoh dengan melakukan olah raga yang di riwayatkan oleh rasullullah contohnya adalah melatih kuda, berlatih memanah, dan mengajarkan renang. Menjaga kesehatan agar menjadi mukmin yang kuat fisik dan imannya adalah anjuran agama Islam.

عن رفاعة بن رافع قال: ((قَامَ أَبُو بَكْرٍ الصِّدِّيقُ عَلَى الْمِنْبَرِ ثُمَّ بَكَى فَقَالَ: قَامَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
عَامَ الْأَوَّلِ عَلَى الْمِنْبَرِ ثُمَّ بَكَى فَقَالَ: "اسْأَلُوا اللَّهَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فَإِنَّ أَحَدًا لَمْ يُعْطَ بَعْدَ الْيَقِينِ خَيْرًا مِنَ الْعَافِيَةِ"))

Artinya :

Dari Rifa'ah bin Rafi' berkata, "Abu Bakar Ash-Shiddiq berdiri di atas mimbar lalu menangis. Kemudian ia berkata: "Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam pada tahun pertama hijrah berdiri di atas mimbar, lalu menangis, dan bersabda: "Hendaklah kalian memohon kepada Allah ampunan dan keselamatan/kesehatan. Setelah dikaruniai keyakinan (iman), sesungguhnya seorang hamba tidak diberi karunia yang lebih baik daripada keselamatan/kesehatan." (HR. Tirmidzi no. 3481, Al-Hakim, dan Ibnu Hibban.)

Menurut Agama Islam masyarakat lansia dengan dipandangan terhormat sebagaimana perhatiannya terhadap generasi muda. Agama Islam memperlakukan dengan baik para lansia dan mengajarkan metode supaya keberadaan mereka tidak dianggap sia-sia dan tak bernilai oleh masyarakat.

Fase ini merupakan masa dimana seseorang telah lemah dan menurun kekuatan fisiknya. Fase ini meliputi usia dewasa akhir. Perkembangan manusia hingga fase tua ini tergambar Pada Firman Allah dalam Al-Qur'an Surat Ghafir Ayat 67:

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ
طِفْلًا ثُمَّ لِيَبْلُغُوا أَشَدَّكُمْ ثُمَّ لِيَكونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَّنْ يُتَوَفَّى مِنْ
قَبْلٍ وَلِيَبْلُغُوا أَجَلَ مُّسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿٦٧﴾

Artinya: :

"Dialah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (Kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya)". (QS. Ghafir [40] : 67).

Pada fase tua ini biasanya orang menghadapi sejumlah permasalahan, antara lain terjadi penurunan kemampuan fisik hingga kekuatannya berkurang, aktifitas menurun, sering mengalami gangguan kesehatan, hal-hal itu dapat menyebabkan mereka kehilangan semangat hidup. Akibatnya, orang-orang yang berada pada usia ini dirinya sudah tidak berharga atau merasa kurang dihargai. Pada usia ini orang hendaknya sudah mendalam dan mantap keyakinan agamanya, rukun menjalankan ibadah dan berupaya untuk semakin dekat kepada Allah.

Di dalam Agama Islam Allâh Swt memberikan keringanan bagi yang mempunyai udzur dalam menunaikan ibadah sesuai dengan sakit atau udzur yang mereka alami, supaya mereka dapat menunaikan ibadah kepada Allâh SWT tanpa mengalami beban dan kesulitan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat dilihat bahwa kekauan sendi dapat terjadi pada usia muda dan pada lansia. Oleh arena itu rumusan masalah pada penelitian ini adalah Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kekakuan Sendi Lutut Pada Lansia di Kecamatan Ciracas

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah ada hubungan kekakuan sendi lutut terhadap aktivitas fisik ?
2. Apakah usia tua dengan aktivitas fisik ringan , rentan terkena kekakuan sendi?
3. Bagaimana Pandangan Islam tentang Aktifitas Fisik Terhadap Kekakuan Sendi Lutut Pada Lansia ?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum
 - Menganalisa Hubungan aktivitas fisik terhadap kekakuan sendi lutut pada Lansia di Kecamatan Ciracas

2. Tujuan Khusus

- Mengetahui Hubungan aktivitas fisik terhadap kekakuan sendi lutut pada Lansia di Kecamatan Ciracas?
- Mengetahui Apakah usia tua dengan aktivitas fisik ringan, rentan terkena kekakuan sendi?
- Mengetahui Pandangan Islam tentang Aktifitas Fisik Terhadap Kekakuan Sendi Lutut Pada Lansia ?

1.5 Manfaat Penelitian

1. Bagi Penelitian

- Menambah pengalaman penulis dalam menerapkan ilmu yang telah diperoleh dalam perkuliahan
- Mempelajari metodologi dalam pembuatan suatu penelitian
- Mengetahui Hubungan aktivitas fisik terhadap kekakuan sendi lutut pada lansia

2. Bagi Institusi

- Menambah informasi dan literatur mengenai keilmuan, dan memajukan Universitas YARSI dengan mempublikasikan penelitian ini.

3. Bagi Keilmuan

- Memberikan informasi mengenai Hubungan aktivitas fisik terhadap kekakuan sendi lutut pada lansia
- Dapat memberikan referensi bagi praktisi lain dalam penelitian tentang kekakuan sendi pada lansia

4. Bagi Sosial

- Memberikan informasi mengenai Hubungan aktivitas fisik terhadap kekakuan sendi lutut pada lansia