

ORIGINAL ARTICLES

PENGARUH NYERI SENDI TERHADAP KUALITAS TIDUR DAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA PENDERITA OSTEOARTRITIS

1. Dian Anisia Widyaningrum, Program Studi Keperawatan, STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun, email : dianwijaya2710@gmail.com
2. Faqih Nafiul Umam, Program Studi Keperawatan, STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun
Korespondensi : dianwijaya2710@gmail.com

Abstract

Semakin bertambahnya usia, maka fungsi fisiologis juga akan mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lansia seperti penyakit sendi. Osteoarthritis adalah penyakit degeneratif pada persendian terbanyak yang diderita lansia. Osteoarthritis merupakan salah satu penyebab utama kegagalan fungsi yang mengganggu kualitas tidur dan mengurangi kualitas hidup lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh nyeri sendi terhadap kualitas tidur dan kualitas hidup lansia penderita osteoarthritis. Penelitian ini menggunakan analitik observasional dengan menggunakan pendekatan cross-sectional. Sampel yang digunakan sebanyak 40 orang lansia yang di ambil secara acak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara nyeri sendi dengan kualitas tidur dan kualitas hidup lansia penderita osteoarthritis ($p < 0,05$). Diharapkan perawat untuk tidak hanya menangani gejala dari osteoarthritis yaitu nyeri sendinya, tapi juga mengatasi gangguan tidur dan meningkatkan kualitas hidup lansia dengan mengambil pendekatan holistik saat merawat lansia.

Keywords : nyeri sendi, kualitas tidur, kualitas hidup

1. Pendahuluan

Semakin bertambahnya usia, maka fungsi fisiologis juga akan mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lansia seperti penyakit sendi (Dianitta, 2018). Berdasarkan data Riskesdas (2018), prevalensi penyakit sendi di Indonesia tercatat sekitar 7,3% dan osteoarthritis atau radang sendi merupakan penyakit sendi yang umum terjadi. Osteoarthritis sampai saat ini masih merupakan masalah kesehatan utama di dunia. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa osteoarthritis merupakan salah satu penyebab utama kegagalan fungsi yang mengurangi kualitas hidup manusia di dunia seperti terhambatnya ruang gerak penderita dan penurunan kemampuan kerja (Cross, et al, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan 16 Mei 2020 dari hasil mewawancarai lansia yang ada di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, di temukan sebanyak 10 lansia dengan nyeri sendi, 4 orang mengatakan jika tidak puas dengan hidupnya dan 5 orang diantaranya mengatakan tidak bisa tidur dan terbangun dari tidur di malam hari sehingga mengganggu aktivitas keesokan harinya

Seiring dengan bertambahnya usia, fungsi fisiologis mengalami penurunan. Masalah yang sering terjadi pada lansia yaitu nyeri pada persendian. Osteoarthritis merupakan salah satu radang sendi yang dialami lansia (Aspiani, 2014). Kemampuan gerak seseorang dapat terganggu oleh adanya penyakit ini dan dapat mengakibatkan gangguan gerak, hambatan dalam bekerja maupun melaksanakan kegiatan sehari-hari sehingga menimbulkan frustrasi atau gangguan psikososial pada penderitanya. Penderitanya juga mengalami nyeri dan keterbatasan pada mobilitas berdampak pada kualitas tidur yang buruk (Rudimin, 2017). Nyeri pada pasien osteoarthritis merupakan nyeri muskuloskeletal yang termasuk ke dalam nyeri kronis, nyeri hebat tersebut mungkin dapat membangunkan pasien dari tidur (Octavani, 2014) sedangkan pada penelitian lain menyatakan bahwa osteoarthritis akan mengakibatkan disabilitas yang akan menyebabkan stres pada penderitanya yang juga akan berdampak pada gangguan tidur (Patricia et al, 2015).

Osteoarthritis dapat memiliki dampak mendalam pada setiap aspek kehidupan seseorang. Rasa sakit yang sedang berlangsung, keterbatasan fisik, dan depresi dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk terlibat dalam aktivitas sosial, komunitas, dan pekerjaan (AIHW, 2019). Penyakit osteoarthritis bisa mengakibatkan kecacatan jika tidak diobati dengan benar (Chacon, 2004). Penderita osteoarthritis dengan kecacatan dapat berpengaruh pada aktivitas, sosial, spiritual, dan psikologis yang akan mengakibatkan penderita mengalami stres dan menyebabkan penurunan kualitas hidup (Miller, et al 2013; Oktarina, dkk 2016).

2. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fenomena diatas mengenai osteoarthritis pada lansia maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Nyeri Sendi Terhadap Kualitas Tidur dan Kualitas Hidup Pada Lansia Penderita Osteoarthritis.

3. Metode

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian analitik observasional dengan menggunakan pendekatan cross-sectional. Penelitian ini dilaksanakan di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Magetan bulan Mei tahun 2020. Populasi adalah Seluruh lansia di PSTW Magetan. Besar sampel dibuat berdasarkan rumus Lemeshow. Hasil yang didapatkan sebesar 40 pasien. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu simple random sampling. Pengumpulan data menggunakan

kuesioner dengan melakukan wawancara langsung dengan responden. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur nyeri sendri menggunakan NRS (Numeric Rating Scale), kualitas tidur menggunakan kuesioner PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index), dan kualitas hidup menggunakan instrumen kualitas hidup WHOQOL (World Health Organization Quality of Life). Analisis data menggunakan uji statistik uji Fisher-exact didapatkan nilai probabilitas <0,05. Penyajian data menggunakan tabel dan narasi.

4. Hasil Penelitian

a. Nyeri sendi lansia penderita osteoartritis

Tabel 1. Hasil Analisis Skala Nyeri Sendi Lansia Penderita Osteoartritis

Nyeri Sendi	f	%
Ringan	9	22,5
Sedang	25	62,5
Berat	6	15
Total	40	100

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian skala nyeri sendi lansia penderita osteoartritis sebagian besar nyeri sendi responden berada pada tingkat sedang sebanyak 25 orang (62,5%).

b. Kualitas tidur pada lansia penderita osteoartritis

Tabel 2. Hasil Analisis Kualitas Tidur Lansia Penderita Osteoartritis

Kualitas tidur	f	%
Baik	10	25
Kurang	13	32,5
Sangat kurang	17	42,5
Total	40	100

Berdasarkan tabel 2, hasil penelitian kualitas tidur lansia penderita osteoartritis sebagian besar kualitas tidur responden pada tingkat kurang sebanyak 21 orang (52,5%).

c. Kualitas hidup lansia penderita osteoartritis

Tabel 3. Hasil Analisis Kualitas Hidup Lansia Penderita Osteoartritis

Kualitas hidup	f	%
Baik	19	47,5
Kurang	21	52,5
Total	40	100

Berdasarkan tabel 3, hasil penelitian kualitas hidup lansia penderita osteoartritis sebagian besar kualitas hidup responden kurang sebanyak 21 orang (52,5%).

d. Pengaruh nyeri sendi terhadap kualitas tidur lansia penderita osteoartritis

Tabel 4. Hasil analisis pengaruh nyeri sendi terhadap kualitas tidur lansia penderita osteoartritis

Nyeri sendi	Kualitas tidur			P value
	Baik	Kurang	Sangat Kurang	
Ringan	6	3	0	0,000
Sedang	4	10	11	
Berat	0	0	6	
Total	10	13	17	

Berdasarkan tabel 4, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan nyeri sendi ringan memiliki kualitas tidur yang sedang sebanyak 11 orang (27,5%). Berdasarkan Uji *Fisher-exact* nilai P value diperoleh hasil yaitu $0,000 \geq 0,05$ yang berarti H1 diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara nyeri sendi dengan kualitas tidur lansia penderita osteoarthritis.

- e. Pengaruh nyeri sendi terhadap kualitas hidup lansia penderita osteoarthritis

Tabel 5. Hasil analisis pengaruh nyeri sendi terhadap kualitas hidup lansia penderita osteoarthritis

Nyeri sendi	Kualitas hidup		P value
	Baik	Kurang	
Ringan	8	1	0,001
Sedang	11	14	
Berat	0	6	
Total	19	21	

Berdasarkan tabel 5, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan nyeri sendi sedang memiliki kualitas hidup yang kurang sebanyak 14 orang (35%). Berdasarkan Uji *Fisher-exact* nilai P value diperoleh hasil yaitu $0,001 \geq 0,05$ yang berarti H1 diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara nyeri sendi dengan kualitas hidup lansia penderita osteoarthritis.

5. Pembahasan

- a. Pengaruh nyeri sendi terhadap kualitas tidur lansia penderita osteoarthritis

Berdasarkan tabel 4, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan nyeri sendi ringan memiliki kualitas tidur yang sedang sebanyak 11 orang (27,5%). Berdasarkan Uji *Fisher-exact* nilai P value diperoleh hasil yaitu $0,000 \geq 0,05$ yang berarti H1 diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara nyeri sendi dengan kualitas tidur lansia penderita osteoarthritis.

Hal ini sesuai dengan penelitian Talima (2017) bahwa ada hubungan antara intensitas nyeri dengan kualitas tidur pasien NPB di Poliklinik Saraf RSUDZA Banda Aceh. Intensitas nyeri merupakan gambaran dan tingkatan rasa nyeri dari ringan dan sampai berat. Salah satu penyakit yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri adalah osteoarthritis. Nyeri yang terjadi pada pasien osteoarthritis dapat membawa dampak pada kualitas tidur seseorang (Oktavani, 2014), sedangkan pada penelitian lain menyatakan bahwa osteoarthritis akan mengakibatkan disabilitas yang akan menyebabkan stres pada penderitanya yang juga akan berdampak pada gangguan tidur (Patricia et al, 2015).

Gangguan tidur dapat timbul melalui mekanisme perubahan metabolisme serotonin, perubahan ekspresi sitokin dan gangguan perubahan irama sirkadian. Irama sirkadian tidur adalah salah satu irama tubuh yang diatur oleh hipotalamus. Pada rethinohypothalamic memberikan rangsang secara langsung terhadap nucleus suprachiasma (NSC) yang bekerja dalam pengaturan jam tidur (Arifin, 2010). Hal ini tentu mengakibatkan kondisi kesehatan terhadap penderita dengan mengalami kelemahan, rentan terhadap efek stres baik fisik maupun mental, kecemasan, mudah tersinggung, gangguan penilaian dan menghambat seseorang melakukan kegiatannya bahkan apabila hal ini

berlangsung dalam waktu yang lama tentunya akan menyebabkan individu mengakibatkan peningkatan risiko penyakit yang dideritanya (Rudimin, 2017).

Berdasarkan uraian di atas peneliti berasumsi bahwa bila seorang lansia mengalami nyeri sendi dan tidak mau berusaha untuk melakukan aktivitas maka dapat terjadi suatu masalah yaitu membuat kekakuan pada sendi serta mengakibatkan gangguan tidur pada malam harinya. Serta ditemukan data bahwa ada 3 responden dengan nyeri ringan tapi memiliki kualitas tidur kurang. Hal ini menunjukkan bahwa ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi kualitas tidur lansia selain nyeri sendi, yaitu seperti lingkungan, penyakit fisik lain, dan permasalahan psikologisnya.

b. Hasil analisis pengaruh nyeri sendi terhadap kualitas hidup lansia penderita osteoarthritis

Berdasarkan tabel 5, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan nyeri sendi sedang memiliki kualitas hidup yang kurang sebanyak 14 orang (35%). Berdasarkan Uji Fisher-exact nilai P value diperoleh hasil yaitu $0,001 \geq 0,05$ yang berarti H_1 diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara nyeri sendi dengan kualitas hidup lansia penderita osteoarthritis.

Hal ini sesuai dengan penelitian Hong (2016), pada kualitas hidup penderita osteoarthritis menemukan bahwa lansia yang mengalami osteoarthritis memiliki kualitas hidup buruk dibandingkan lansia yang tidak mengalami osteoarthritis. Hal tersebut diakibatkan lansia yang menderita osteoarthritis mengalami penurunan fungsi fisik dikarenakan adanya peradangan sendi yang ditimbulkan oleh kerusakan persendian. Dan penelitian yang dilakukan oleh Ismail (2013), hasil penelitian ini adalah adanya pengaruh yang signifikan antara usia, status pekerjaan, dan intensitas nyeri terhadap kualitas hidup pada pasien osteoarthritis. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Pang, et al (2015) pada pasien yang menderita osteoarthritis menunjukkan bahwa intensitas nyeri mempengaruhi kualitas hidup.

Masalah utama yang sering dialami oleh pasien osteoarthritis adalah nyeri sendi. Nyeri akan bertambah ketika melakukan aktivitas, hal ini membuat aktivitas seseorang menjadi terbatas. Penurunan aktivitas fisik akan mempengaruhi pasien dalam melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari dan akan mempengaruhi kualitas hidupnya. Akibat lanjut dari osteoarthritis adalah terjadi penurunan aktivitas fungsional terutama kesulitan dari bangkit ke duduk, berjalan, naik turun tangga, dan lain-lain (Parjoto, 2000). Seseorang dengan nyeri osteoarthritis akan mengalami disfungsi sendi dan otot sehingga akan mengalami keterbatasan gerak, penurunan kekuatan dan keseimbangan otot. Sekitar 18% mengalami kesulitan dan keterbatasan dalam beraktivitas, kehilangan fungsi kapasitas kerja dan penurunan kualitas hidup (Reis et al, 2014).

Berdasarkan uraian di atas peneliti berasumsi bahwa Salah satu indikator utama yang dapat mempengaruhi kualitas hidup adalah kesehatan fisik. Pada penderita osteoarthritis yang mengalami keluhan seperti nyeri pada persendian akan membuat penderita tidak mampu beraktivitas dan akan membuat depresi penderitanya sehingga menurunkan kualitas hidup penderita. Serta ditemukan data bahwa ada 1 responden dengan nyeri ringan tapi memiliki kualitas hidup kurang. Hal ini menunjukkan bahwa ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi kualitas hidup lansia selain nyeri sendi, yaitu seperti usia, jenis kelamin, status perkawinan, jenis pekerjaan, dan penghasilan.

6. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang berjudul penelitian yang berjudul Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. Terdapat hubungan antara nyeri sendi dengan kualitas tidur lansia penderita osteoarthritis.
- b. Terdapat hubungan antara nyeri sendi dengan kualitas hidup lansia penderita osteoarthritis

7. Saran

Saran dalam penelitian ini, bagi tenaga kesehatan untuk tidak hanya menangani gejala dari osteoarthritis yaitu nyeri sendinya, tapi juga mengatasi gangguan tidur dan meningkatkan kualitas hidup lansia dengan mengambil pendekatan holistik saat merawat lansia. Dan saran bagi lansia agar tetap melakukan gerakan aktif dalam kehidupan sehari-hari dan dapat memajemen nyeri dengan baik

8. Acknowledgement

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan terkait publikasi terkait makalah penelitian ini

Daftar Pustaka

- Dianitta, I Gusti Ayu Putu. (2018). Hubungan Antara Nyeri Sendi Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Puskesmas Kedungkandang Malang. Skripsi : Universitas Brawijaya.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf – Diakses April 2020.
- AIHW (Australian Institute of Health and Welfare). (2019). Australian Burden of Disease Study (2015): Interactive data on disease burden. <https://www.aihw.gov.au/reports/chronicmusculoskeletal-conditions/osteoarthritis/contents/impact-of-osteoarthritis>. Diakses April 2020.
- Cross M, Smith E, Hoy D, Nolte S, Ackerman I, Fransen M, et al. (2014). The global burden of hip and knee osteoarthritis: estimates from the global burden of disease 2010 study. *Ann Rheum Dis.* (2014); 73 (7):132.
- Octavani A. (2014). Hubungan Intensitas Nyeri dengan Kualitas Tidur pada Pasien Osteoarthritis di Poli Bedah Ortopedi RSUDZA Banda Aceh. Skripsi: Universitas Syiah Kuala
- Miller L. E., II J. F., Block J. E., (2013). Quality of life in Patients with Knee Osteoarthritis: A Commentary on Nonsurgical and Surgical Treatments. *The Open Orthopaedics Journal.* 7, 619-23.
- Oktarina, I., (2016). Kualitas Hidup Lanjut Usia yang Mengalami Sakit Di Desa Gumpang Kecamatan Kartasura. Skripsi : Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Chacon, J. G., (2004). Effect of Knee Osteoarthritis on the Perception of Quality of Life in Venezuelan Patients. *Arthritis & Rheumatism*, pp. 377-382.
- Aspiani, R Y. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik Aplikasi Nanda Nic dan Noc*. Jakarta: Trans Info Media.
- Talimo, A. (2017). *Hubungan Intensitas Nyeri dengan Kualitas Tidur dan Gambaran MRI pada Pasien Nyeri Punggung Bawah di RSUDZA Banda Aceh*. Skripsi : Universitas Syiah Kuala.
- Ismail A., (2013). *Evaluasi Kualitas Hidup Penderita Osteoarthritis di Instalasi Rawat Jalan RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta*. Thesis.
- Reis, J., Gomes, M., Neves, T., Petrella, M., Oliveira, R., & Abreu, D. (2014). Evaluation of Postural Control and Quality of Life in Elderly Women With Knee Osteoarthritis. *Revbrasreumatol* 54 (3), 208-212.
- Pang, J., Cao, Y.L., Zheng, Y.X., Gao, N.Y., Wang, X.Z., Chen, B., et al. (2015). Influence of Pain Severity On Health-Related Quality of Life In Chinese Knee Osteoarthritis Patients. *International Journal Clin Exp Med*. 2015 :4472-79.
- Hong J-Y, Han K, Shin D-H, Chun EM. (2016). Quality of life analysis and smoking correlation in symptomatic spine osteoarthritis: A nationwide health survey analysis of an elderly population with EQ-5D. *Plos One*, 11(3).
- Rudimin, Harianto, T. & Rahayu, W., 2017. Hubungan Tingkat Umur dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Posyandu Permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. *Nursing News*, 2(1), pp.119-27.