

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Populasi lansia di dunia terus meningkat seiring dengan meningkatnya harapan hidup dan kemajuan di bidang kesehatan (Sunartiningsih *et al.*, 2023). Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Khotimah, 2025) menunjukkan bahwa jumlah lansia global diperkirakan mencapai 2,1 miliar pada tahun 2050, meningkat lebih dari dua kali lipat dibandingkan tahun 2019. Peningkatan populasi lansia ini menyebabkan tingginya prevalensi penyakit degeneratif, termasuk osteoarthritis dan gout arthritis, yang menjadi penyebab utama timbulnya nyeri sendi. Nyeri pada lansia berdampak multidimensional, memengaruhi kondisi fisiologis, psikologis, dan sosial, yang pada akhirnya menurunkan kualitas hidup dan kemampuan fungsional mereka (Suryati *et al.*, 2025).

Di Indonesia, jumlah lansia juga mengalami peningkatan yang signifikan. Badan Pusat Statistik (BPS, 2025) mencatat bahwa jumlah lansia mencapai sekitar 33 juta jiwa atau 12% dari total penduduk. Proyeksi menunjukkan bahwa pada tahun 2045, lansia akan mencapai lebih dari 20% dari total populasi, yang menandai Indonesia memasuki era “*aging society*” (Simanjuntak *et al.*, 2025). Pertumbuhan populasi lansia menimbulkan tantangan bagi sistem pelayanan kesehatan dan sosial, terutama bagi lansia yang mengalami nyeri kronis atau penyakit degeneratif. Secara provinsi, Jawa Timur termasuk salah satu provinsi dengan proporsi lansia yang tinggi.

Data BPS Jawa Timur (2024) menunjukkan bahwa persentase lansia di provinsi ini mencapai 14,91% dari total penduduk, menunjukkan kebutuhan layanan kesehatan dan sosial yang lebih besar. Banyak lansia yang tinggal di fasilitas pelayanan sosial karena keterbatasan dukungan keluarga atau kondisi fisik yang tidak memungkinkan mereka tinggal mandiri. Hal ini meningkatkan risiko nyeri kronis, penurunan mobilitas, menurunnya kualitas hidup dan nyeri yang dirasakan secara terus-menerus atau berulang selama lebih dari 3 bulan. Fenomena yang terjadi di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan memperlihatkan hal serupa. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tahun 2026, diketahui bahwa dari total 145 lansia yang tinggal di UPT PSTW Magetan, sebanyak 45 lansia mengalami nyeri kronis.

Intensitas dan lokasi nyeri bervariasi mulai dari nyeri sendi akibat gout arthritis dan osteoarthritis, nyeri otot karena aktivitas fisik yang berlebihan, hingga nyeri neuropatik yang disebabkan oleh gangguan saraf perifer. Keluhan nyeri yang dialami seluruh penghuni UPT PSTW Magetan dapat muncul karena berbagai perubahan fisiologis yang terjadi seiring bertambahnya usia. Degenerasi pada sendi sering memicu gangguan seperti gout arthritis dan osteoarthritis, sehingga lansia lebih rentan mengalami nyeri sendi yang mengganggu mobilitas. Aktivitas fisik yang tidak seimbang dengan kemampuan tubuh juga dapat menyebabkan ketegangan otot sehingga memunculkan nyeri otot berkepanjangan. Selain itu, penurunan fungsi saraf perifer dapat menimbulkan nyeri neuropatik yang terasa seperti sensasi terbakar atau tersengat. Berbagai keluhan tersebut berdampak pada

penurunan kualitas hidup lansia karena membatasi gerak, mengurangi kemandirian, dan meningkatkan ketergantungan terhadap bantuan perawatan. Kondisi ini juga dapat menurunkan semangat beraktivitas dan memengaruhi kesejahteraan fisik maupun emosional mereka. Fakta bahwa seluruh lansia di panti tersebut mengalami nyeri menunjukkan bahwa permasalahan ini sudah menjadi kondisi umum yang memengaruhi aspek kenyamanan dan kualitas hidup penghuni secara keseluruhan. Keadaan ini menunjukkan urgensi perlunya intervensi keperawatan yang tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga memperhatikan aspek kenyamanan dan keamanan lansia selama menjalani masa tuanya di lingkungan pelayanan sosial (Passe, 2025).

Penatalaksanaan nyeri pada lansia dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Pendekatan farmakologis memerlukan kehati-hatian karena lansia memiliki perubahan metabolisme obat yang dapat meningkatkan risiko efek samping. Oleh karena itu, terapi nonfarmakologis menjadi alternatif yang aman dan efektif. Salah satu terapi yang menjanjikan adalah terapi rendam air jahe hangat pada kaki. Jahe (*Zingiber officinale*) mengandung senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol yang bersifat analgesik dan antiinflamasi, sehingga dapat meredakan nyeri sendi dan otot serta memberikan efek relaksasi (Nurjannah and Pitayanti, 2025).

Penelitian sebelumnya menunjukkan efektivitas terapi rendam jahe (Bahtiar *et al.*, 2023) menemukan bahwa lansia mengalami penurunan intensitas nyeri setelah melakukan terapi rendam air jahe hangat beberapa

sesi. Terapi ini juga meningkatkan kenyamanan fisik dan psikologis lansia, sesuai dengan prinsip teori kenyamanan yang menekankan pemenuhan kebutuhan aman dan nyaman lansia dalam aspek fisik, psikospiritual, sosial, dan lingkungan.

Berdasarkan berbagai permasalahan nyeri yang dialami lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, penulis menyusun intervensi keperawatan yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan aman dan nyaman melalui penerapan terapi rendam air jahe hangat pada kaki. Pilihan intervensi ini didukung oleh temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terapi rendam jahe mampu menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan gout arthritis serta meningkatkan kenyamanan fisik dan psikologis mereka. Efektivitas tersebut sejalan dengan prinsip teori kenyamanan yang menekankan pentingnya pemenuhan kenyamanan dalam dimensi fisik, psikospiritual, sosial, dan lingkungan, sehingga intervensi ini dinilai relevan untuk membantu lansia mengurangi ketidaknyamanan akibat nyeri kronis. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada “Penerapan Terapi Rendam Air Jahe Hangat Pada Kaki Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aman Nyaman Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana penerapan terapi rendam air jahe hangat dalam pemenuhan kebutuhan aman nyaman pada lansia dengan masalah keperawatan nyeri kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha

Magetan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk melakukan penerapan terapi rendam air jahe dalam pemenuhan kebutuhan aman nyaman pada lansia dengan masalah keperawatan nyeri kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian terhadap kondisi lansia dengan masalah keperawatan nyeri kronis di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
2. Merumuskan diagnosis keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan nyeri kronis.
3. Merencanakan intervensi keperawatan melalui penerapan terapi rendam air jahe untuk mengurangi nyeri pada lansia.
4. Melaksanakan implementasi terapi rendam air jahe pada lansia yang mengalami nyeri akut guna meningkatkan rasa aman dan nyaman.
5. Mengevaluasi efektivitas penerapan terapi rendam air jahe terhadap penurunan tingkat nyeri dan peningkatan kenyamanan lansia.
6. Melakukan dokumentasi hasil penerapan terapi rendam air jahe pada lansia dengan masalah keperawatan nyeri kronis sebagai bentuk pertanggungjawaban proses keperawatan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam bidang keperawatan, khususnya tentang penerapan terapi non farmakologi berupa rendam air jahe untuk membantu memenuhi kebutuhan aman dan nyaman pada lansia dengan nyeri kronis.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman dan wawasan peneliti dalam memberikan asuhan keperawatan menggunakan terapi alami untuk menurunkan nyeri pada lansia.

2. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi dan pengetahuan tentang manfaat terapi rendam air jahe yang dapat diterapkan di rumah untuk mengurangi nyeri secara aman dan sederhana.

3. Bagi Tempat Penelitian

Menjadi masukan bagi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan untuk menerapkan terapi rendam air jahe sebagai salah satu kegiatan perawatan bagi lansia.

4. Bagi Profesi Keperawatan

Menjadi sumber referensi bagi perawat dalam mengembangkan intervensi non farmakologi untuk meningkatkan kualitas pelayanan dan kenyamanan lansia.