

ACTIVITY OF DAILY LIVING PADA LANJUT USIA YANG MENDERITA RHEUMATOID ARTHRITIS

Winesha Meilandari¹, Gamy Tri Utami², Ari Pristiana Dewi²

Fakultas Keperawatan

Universitas Riau

Email: Wineshameiland17@gmail.com

Abstract

Activity of Daily Living (ADL) is one that affects independence carried out by elderly rheumatoid arthritis every day to meet the needs and demands of everyday life. The experiences joint pain make patients afraid to move so that it interferes with daily activities and can reduce their productivity. This study aims to describe the Activity of Daily Living (ADL) in the elderly who suffered from rheumatoid arthritis. The design of this study uses simple descriptive. Samples were taken by purposive sampling technique that is as many as 74 respondents. The results of this study showed that respondents who experienced elderly activity of daily living suffered from independent rheumatoid arthritis as many as 26 people (43.3%), very low dependent as many as 14 people (18.9%), low dependent as many as 20 people (20.3%) and moderate dependent as many as 14 people (13.6%). It is expected that the elderly who suffer from rheumatoid arthritis understand the level of independent of rheumatoid arthritis in carrying out daily activities.

Keywords: Activity of Daily Living (ADL), Elderly, Rheumatoid Arthritis

PENDAHULUAN

Lansia (lanjut usia) adalah seseorang telah memasuki usia 60 tahun keatas dan mengalami penurunan daya kemampuan untuk hidup atau pembatasan aktivitas fisik (Wahjudi, 2012 dalam Andi, & dkk, 2014). Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Lansia juga berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup dan kepekaan secara individual.

Populasi lansia di Provinsi Riau pada tahun 2015 sebanyak 1.128.827 jiwa sedangkan pada tahun 2016 jumlah lansia sebanyak 1.081.428 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2018). Jumlah lansia ini terbagi berdasarkan kelompok umur yaitu: usia pertengahan (*middle age*) dengan rentang 45-59 tahun sebanyak 792.517 jiwa, lansia (*elderly*) dengan rentang usia 60-74 tahun sebanyak 257.717 jiwa, dan lansia tua (*old*) dengan rentang usia 75-90 tahun sebanyak 46.886 jiwa. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (2018), pada tahun 2018 jumlah lansia yang berusia lebih dari 60 tahun sebanyak 56.430 penduduk lansia. Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki merupakan Puskesmas dengan populasi Lansia terbanyak yaitu 5.483 penduduk lansia.

Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *aging process* atau proses penuaan. Menua merupakan

suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan struktur fungsi normal sehingga mengalami penurunan status fungsional meliputi aktivitas sehari-hari yaitu mandi, makan, berpindah, *toileting*, berpakaian, dan kontinen (Bandiyah, 2009).

Dampak dari bertambahnya usia yaitu muncul berbagai penyakit kronis, berkurangnya fungsi-fungsi organ diantaranya sistem muskuloskeletal, sistem persarafan, sistem pendengaran, sistem penglihatan, sistem pernapasan, sistem kardiovaskuler (Suryani, 2018). Gangguan sistem muskuloskeletal merupakan salah satu faktor penyakit kronis dan kemunduran fungsi motorik pada lansia seperti *rheumatoid arthritis* (Rany, 2018).

Kelemahan otot ekstremitas bawah dapat menyebabkan gangguan keseimbangan tubuh sehingga mengakibatkan kelambanan bergerak, langkah pendek-pendek, kaki tidak menapak dengan kuat, dan terlambat mengantisipasi bila tersandung (Darmojo, 2006). Kondisi itulah yang dapat meningkatkan resiko jatuh pada lansia.

Rheumatoid arthritis merupakan peradangan sendi kronis yang disebabkan oleh gangguan autoimun. Gangguan autoimun terjadi ketika sistem kekebalan tubuh yang berfungsi sebagai pertahanan terhadap mikroorganisme terganggu seperti virus, bakteri, jamur, dan dapat

menyerang sel dalam jaringan tubuh sendiri. Penyakit *rheumatoid arthritis* (rematik) merupakan sistem imun gagal membedakan jaringan sendiri dengan benda asing, sehingga menyerang jaringan tubuh sendiri, khususnya jaringan sinovium yaitu selaput tipis yang melapisi sendi. Hasilnya dapat menyebabkan sendi bengkak, yang biasa mengalami pembengkakan serta kelemahan adalah sendi bagian jari, pergelangan tangan, bahu, lutut, dan kaki. (Haryono & Setianingsih, 2013).

Rheumatoid arthritis mengalami nyeri sendi membuat penderita sering kali takut untuk bergerak sehingga mengganggu aktivitas sehari-harinya. *Rheumatoid arthritis* ialah penyakit degeneratif yang dapat menurunkan produktivitas usia lanjut. Penurunan produktivitas usia lanjut terjadi karena penurunan fungsi organ sehingga akan menyebabkan kelompok usia lanjut mengalami penurunan kemampuan muskuloskeletal karena nyeri sendi dapat juga menurunkan aktivitas fisik, sehingga akan mempengaruhi lansia dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari seperti makan, minum, mandi, berpakaian dan lainnya dalam *activity daily living (ADL)* (Rohaedi, Putri, & Karimah, 2016). Rasa nyeri yang dirasakan oleh penderita *rheumatoid arthritis* dari bagian sinovial sendi, sarung tendon, serta bursa yang mengalami penebalan akibat dari radang serta adanya erosi tulang disekitar sendi (Chabib, dkk, 2016).

Lansia memiliki status fungsional yang salah satunya berupa aktivitas fisik (Ekasari, Riyasmini, dan Hartini, 2018). Aktivitas fisik tidak lepas dari aktivitas lansia sehari-hari. Lansia yang menderita *rheumatoid arthritis* jarang dilakukan pengkajian status fungsional yang mengenai *activity daily living (ADL)*. *Activity daily living (ADL)* merupakan salah satu yang mempengaruhi kemandirian lansia dalam mempertahankan hidup kesehatan dan kesejahteraan.

Kemandirian adalah kebebasan untuk bertindak, tidak bergantung pada orang lain, tidak terpengaruh pada orang lain dan bebas mengatur diri sendiri atau aktivitas seseorang baik individu maupun kelompok dari berbagai kesehatan atau penyakit (Ediawati, 2013). Kemandirian berarti tanpa pengawasan, pengarahan atau bantuan pribadi yang masih aktif. Seseorang lansia yang menolak untuk melakukan fungsi dianggap sebagai tidak

melakukan fungsi, meskipun dianggap mampu (Maryam, 2008). Kemandirian pada lansia dalam *activity daily living (ADL)* didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi-fungsi kehidupan sehari-hari yang dilakukan oleh manusia secara rutin dan universal (Ediawati, 2013).

Ketergantungan pada keluarga dapat diketahui dengan dilakukan pengkajian terhadap status fungsionalnya yaitu pemeriksaan terhadap kemampuan melakukan *activity daily living (ADL)*. Kemampuan dalam melakukan *activity daily living (ADL)* diukur dengan tingkat kemandirian dan ketergantungan lansia, baik pada lansia laki-laki maupun perempuan dengan menggunakan Indeks Katz untuk aktivitas kehidupan sehari-hari (Maryam, R. Siti, dkk, 2008).

Hasil studi pendahuluan didapatkan data jumlah lansia yang menderita *rheumatoid arthritis* di Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tepatnya di Puskesmas Payung Sekaki pada tahun 2018 angka kejadian *rheumatoid arthritis* adalah 91 lansia. Hasil studi pendahuluan pada tanggal 11 April 2019 dilakukan 10 lansia, dimana 3 lansia mengatakan mengalami kekakuan pada pagi hari, nyeri sendi saat digerakkan dan apabila terlalu banyak melakukan gerakan akan bertambahnya nyeri sendi, sehingga mengakibatkan gangguan aktivitas sehari-hari dan 5 lansia yang menderita *rheumatoid arthritis* mengatakan aktivitas sehari-harinya terganggu seperti makan yang perlu dibantu oleh keluarga untuk menyiapkan makanan yang akan dimakan, *toileting* yang harus dibantu oleh keluarga serta mandi, berpakaian dan berpindah juga perlu bantuan keluarga, sedangkan 2 lansia yang menderita *rheumatoid arthritis* mengatakan mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan mandiri. Peneliti berdasarkan fenomena tersebut tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran *activity daily living (ADL)* pada lansia yang menderita *rheumatoid arthritis*.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah desain deskriptif sederhana. Pengumpulan data dilakukan di Puskesmas Payung Sekaki Kelurahan Labuh Baru Barat. Pengambilan sampel dalam penelitian ini

menggunakan teknik *Non probability* yaitu *purposive sampling*. Dalam penentuan jumlah sampel, sampel penelitian diambil berdasarkan jumlah Posyandu Lansia Sari Kenanga 1 Kelurahan Labuh Baru Barat yang ada di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki. Pemilihan sampel dilakukan dengan cara menetapkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, kriteria tersebut yang menentukan dapat atau tidaknya sampel digunakan sebanyak 74 lansia.

Penelitian ini menggunakan instrumen *indeks katz* yang dibuat oleh Katz et al, (1963) merupakan instrumen yang mengkaji aktivitas sehari-hari pada lansia dan penyakit kronis. Katz Indeks meliputi keadekuatan pelaksanaan dalam enam fungsi seperti mandi, berpakaian, toileting, berpindah, kontinen, dan makan (Kushariyadi (2010). Kuesioner *indeks Katz* menggunakan pertanyaan yang bersifat positif (*favorable*).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan, Suku dan Lama Menderita Rheumatoid Arthritis

No	Karakteristik Responden	N	%
1	Usia		
	a. 45-59 tahun	0	00,0
	b. 60-74 tahun	56	75,7
	c. 75-90 tahun	18	24,3
2	Jenis kelamin		
	a. Laki-laki	18	24,3
	b. Perempuan	56	75,7
3	Pendidikan terakhir		
	a. SD	7	9,5
	b. SMP	40	54,1
	c. SMA	24	32,4
	d. Perguruan tinggi	3	4,1
4	Suku		
	a. Batak	3	4,1
	b. minang	38	51,4
	c. jawa	19	25,7
	d. sunda	0	00,0
	e. melayu	14	18,9
5	Pekerjaan	0	00,0
	a. PNS	7	9,5
	b. wiraswasta	58	78,4
	c. tidak bekerja	9	12,2
	d. lainnya		
6	Lama menderita RA		
	a. < 1 tahun	2	2,7
	b. > 1 tahun	72	97,3

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 74 data responden yang diambil melalui lembar kuesioner observasi di wilayah Puskesmas Payung Sekaki Kelurahan Labuh Baru Barat pada lansia dengan rheumatoid arthritis, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 56 orang (75,7%), dan berdasarkan usia sebagian besar responden berada pada usia lanjut usia dan lanjut usia tua 56 orang (75,7%), suku Minang sebanyak 38 orang (51,4), dan mayoritas responden memiliki pekerjaan dalam kategori tidak bekerja sebanyak 58 orang (78,4), dan lama menderita rheumatoid arthritis >1 tahun sebanyak 72 orang (97,3%) dengan pendidikan terakhir SMP sebanyak 40 orang (54,1%).

Tabel 2

Tingkat Kemandirian Seluruh Activity of Daily Lsiving

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
Tingkat kemandirian		
- Tergantung sedang	14	17,6
- Tergantung ringan	20	20,3
- Tergantung paling ringan	14	18,9
- Mandiri	26	43,2
	74	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 74 data responden yang diambil melalui lembar kuesioner observasi di wilayah Puskesmas Payung Sekaki Kelurahan Labuh Baru Barat pada lansia dengan rheumatoid arthritis dengan mayoritas responden memiliki seluruh tingkat kemandirian *activity of daily living* tergantung dalam kategori tergantung sedang 14 orang (17,6%), tergantung ringan 20 orang (20,3%) dan tergantung paling ringan 14 orang (18,9%) didapatkan hasil jumlah keseluruhan tingkat kemandirian *activity of daily living* tergantung sebanyak 48 orang (64,9%) dan tingkat kemandirian *activity of daily living* mandiri sebanyak 26 orang (35,1%).

Tabel 3

Tingkat Kemandirian Activity of Daily Living

aktivitas	Kemandirian activity of <i>dailyliving</i>				Total	
	Mandiri		Tergantungan			
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
Mandi	66	89,2%	8	10,8%	74	100,0
Berpakaian	69	93,2%	5	6,8%	74	100,0
Toileting	29	39,2%	45	60,8%	74	100,0
Berpindah	57	77,0%	17	23,0%	74	100,0
Kontinen	55	74,3%	19	25,7%	74	100,0
Makan	72	97,3%	2	2,7%	74	100,0

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 74 data responden yang diambil melalui lembar kuesioner observasi di wilayah Puskesmas Payung Sekaki kelurahan Labuh Baru Barat pada lansia dengan *rheumatoid arthritis* dan mayoritas responden memiliki aktivitas sehari-hari tergolong tergantung sebanyak 45 orang (60,8%) toileting, kontinen tergolong tergantung sebanyak 19 orang (25,7%), dan berpindah tergolong tergantung sebanyak 17 orang (23,0%) orang (74,3%).

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden lansia yang menderita *rheumatoid arthritis* mayoritas memiliki tingkat kemandirian tergantung dalam melakukan aktivitas sehari-hari mulai dari tingkat tergantung paling ringan, tergantung ringan, tergantung berat. Activity of daily living yang harus dibantu yaitu mandi, berpakaian, toileting, berpindah, kontinen, makan.

SARAN

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan, pembelajaran, acuan bagi pengembangan ilmu keperawatan dan menjadi evidence based bagi dunia keperawatan khususnya mengenai activity of daily living lanjut usia yang *rheumatoid arthritis*.

DAFTAR PUSTAKA

Ahdinar, A., Hasanuddin, H., & Indar, I. (2014). Faktor yang berhubungan dengan kejadian penyakit rematik pada lansia di wilayah puskesmas kassi-kassi kota Makasar. *Jurnal Ilmiah kesehatan diagnosis*, 4(2), 150-15

Al-Insyirah, L. P. P. M. (2018). Perilaku Lansia Dalam Pengobatan Rheumatoid Arthritis (Rematik) Di Kelurahan Pangkalan Kasai Kecamatan Seberida Kabupaten Indragiri Hulu Tahun 2017. *Al Tamimi Kesmas: jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences)*, 7(2), 42-51

Aspiani, R. Y. (2014). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Cv Trans Info Media

Bandiyah, S. (2009). *Lanjut usia dan keperawatn gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Dida, D. N. (2018). *Hubungan Antara Nyeri*

Reumatoid Arthritis Dengan Tingkat Kemandirian Dalam Aktivitas Kehidupan Sehari-hari Pada Pra Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesao Kabupaten Kupang. CHMK HEALTH JOURNAL, 2(3), 41-41

Ediawati. E. (2013). *Gambaran Tingkat Kemandirian dalam Activity Daily Living (ADL) dan Resiko Jatuh pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 01 dan 03 Jakarta Timur*. FIK: UI

Ekasari, Riasmini & Hartini. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*. Malang: Wineka Media

Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Gordon, N. F. (2002). *Radang sendi*. Jakarta: PT Raja Grafindo

Hardywinoto, & setiabudhi, T. (2005). *Panduan gerontologi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama

Haryono, R., & Setianingsih, S. (2013). *Awas Musuh-musuh anda setelah usia 40 tahun*. Yogyakarta: Gosyen Publisng Junaidi,

Iskandar,(2010). *Ensiklopedia Vitamin, Mineral, dan Zat Berkhasiat Lainnya*, Jakarta: BIP Kelompok Gramedia.

Husain. (2013). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari di Desa Tualango Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo*. (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Gorontalo).

Kushariyadi. (2010). *Asuhan Keperawatan pada Klien Lanjut Usia*. Jakarta: Salemba Medika

Lukman & Ningsih. (2009). *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal*. Jakarta: Salemba Medika.

Makhfudli, E. F. (2009). *Keperawatan kesehatan komunitas: Teori dan praktik dalam keperawatan*. Jakarta: Salembia Medika, 101-4.

Maulana, I. (2018). *Gambaran Depresi Lansia Penderita Rematik Di Wilayah Kerja Puskesmas Tagorong Kabupaten Garut*. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 18(1), 14-22

Muith, A. & Siyoto. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Cv Andi Offset

- Naga, S., (2013). Buku Panduan Lengkap Ilmu Penyakit Dalam. Yogyakarta: Diva Press
- Nahariani, P., Lismawati, P., & Wibowo, H. (2015). Hubungan antara Aktivitas Fisik engan Intensitas Nyeri Sendi pada Lansia di Panti Werdha Mojopahit Kabupaten Mojokerto. *Jurnal Metabolisme* Vol. 2 No. 2 April 2013, 2(2)
- Notoadmojo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, Wahyudi. (2008). Gerontik & Ggeriatrik. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Praktis jilid 4. Jakarta: Salemba Medika
- Padila. (2013). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Putri, A. A. (2018). Hubungan Jenis Makanan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Rematik pada Lanjut Usia Di Jorong Padang Bintungan Di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Baru Kabupaten Dharmasraya Tahun 2017. *Menara Ilmu*, 12(6)
- Riduwan. (2013). Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian. Bandung: Alfabeta
- iyadi, S. & Widuri. (2015). Kebutuhan Dasar Manusia Aktivitas Istirahat Diagnosis Nanda. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Rohaedi, S., Putri, S. T., & Kharimah, A. D. (2016). Tingkat kemandirian lansia dalam activities daily living di panti sosial tresna werdha senja rawi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 2(1), 16-21
- Sari, P., & Atut, A. (2013). Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia Di Dusun Blimbing Desa Sukorejo Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo (Doctoral dissertation, universitas muhammadiyah ponorogo).
- Setiadi. (2013). Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Soedarto. (2012). Alergi dan Penyakit Sistem Imun. Jakarta: CV Sagung Seto
- Subowo. (2013). Imunologi klinik Edisi ke-2. Jakarta: CV Sagung Seto
- Sugiarto, Andi. (2005). Penilaian Keseimbangan Dengan Aktivitas Sehari-hari Pada Lansia Dip Anti Werdha Pelkris Elim Semarang Dengan Menggunakan Berg Balance Scale Dan Indeks Barthel. Semarang: UNDIP.