

## PENYULUHAN SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG OSTEOARTHRITIS PADA KOMUNITAS LANSIA DI POSYANDU DESA SUTOJAYAN

<sup>1)</sup> Miranti Ika Rachmawati, <sup>2)</sup> Safun Rahmanto, <sup>3)</sup> Herdiana Ayu S.P.

<sup>1)</sup> Program Studi Profesi Fisioterapi-Universitas Muhammadiyah Malang

<sup>2)</sup> Program Studi S1 Fisioterapi-Universitas Muhammadiyah Malang

<sup>3)</sup> PUKESMAS Pakisaji- Kabupaten Malang

<sup>1,2)</sup> Jl. Bandung No. 1 Kec. Penanggungan Kec. Klojen – Kota Malang

<sup>3)</sup> Jalan Raya Pakisaji No.19, Karangduren, Kec.Pakisaji – Kabupaten Malang

E-mail : Mirantiika43@gmail.com,savun07@umm.ac.id

### ABSTRAK

Osteoarthritis (OA) adalah penyakit sendi degeneratif dan berdampak cukup besar pada individu pasien secara keseluruhan, mengakibatkan rasa nyeri, kecacatan, dan mempengaruhi aktivitas social dimasyarakat yang mempengaruhi >25% dari populasi di atas 18 tahun. Pengetahuan dan pemahaman mengenai osteoarthritis dimasyarakat sampai saat ini masih sangat kurang, oleh sebab itu penyuluhan merupakan salah satu kegiatan yang bisa dilakukan untuk menambah pengetahuan dan pemahaman mengenai osteoarthritis. Kegiatan penyuluhan yang diadakan diharapkan menambah pengetahuan serta pemahaman bagi komunitas lansia di poyandu desa Sutojayan. Metode yang digunakan dalam penyuluhan kali ini adalah dengan memberikan leaflet dan memberikan beberapa pertanyaan pretest posttest untuk mengetahui gambaran pengetahuan pada komunitas lansia di posyandu desa Sutojayan. Hasil dari kegiatan ini terdapat 15 orang yang bersedia mengikuti penyuluhan dan didapatkan hasil posttest dari peserta yang mengikuti penyuluhan mengalami peningkatan pengetahuan. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan yang dilakukan dapat memperbaiki serta menambah pengetahuan mengenai osteoarthritis.

**Kata Kunci:** Lansia, Osteoarthritis, Penyuluhan

### ABSTRACT

*Osteoarthritis (OA) is a degenerative joint disease and has a considerable impact on individual patients as a whole, resulting in pain, disability, and affecting social activities in the community affecting >25% of the population over 18 years. Knowledge and understanding of osteoarthritis in the community is still very lacking, therefore counseling is one of the activities that can be done to increase knowledge and understanding of osteoarthritis. The counseling activities held are expected to increase knowledge and understanding for the elderly community in the community health center in Sutojayan village. The method used in this counseling is to provide leaflets and provide some pretest posttest questions to find out the description of knowledge in the elderly community in the posyandu, Sutojayan village. The results of this activities there were 15 people who were willing to take part in the counseling and the posttest results from the participants who attended the counseling experienced an increase in knowledge. It can be concluded that the counseling activities carried out can improve and increase knowledge about osteoarthritis.*

**Keywords:** Counseling, Elderly, Osteoarthritis

### PENDAHULUAN

Osteoarthritis (OA) adalah penyakit sendi degeneratif dan berdampak cukup besar pada individu pasien secara keseluruhan, mengakibatkan rasa nyeri, kecacatan, dan mempengaruhi aktivitas social dimasyarakat yang mempengaruhi >25% dari populasi di atas 18 tahun. Degenerasi kartilago sendi dan pembentukan tulang baru (osteofit) pada bagian pinggir sendi, dapat menyebabkan gangguan OA berkembang secara lambat, tidak simetris dan non inflamasi, keadaan tersebut dapat mengakibatkan pecahnya biokimia articular (hyaline) tulang rawan pada sendi

sinovial lutut yang mengakibatkan kartilago sendi mengalami kerusakan [1]–[3]

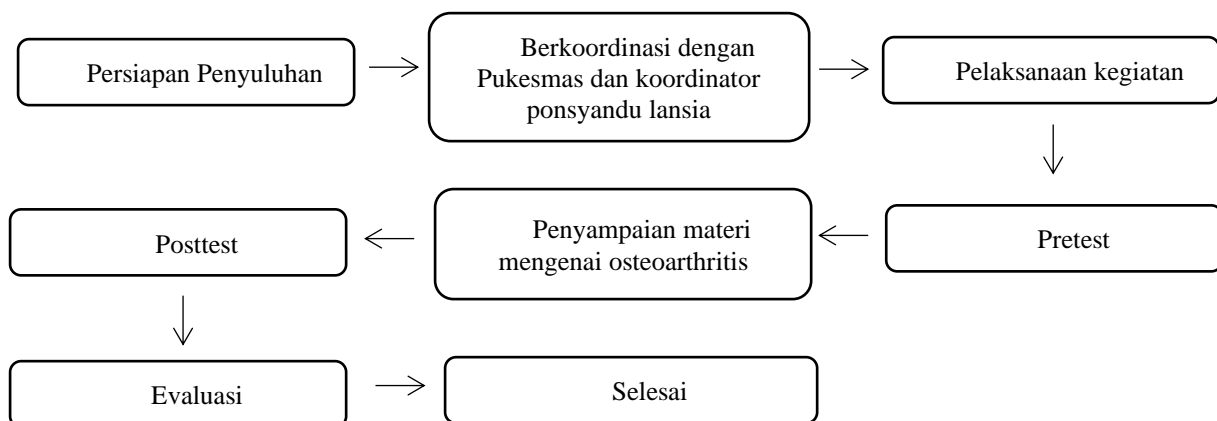
Pada tahun 2017 berdasarkan data dari WHO penderita osteoarthritis merupakan lansia dengan rentang usia >45 tahun dengan 18% wanita dan 9,6% laki-laki. Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, osteoarthritis (OA) atau radang sendi menjadi penyakit sendi yang paling umum terjadi, terdapat sekitar 7.3% penyakit sendi yang diderita merupakan osteoarthritis. Sedangkan di Jawa Timur sendiri menurut RISKESDAS tahun 2018 prevalensi penyakit sendi mencapai 6.72 %.

Beberapa faktor risiko dapat berpengaruh terhadap onset dan progresi dari osteoarthritis. Faktor risiko tersebut berupa faktor genetik, usia, gender, ras, diet, obesitas, paparan terhadap spesies oksigen reaktif, konsentrasi glukosa darah yang tinggi, adipokin, dan aktivitas fisik. Di antara seluruh faktor risiko yang sudah disebutkan di atas, faktor risiko yang paling berpengaruh terhadap osteoarthritis adalah usia [5]. Berdasarkan penelitian Cahyaningtyas (2019) ia mendapatkan bahwa secara analisis pengetahuan keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Pajang Surakarta masih sangat kurang, yang mana hal ini dapat berpengaruh penting terhadap kondisi penderita osteoarthritis yang utama nya adalah lansia. Dikarenakan tingkat pengetahuan yang masih rendah mengenai osteoarthritis pada Masyarakat terutama lansia diperlukannya peran fisioterapi sebagai pelayanan Kesehatan pada masyarakat maupun kelompok. Salah satu pelayanan pada masyarakat maupun kelompok pada fisioterapi ialah penyuluhan. Penyuluhan merupakan salah satu bentuk kegiatan yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan serta pemahaman tentang kesehatan. Selain itu penyuluhan juga berperan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat atau kelompok mengenai pencegahan dan penanganan suatu masalah kesehatan [7]

## METODE PELAKSANAAN

### Bentuk Kegiatan

Bentuk kegiatan dalam rangka meningkatkan pengetahuan tentang osteoarthritis dilakukan dalam bentuk penyuluhan, sebelum penyuluhan dilakukan observasi atau studi pendahuluan terlebih dahulu untuk mengetahui kasus terbanyak pada komunitas lansia di posyandu desa sutojayan



Gambar 1. Kerangka kerja Kegiatan

### Khalayak Sasaran dan Tempat

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan diposyandu lansia yang berlokasi didesa sutojayan. Sasaran khalayak pada penyuluhan ini merupakan peserta posyandu lansia didesa sutojayan yang bersedia mengikuti penyuluhan. Posyandu ini diadakan sebulan sebulan 3 kali sebulan dengan 3 pos posyandu yaitu pada hari rabu di setiap minggu nya



Gambar 1. Lokasi Desa Sutojayan

### Pelaksanaan

Pada pelaksanaan kegiatan ini, dilakukan dengan memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai osteoarthritis dengan metode penyuluhan, demonstrasi dan latihan yang bisa dilakukan dirumah serta tanya jawab. Adapun materi yang disampaikan mengenai pengertian osteoarthritis, faktor resiko apa saja yang bisa menyebabkan osteoarthritis, gejala yang yang mungkin timbul pada penderita osteoarthritis, peran fisioterapi dalam penanganan osteoarthritis serta latihan yang bisa dilakukan di rumah untuk mengurangi gejala osteoarthritis.

### HASIL

Pada stase komunitas ini dilakukan kegiatan penyuluhan yang berupa penyuluhan mengenai osteoarthritis kepada lansia yang menjadi peserta posyandu lansia didesa sutojayan yang berjumlah 15 orang yang bersedia mengikuti penyuluhan



Gambar 2. Penyuluhan Osteoarthritis

Pelaksanaan penyuluhan di lakukan dengan tujuan untuk menyelesaikan stase komunitas pada program profesi fisioterapi yang diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan serta referensi bagi tempat penyuluhan mengenai osteoarthritis dan penanganan gejala secara mandiri dirumah. Sebelum dilakukan penyuluhan dipeserta diberikan pretest untuk mengetahui gambaran pengetahuan peserta mengenai osteoarthritis secara umum, dan penangan nya, selanjutnya perserta di berikan penyuluhan dan kembali diberikan posttest untuk mengetahui gambaran pengetahuan setelah diberikan penyuluhan. Adapun gambaran karakteristik peserta dapat dilihat pada tabel 1 dan hasil pretest dan posttest dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 1.** Gambaran Karakteristik Peserta

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Perempuan	15	100%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Tabel 2.** Hasil Sebelum dan Setelah dilakukan Penyuluhan

	Sebelum dilakukan Penyuluhan			Sesudah dilakukan Penyuluhan		
	Perempuan	n	%	Perempuan	n	%
<b>Baik</b>	2	2	13,33%	6	6	40%
<b>Sedang</b>	5	5	33,33%	9	9	60%
<b>Buruk</b>	8	8	53,33%	0	0	0
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil pretest dan posttest yang sudah dilakukan sebagaimana yang tersaji pada pada tabel 2 dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan penyuluhan dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan tentang osteoarthritis terutama untuk peserta penyuluhan pada posyandu lansia didesa sutojayan. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Rosadi (2021) yang menyatakan peningkatan gambaran pengetahuan komunitas yang diberikan penyuluhan, serta penelitian lain dari Rosadi (2019) yang menyatakan peningkatan pada gambaran pengetahuan masyarakat mengenai osteoarthritis setelah diberikan promosi kesehatan yang juga membuat penelitian mengenai gambaran pengetahuan lansia

## KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan dapat memperbaiki serta menambah pengetahuan serta pemahaman tentang osteoarthritis serta dapat membantu lansia dalam menjaga dan juga mengetahui penanganan yang tepat kedepannya. Diharapkan program penyuluhan yang dilakukan secara rutin bermanfaat bagi keberlangsungan kegiatan promotif, preventif maupun kuratif kedepannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] T. T. Marlina, "Efektivitas latihan lutut terhadap penurunan intensitas nyeri pasien osteoarthritis lutut di yogyakarta," *J. Keperawatan Sriwij.*, vol. 2, no. 2355, pp. 44–56, 2015.
- [2] B. Sasono, A. A. Nova, and D. N. S. S. Dewi, "Faktor Dominan Pada Penderita Osteoarthritis Di RSUD dr. Mohamad Soewandhie, Surabaya, Indonesia," *J. Med. Udayana*, vol. 9, no. 11, pp. 1–7, 2020.
- [3] P. Sananta, A. Rahmanda, D. Widasmara, and E. N. Fuzianingsih, "Correlation between severity of knee osteoarthritis with gender of patients in Secondary Referral Hospital in

- Indonesia,” *Med Glas*, vol. 19, no. April, pp. 224–228, 2022, doi: 10.17392/1494-22.
- [4] RISKESDAS, “laporan RISKESDAS 2018,” 2019. [Online]. Available: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>.
- [5] G. Musumeci, F. C. Aiello, M. A. Szychlińska, M. Di Rosa, P. Castrogiovanni, and A. Mobasher, “Osteoarthritis in the XXIst century: Risk factors and behaviours that influence disease onset and progression,” *Int. J. Mol. Sci.*, vol. 16, no. 3, pp. 6093–6112, 2015, doi: 10.3390/ijms16036093.
- [6] P. Y. Cahyaningtyas, “Gambaran Pengetahuan Keluarga Tentang Cara Penanganan Radang Sendi (Osteoarthritis) Di Komunitas,” 2019.
- [7] KEMENKES, “Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 65 Tahun 2015 Tentang Standar Pelayanan Fisioterapi,” no. 1662, 2015.
- [8] R. Rosadi, A. Maburur, S. Sunaringsih, and I. Wardoyo, “Pelaksanaan Fisioterapi Komunitas Dalam Upaya Meningkatkan Kesadaran Tentang Cedera Olahraga Pada Pemain Bola Voli Putri Generasi Muda Juara Laut,” *J. Pengabd. Masy. Ipteks*, vol. 7, no. 2, pp. 242–246, 2021.
- [9] R. Rosadi, A. Aulianti, S. Sunaringsih, I. Wardoyo, and T. H. Wardoyo, “Mengenal Penyakit Osteoarthritis Genu Di RSUD Dr . Murjani Sampit ; Community-Based Rehabilitation,” 2019.