
OSTEOARTHRIRIS PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA DUSUN CEPIRING**Oleh****Musdalifa¹, Nurul Aini Rahmawati², Dike Dwi Ronawati³****¹Program Studi Profesi Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia****² Program Studi S1 Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia****³ Puskesmas Dau****Email: [1musdalifaifa303@gmail.com](mailto:musdalifaifa303@gmail.com)**

Article History:*Received: 15-07-2023**Revised: 19-07-2023**Accepted: 18-08-2023***Keywords:***Ballottement test, Lansia,
Terapi Latihan*

Abstract: Lansia biasanya akan mengalami penurunan fungsi tubuh hal ini akan menyebabkan beberapa gangguan pada lansia salah satunya adalah gangguan osteoarthritis. Osteoarthritis merupakan penyakit tersering yang menyebabkan timbulnya nyeri dan disabilitas gerakan pada populasi usia lanjut. Penyakit ini menyebabkan nyeri dan disabilitas padapasien sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari. Ballottement test dilakukan untuk mengetahui adanya gangguan osteoarthritis yang disebabkan oleh kerusakan pada tulang rawan dan sendi.kondisi ini terjadi ketika tulang rawan yang merupakan bantalan pelindung tulang kehilangan elastisitasnya. Akibatnya, terjadi gesekan pada antartulang yang membuatnya lebih rentan mengalami kerusakan dan menyebabkan radang sendi. Ballottement test dilakukan pada lansia yang memiliki usia rata-rata 60 tahun keatas dengan jumlah 25 lansia atau lebih dari 50% lansia mengalami gangguan osteoarthritis. Untuk penanganan osteoarthritis menggunakan terapi latihan exercise dan strengthening exercise untuk mengurangi rasa nyeri pada gangguan osteoarthritis.

PENDAHULUAN

Seseorang dikatakan sudah mencapai usia lanjut adalah orang yang mencapai usia 60 tahun lebih, menurut WHO usia lanjut di bagi menjadi berbagai golongan sebagai : a) usia 45 – 60 tahun disebut dengan *middle* ; b) usia 61 – 75 tahun di sebut *alderly* ; c) usia lebih dari 90 tahun disebut *old*. Usia lanjut adalah tahap akhir pada proses bertambahnya usia yang memiliki dampak pada berbagai aspek pada kehidupan salah satunya, penurunan fungsi fisik dan rentan terhadap penyakit.

Manusia akan mengalami proses penuaan yang mana proses ini di tandai dengan menurunnya kemampuan jaringan pada tubuh untuk memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi dan strukturnya. Penurunan fungsi pada tubuh akan menyebabkan kehilangan daya tahan tubuh lalu akan mengalami penurunan masa otot. Selain itu lansia juga akan

mudah terserang suatu penyakit karena adanya penurunan sistem kekebalan pada tubuh. beberapa penyakit yang sering di alami oleh para lansia diantaranya adalah Diabetes melitus, stroke, hipertensi dan banyak lagi. Selama masa penuaan fungsi organ tubuh akan semakin menurun begitu pula aktivitas yang di jalani, serta beberapa lansia mungkin akan mengalami banyak masalah kesehatan yang mungkin akan berdampak pada gangguan osteoarthritis pada lansia. Beberapa masalah kesehatan yang terjadi dan mengakibatkan gangguan osteoarthritis adalah adanya perubahan anatomi pada tubuh yaitu muskuloskeletal yang mengalami penurunan kekuatan, sistem visual yang mengalami perubahan seperti adanya minus, katarak dan sebagainya, proprioseptif dan vestibular yang terganggu, adanya perubahan psikologis seperti kecemasan dan ketakutan.

Tes Ballottement untuk melihat apakah ada cairan di dalam lutut. Pada pemeriksaan posisi tungkai full ekstensi. Prosedurnya, recessus suprapatellaris di kosongkan dengan menekannya satu tangan, dan sementara itu dengan jari tangan lainnya patella ditekan ke bawah. Dalam keadaan normal patella itu tidak dapat ditekan ke bawah: dia sudah terletak di atas kedua condyli dari femur. Bila ada (banyak) cairan di dalam lutut, maka patella sepertinya terangkat, yang memungkinkan adanya sedikit gerakan. Kadangkadang terasa seolah olah patella mengetik pada dasar yang keras itu. Pada pemeriksaan ini hasilnya positif

METODE PENELITIAN

Kerangka Kerja Pengabdian

Metode yang digunakan yaitu dengan melakukan perkenalan kepada lansia untuk melakukan test. Test ini dilakukan dengan menggunakan test ballottement. Lansia diminta untuk tidur terlentang dan palpasi bagian bagian lutut untuk mengetahui apakah ada cairan dan berbunyi “klek” pada lutut pasien. Test ini dianggap tidak normal jika lansia mengalami nyeri saat di tekan.



Gambar 1. Ballottement Test

Target Sasaran dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan dilakukan di posyandu lansia di Cepiring Kec. lowokwaru Malang pada tanggal 18 Oktober 2022 jam 09.00-12.00 WIB.



Gambar 2. Lokasi Dusun Cepiring

Pelaksanaan

Pada kegiatan ini melakukan pengenalan pada lansia yang ada di posyandu sebelum melakukan test ballottement dan intervensi akan dilakukan anamnesis untuk mengetahui apakah ada keluhan lain. Setelah dilakukan test dan dilakukan pencatatan.



Gambar 3. Pelaksanaan Terapi Latihan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan untuk mengetahui seberapa banyak gangguan osteoarthritis yang di derita lansia di posyandu. Test ini dilakukan setelah melakukan beberapa

anamnesis seperti menanyakan nama, usia, alamat, dan gangguan lain sedang atau telah terjadi pada lansia. Dan melakukan latihan exercise dan strengthening exercise. Pada Latihan ini pasien di pandu oleh terapis.

Terapi latihan ini dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri dan kaku pada gangguan osteoarthritis pada lansia. Latihan ini merupakan latihan manual yang bisa di gunakan untuk mencegah terjadinya resiko gangguan osteoarthritis pada lansia. Serta mencegah adanya gangguan lain pada lansia yang dapat menyebabkan kan tubuh menjadi tidak sehat, selain itu dapat juga menyebabkan gangguan psikis seperti adanya ketakutan jatuh pada lansia.

Setelah melakukan pada semua lansia di posyandu dengan jumlah lansia sebanyak 25 orang dengan usia rata-rata lebih dari 60 tahun. setelah dilakukannya test pada lansia dan melakukan observasi di dapat bahwa 15 dari 25 lansia memiliki gangguan osteoarthritis. jumlah yang cukup banyak dari keseluruhan lebih dari 50% lansia yang ada di posyandu mengalami gangguan osteoarthritis. hal ini memiliki penyebab yang beragam mulai dari nyeri dan kaku.

KESIMPULAN

Setelah dilakukannya ballottement test pada lansia di desa cepiring bahwa lebih dari 50% lansia di posyandu tersebut memiliki gangguan osteoarthritis.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] T. Marlina, “Efektivitas Latihan Lutut Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Osteoarthritis Lutut di Yogyakarta,” *J. Keperawatan Sriwij.*, vol. 2, no. 1, pp. 44–56, 2015.
- [2] S. S. Ika Wardoyo, R. Rosadi, S. Amanati, and Y. W. Putra, “Efektifitas Modalitas Latihan Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Lutut Di Kota Malang,” *Physiother. Heal. Sci.*, vol. 2, no. 2, pp. 39–49, 2021.
- [3] D. Zurrahmi Z.R, “Pada Mahasiswa Akhir S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2021,” 2021.
- [4] A. D. Pratama, “RSPAD GATOT SOEBROTO Abstrak Jurnal Sosial Humaniora Terapan,” *J. Sos. Hum. Terap.*, vol. 1, no. 2, pp. 21–34, 2019.
- [5] Astutik, et al. Hubungan Kendali Glukosa Darah dengan Osteoarthritis Lutut. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*;2014;2(2).
- [6] Oisted, B., E., Holm, I., Engebretsen, L., Risberg, M., A. The association between radiographic knee osteoarthritis and knee symptoms, function and quality of life 10 – 15 years after anterior cruciate ligament reconstruction. *Br J Sports Med.* 2010;45 (7):583 – 8.
- [7] Oisted, B., E., Holm, I., Engebretsen, L., Risberg, M., A. The association between radiographic knee osteoarthritis and knee symptoms, function and quality of life 10 – 15 years after anterior cruciate ligament reconstruction. *Br J Sports Med.* 2010;45 (7):583 – 8.