

## SOSIALISASI PENCEGAHAN DAN TERAPI PENYAKIT OSTEOARTHRITIS DI MASYARAKAT DUKUH MENANGGAL SURABAYA

Asri Wido Mukti\*<sup>1</sup>, Prisma Trida Hardani<sup>2</sup>, Asti Rahayu<sup>3</sup>, Kharisma Auliya<sup>4</sup>, Rahmaniyyah Wulandari Sambada<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Farmasi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Surabaya, Jawa Timur

\*e-mail: asriwidomukti@unipasby.ac.id

### Artikel info:

Received: 19-08

Revised: 06-10

Accepted: 14-12

Publish: 21-12

### Abstract

*Osteoarthritis (OA) is the most common joint disorder and usually affects the hips, knees, hands and feet. In Indonesia, the prevalence of osteoarthritis reaches 5% at the age of 61 years. For knee osteoarthritis, the prevalence is quite high, namely 15.5% in men and 12.7% in women. Pain is usually the main symptom of Osteoarthritis. Based on the cause is divided into 2, namely primary and secondary osteoarthritis. Based on the location of the joints affected, namely: hands, knees, hips, vertebrae, feet and ankles, shoulders, elbows, temporomandibular. Clinical symptoms in Osteoarthritis that usually appear according to the 2014 IRA Recommendations are OA pain caused by 3 major causes, morning stiffness, joint motion barriers, joint swelling, disturbances in daily activities. Prevention of osteoarthritis includes maintaining weight, in the elderly using a cane as a tool, protecting joints from injury, exercising regularly. The purpose of this community service is to provide insight to the community regarding the prevention and therapy of this Osteoarthritis disease. Where after field visits to identify problems, many buy anti-pain drugs at pharmacies and consume them for a long time. Giving questionnaires conducted before and after the socialization activities, the people of Dukuh Manggal experienced an increase in knowledge by 45%. Public knowledge is also increasing in terms of using drugs to reduce pain from just letting the pain go away, then knowing about drugs that can be used to relieve pain experienced as well as treatments that can be used. This is done to nourish the bones so they don't experience pain.*

**Keywords:** Symptoms, Osteoarthritis, Prevention

### Abstrak

*Osteoarthritis (OA) adalah gangguan sendi yang paling sering dijumpai dan biasa menyerang sendi pinggul, lutut, tangan, dan kaki. Di Indonesia, prevalensi osteoarthritis mencapai 5% pada usia 61 tahun. Prevalensi OA cukup tinggi yaitu 15,5% pada pria dan 12,7% pada wanita. Nyeri biasanya adalah gejala utama dari Osteoarthritis. Berdasarkan penyebabnya dibagi menjadi 2 yaitu osteoarthritis primer dan sekunder. Berdasarkan lokasi sendi yang terkena yaitu tangan, lutut, panggul, vertebra, kaki dan pergelangan kaki, bahu, siku, temporomandibular. Gejala klinis pada OA yang biasanya muncul menurut Rekomendasi IRA tahun 2014 yaitu Nyeri OA diakibatkan oleh 3 penyebab mayor, kaku pagi, Hambatan gerak sendi, Pembengkakan Sendi, Gangguan pada aktivitas sehari-hari. Pencegahan osteoarthritis meliputi Menjaga berat badan, pada lansia gunakan tongkat sebagai alat bantu, Lindungi persendian dari cedera, Olahraga teratur. Tujuan dari dilakukannya pengabdian masyarakat ini untuk memberikan wawasan kepada masyarakat mengenai pencegahan serta terapi penyakit Osteoarthritis ini pada masyarakat dukuh menanggal. Dimana setelah*

*dilakukan kunjungan lapangan untuk identifikasi masalah banyak yg membeli obat anti nyeri di apotek dan mengkonsumsinya dalam waktu yg lama. Pemberian kuisisioner yang dilakukan sebelum dan sesudah kegiatan sosialisasi, masyarakat dukuh menanggal mengalami Peningkatan pengetahuan sebesar 45%. Pengetahuan masyarakat juga semakin bertambah dalam hal penggunaan obat untuk mengurangi rasa nyeri dari yang hanya membiarkan sampai nyerinya hilang. Sedangkan pengetahuan tentang obat yang dapat digunakan untuk meredakan nyeri yang dialami juga pengobatan yang dapat dilakukan untuk menutrisi tulang agar tidak sampai mengalami nyeri.*

**Kata Kunci:** Gejala, Osteoarthritis, Pencegahan

## 1. PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif sering terjadi pada proses penuaan, salah satunya adalah penyakit osteoarthritis. Osteoarthritis adalah gangguan pergerakan sendi. Penyakit ini bersifat kronik, berjalan progresif, tidak meradang, dan ditandai oleh adanya pengikisan rawan sendi dan pembentukan tulang baru pada permukaan sendi. Gangguan ini sedikit lebih sering terjadi pada wanita dibandingkan pria, terutama pada orang antara usia 45 tahun. Penyakit ini pernah dianggap sebagai proses penuaan yang normal, karena insidennya meningkat sebesar seiring bertambahnya usia (No & Pratama, 2019).

Osteoarthritis masih belum dapat diketahui secara pasti namun terdapat beberapa faktor risiko yang berperan yaitu: usia, jenis kelamin, genetik, kegemukan, dan penyakit metabolik serta faktor lainnya. Berat badan biasanya dikaitkan dengan pemicu timbulnya Osteoarthritis Genu. Obesitas meningkatkan beban sendi bertambah sehingga resultan gaya akan bergeser ke medial. Gejala dan tanda Osteoarthritis adalah nyeri sendi, hambatan gerak sendi, kaku pagi, pembengkakan sendi yang asimetris, tanda-tanda peradangan dan perubahan gaya berjalan (No & Pratama, 2019).

Osteoarthritis diderita oleh 151 juta jiwa di seluruh dunia dan mencapai 24 juta di kawasan Asia Tenggara. Prevalensi osteoarthritis juga terus meningkat secara dramatis mengikuti pertambahan usia penderita. Berdasarkan temuan radiologis, didapati bahwa 70% dari penderita yang berumur lebih dari 65 tahun penderita osteoarthritis.

Gejala yang timbul dari Osteoarthritis Genu membuat aktivitas fungsional seseorang terganggu, maka dari itu fungsi fisioterapi sangat penting untuk membantu mengembalikan aktivitas fungsional dan mengurangi masalah yang disebabkan oleh Osteoarthritis. Keluhan yang dirasakan pasien Osteoarthritis adalah nyeri pada sendi, terutama sendi yang menyangga berat tubuh (seperti sendi genu atau pinggang). Biasanya merasakan nyeri sendi yang semakin memburuk setelah latihan atau meletakkan beban diatas genu, yang disebabkan karena menipisnya bantalan sendi. Hal ini disebabkan oleh perubahan struktural dalam sendi, mikrofraktur tulang, dan intra artikular hipertensi akibat pembengkakan, *hipertrofi synovial*, dan menyertai sinovitis (No & Pratama, 2019).

Penatalaksanaan OA baik secara non farmakologik dan farmakologik yang semula hanya ditujukan untuk mengurangi rasa nyeri, mempertahankan atau meningkatkan fungsi gerak sendi, mengurangi keterbatasan aktivitas fisik sehari-hari, meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup seseorang terkait OA. Pengobatan osteoarthritis juga membutuhkan edukasi dan modifikasi gaya hidup, tatalaksana rehabilitasi medis atau bahkan pembedahan. Diperlukan pemahaman dari tenaga kesehatan agar penatalaksanaan osteoarthritis dapat lebih baik, menyeluruh, dan pasien mendapat pilihan terapi yang tepat agar nyeri dan kualitas hidup pasien dapat lebih baik (Perhimpunan Reumatologi Indonesia, 2014). Dengan meningkatnya jumlah kasus osteoarthritis di Indonesia hingga 2 juta kasus per tahun dan setelah dilakukan kunjungan lapangan untuk identifikasi masalah banyak yang membeli obat anti nyeri di apotek di sekitar daerah Dukuh Menanggal dan mengkonsumsinya dalam waktu yg lama. Hal ini

yang mendasari kami agar memberikan edukasi dan sosialisasi kepada masyarakat perihal pencegahan osteoarthritis dan penanganannya sehingga diharapkan dapat mengurangi resiko terjadinya osteoarthritis.

## 2. METODE

Pada kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, metode yang dilakukan adalah :

1. Pengenalan masalah Identifikasi masalah yang dihadapi dalam pengabdian pada masyarakat.
2. Perumusan masalah yang dihadapi masih kurangnya pengetahuan mengenai penyuluhan Osteoarthritis.
3. Identifikasi pemecahan masalah Tim pelaksana kegiatan melakukan diskusi dengan mitra untuk penyelesaian masalah.
4. Pemilihan pemecahan masalah Tim pelaksana melaksanakan pemecahan masalah yang di hadapi oleh mitra dengan memberikan penyuluhan mengenai Osteoarthritis terhadap masyarakat Dukuh Menanggal 4, Surabaya
5. Perencanaan penerapan Perencanaan dilakukan oleh tim pelaksana bersama dengan pengurus.
6. Pelaksanaan kegiatan meliputi :
  - a. Pembukaan.
  - b. Pengisian Pre-Test
  - c. Penyampaian materi.
  - d. Diskusi/ Tanya jawab.
  - e. Pengisian Post-Test
  - f. Penutup

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan Sosialisasi kesehatan yang dilaksanakan pada tanggal 08 juli 2022 kepada warga Dukuh Menanggal 4 Surabaya ini dilaksanakan secara langsung dengan tujuan untuk Pencegahan dan Terapi Penyakit Osteoarthritis. Sebelum pemaparan materi kami terlebih dahulu mengukur tingkat pengetahuan dari masyarakat yang hadir mengenai penyakit osteoarthritis dengan memberikan kuisioner (*pre test*). Setelah itu kami berikan kuisioner kedua (*Post-test*) untuk menilai ada tidaknya peningkatan pemahaman masyarakat terhadap materi osteoarthritis.

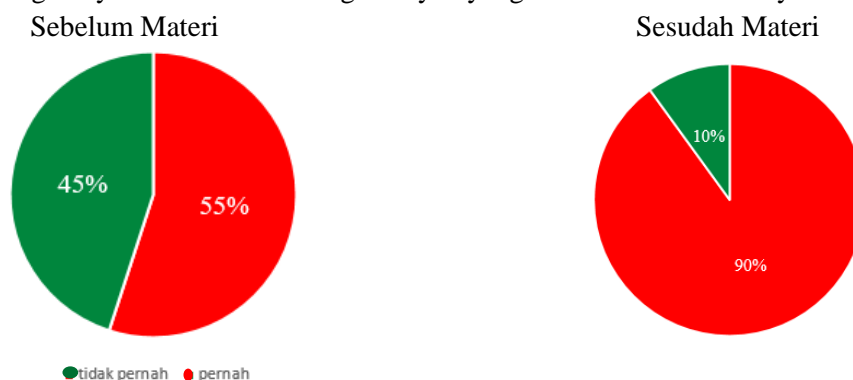
Dari hasil kuisioner sebelum pemaparan materi dan setelah pemaparan materi. Terdiri atas identitas warga dan 6 pertanyaan yang merupakan pengetahuan warga tentang penyakit Osteoarthritis

Tabel 1. Peserta Sosialisasi

Identitas		Total Responden : 20	
Jenis	Kategori	Jumlah	Persen (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	0	0 %
	Perempuan	20	100%
Usia	27 – 37	3	15 %
	38 – 49	7	35 %
	50 – 60	8	40 %
	61 – 71	2	10 %
Pendidikan Terakhir	SD	5	25 %
	SMP	3	15 %

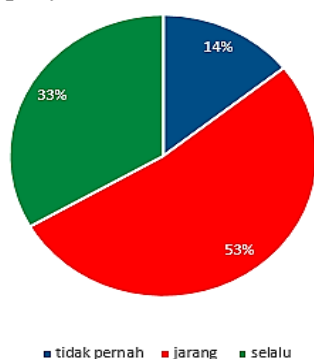
	SMA	11	55 %
	D3	1	5 %
<b>Pekerjaan</b>	Ibu Rumah Tangga	19	95 %
	Pedagang	1	5 %

Pada tabel 1. Dapat diketahui jumlah peserta yang mengikuti acara ini yaitu Perempuan dengan usia paling dominan di usia anatar 50 -60 tahun yaitu sebanyak 40 % , usia 38 – 49 (35%) , usia 27-37 (15%), dan usia 61-71 (10%). Tingkat pendidikan terakhir warga paling banyak yaitu SMA (55%). Dan pekerjaan warga sebagai ibu rumah tangga (95%). Sehingga menunjukkan bahwa diperlukan edukasi dan informasi yang banyak dikarenakan warga banyak yang melakukan aktifitasnya didalam rumah.



Gambar 1. Pemahaman Peserta Mengenai Materi

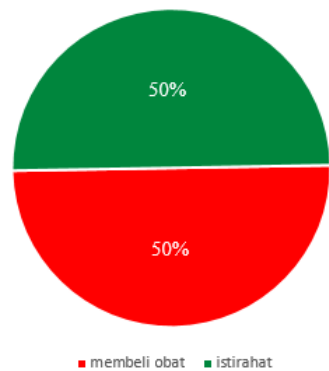
Pada Gambar 1. mengenai pernah atau tidak nya mendengar mengenai penyakit Osteoarthritis sebelum sosialisasi sebanyak 55% orang telah mengenal osteoarthritis dan sebanyak 45% masih belum mengetahui tentang osteoarthritis, banyak warga yang sudah mengetahui tentang osteoarthritis sehingga memudahkan kami untuk menjelaskan lebih dalam mengenai penyakit osteoarthritis ini, setelah dilakukan penyampaian materi sebanyak 90% responden mengetahui tentang osteoarthritis ini yang mana menunjukkan bahwa acara sosialisasi memberikan dampak yang baik pada warga dukuh menanggal untuk mengetahui tentang penyakit ini.



Gambar 2. Mengalami Rasa Nyeri

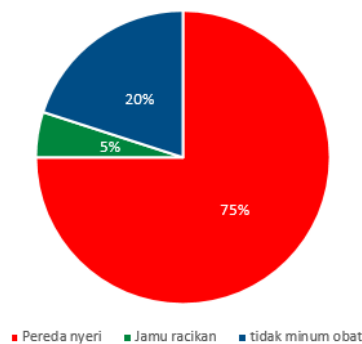
Pada Gambar 2. responden yang sudah menjawab kuisisioner dapat diketahui bahwa presentase terbesar sebanyak 53% jarang responden mengalami nyeri bagian lutut, pinggang dan tangan, sebanyak 33% dari responden selalu merasakan nyeri pada bagian lutut pinggang dan tangan, dan sebanyak 14% responden tidak pernah mengalami nyeri pada bagian lutut, pinggang dan tangan mereka. Pertanyaan ini berguna untuk mengetahui apakah gejala yang dialami oleh responden sebelum dilakukannya

penyampaian materi tentang penyakit Osteoarthritis. Menurut Paerunan *et al.*, (2019) lokasi tersering terjadinya nyeri yaitu pada bagian lutut, pinggang, tangan.



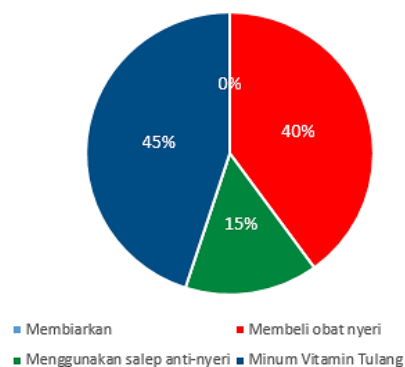
Gambar 3. Hal yang dilakukan ketika mengalami Nyeri

Pada Gambar 3. ini bermanfaat untuk mengetahui aktifitas yang dilakukan oleh ke-20 responden saat mengalami gejala dari penyakit Osteoarthritis. Presentase yang sebanding didapatkan mengenai pertanyaan ini yaitu sebanyak 50% responden membeli obat untuk meredakan nyeri yang dialaminya dan 50% melakukan istirahat untuk meredakan atau menghilangkan nyeri yang dialami.



Gambar 4. Obat yang diminum

Pada Gambar 4. dilakukan untuk mengetahui pemahaman responden mengenai obat-obatan yang dikonsumsi untuk meredakan rasa nyeri yang dialami yaitu tingkat presentase tertinggi sebanyak 75% responden telah banyak menggunakan obat nyeri untuk mengatasi nyeri yang dialami, sebanyak 20% responden membiarkan rasa nyeri yang mereka alami, dan 5% dari responden meminum jamu racikan untuk mengatasi nyeri yang mereka alami.



Gambar 5. Hasil setelah penyampaian materi

Setelah disampaikan materi peningkatan pengetahuan responden mengenai obat-obatan yang harus dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami yaitu sebanyak 40% membeli obat nyeri, 35% responden akan memberikan obat nyeri untuk meredakan nyerinya dan meminum vitamin untuk menjaga sendi, dan 15% responden akan menggunakan salep anti-nyeri untuk meredakan nyerinya. Dari pertanyaan ini kita dapat mengetahui bahwa responden memahami tentang terapi obat untuk penyakit osteoarthritis. Menurut Herowati (2014) untuk terapi osteoarthritis menggunakan obat nyeri diantaranya acetaminophen, glucosamin, dan sediaan topikal yang mengandung capsaicin.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan terapi penyakit Osteoarthritis. Tujuan tersebut dapat dinyatakan tercapai dengan menggunakan indikator atau parameter adanya peningkatan nilai dari jawaban pre test dan post test yang telah dibagikan kepada peserta yang hadir.



Gambar 6. Proses pemaparan Materi Sosialisasi



Gambar 7. Foto Bersama Peserta

#### 4. KESIMPULAN

Dari Kegiatan pengabdian pada masyarakat tentang penyakit Osteoarthritis yang di tunjukan kepada masyarakat Dukuh Menanggal gang 4 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Masyarakat Dukuh Menanggal gang 4 paham akan penyakit Osteoarthritis (peningkatan sebesar 45% dari sebelum dilakukan sosialisasi).
2. Masyarakat lebih mengerti hal yang harus dilakukan saat mengalami nyeri sebelum disampaikan materi 50% masyarakat melakukan istirahat saja untuk mengalami nyeri dan 50% lagi meminum obat nyeri untuk meredakan nyeri yang dialami.

3. Sebanyak 20% masyarakat membiarkan nyeri yang mereka alami dan 5% meminum jamu racikan untuk meredakan nyerinya dan sisanya meminum obat pereda nyeri, setelah disampaikannya materi masyarakat lebih mengerti obat yang harus diminum untuk meredakan nyerinya seperti meminum paracetamol, dan untuk mencegah kekakuan sendi dapat meminum vitamin tulang, juga mengoleskan salep pada bagian yang nyeri.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kegiatan ini tidak dapat berjalan lancar tanpa dukungan dari pihak terkait oleh karena itu kami mengucapkan terimakasih kepada para pihak yang telah mendukung program pengabdian ini sehingga dapat terselenggara dengan baik dan lancar yaitu dukungan dari Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas PGRI Adi Buana Surabaya atas fasilitas yang telah disediakan dan mitra kami yaitu Masyarakat Dukuh Menanggal 4, Surabaya.

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Andriyasa, K., Tjokorda Raka Putra. 2012. Korelasi antara derajat beratnya osteoarthritis lutut dan cartilage oligomeric matrix protein serum. *Jurnal Penyakit Dalam*: 13(1): 11.
2. Arismunandar, R. (2015) 'The Relations Between Obesity and Osteoarthritis Knee in Elderly Patients', *J Majority*, 4(5), pp. 110–116.
3. Herowati R. 2014. Obat dan Suplemen Untuk Osteoarthritis. *Jurnal Pharmacy*. Volume 11 nomor 01. Surakarta.
4. No, V., & Pratama, A. D. (2019). Intervensi Fisioterapi pada Kasus Osteoarthritis Genu di RSPAD Gatot Soebroto. *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 1(2), 21–34. <https://doi.org/10.7454/jsht.v1i2.55>
5. Pareunan C., Gessal J., Sangkey L. 2019. Hubungan Anatara Usia dan Derajat Kerusakan Sendi Pada Osteoarthritis Lutut di Instalasi Rehabilitasi Medik RSUP.PROF. DR. R. D. KANDOU MANADO. *Jurnal Medik dan Rehabilitasi*. Volume 1 Nomor 3. Manado.
6. Perhimpunan Reumatologi Indonesia. (2014). Rekomendasi IRA untuk Diagnosis dan Penatalaksanaan Osteoarthritis. In *Divisi Reumatologi Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI/RSCM*.
7. Perhimpunan Reumatologi Indonesia. 2014. Rekomendasi IRA untuk Diagnosis dan Penatalaksanaan Osteoarthritis. Divisi Reumatologi Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI/RSCM; Jakarta. Hal. 1 – 3.
8. Soeroso, J., Isbagio, H., Kalim, H., Broto, R., Pramudiyo, R., Osteoarthritis. In: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiati S, editors. 2006. Buku ajar ilmu penyakit dalam. 4th ed. Jakarta: Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
9. Suhendrio, 2014. PENGARUH SENAM REMATIK TERHADAP PENGURANGAN RASA NYERI PADA PENDERITA OSTEOARTRITIS LUTUT DI KARANGASEM SURAKARTA. Surakarta: Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Jamu.
10. Susilawati, Indri, dkk. 2015, Latihan Closed Kinetic Chain Lebih Baik Dari pada Open Kinetic Chain untuk Meningkatkan Kemampuan Fungsional Pada Osteoarthritis Lutut Setelah Pemberian Micro Wave Diathermy (MWD) dan Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS), *Sport and Fitness Journal* Volume 3, No. 1 : 26-34, Januari 2015
11. Wijaya, S. (2018). Osteoarthritis Lutut. *Cdk*, 45(6), 424–429.