BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nyeri sendi merupakan kondisi yang sering dialami oleh lansia dan umumnya berkaitan dengan penyakit degeneratif. Proses degeneratif tersebut menyebabkan berkurangnya cairan sinovial pada sendi, sehingga memicu timbulnya rasa nyeri dan kekakuan sendi. Kondisi ini dapat mengganggu kenyamanan dan fungsi gerak lansia (Rahmiati et al., 2018). Tahun 2019 diperkirakan sekitar 528 juta penduduk dunia hidup dengan nyeri sendi akibat *osteoartritis*, jumlah ini meningkat sebesar 113% dibandingkan tahun 1990. Sebagian besar penderita nyeri sendi, yaitu sekitar 73% berusia di atas 55 tahun, dengan perempuan mencakup sekitar 60% dari total kasus. Nyeri pada lutut merupakan lokasi yang paling sering terdampak dengan prevalensi mencapai 365 juta kasus, diikuti oleh nyeri panggul dan tangan. Selain itu, sekitar 344 juta individu dengan nyeri sendi, mengalami derajat keparahan sedang hingga berat (World Health Organization, 2023). Keluhan nyeri sendi tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis, emosional, serta partisipasi lansia dalam aktivitas sosial sehari-hari. Kondisi ini menunjukkan bahwa nyeri sendi merupakan permasalahan kesehatan yang umum dialami lansia dan memerlukan penanganan yang berkelanjutan. Lingkungan panti sebagai tempat lansia tinggal dan beraktivitas sehari-hari dapat menjadi sarana penting dalam upaya deteksi dini, pencegahan, serta pembekalan kesehatan terkait nyeri sendi (Njoto et al., 2024).

Keseharian lansia terhadap nyeri tidak hanya ditentukan oleh intensitas keluhan, tetapi juga oleh kemampuan masing-masing individu dalam melakukan mekanisme koping. Mekanisme koping merupakan bentuk respons individu dalam menghadapi berbagai masalah atau beban yang dirasakan. Respons ini digunakan untuk mengurangi atau mengendalikan tekanan yang dapat memicu terjadinya stress (Rachmah dan Rahmawati, 2019). Berdasarkan teori Lazarus dan Folkman dan Pengembangan model Endler dan Parker, strategi koping dapat dikelompokkan menjadi tiga pendekatan utama, yaitu *problem-focused coping* (koping berfokus pada masalah), *emotion-focused coping* (koping berfokus pada emosi), dan avoidance coping (koping penghindaran/tidak menyelesaikan masalah) (Fitrianti et al., 2025). Mekanisme Koping merupakan upaya yang dilakukan individu untuk menghadapi stresor yang berasal dari dalam diri maupun lingkungan. Proses ini mencakup perilaku pemecahan masalah yang bertujuan membantu individu mencapai keseimbangan kondisi (Djalaluddin et al., 2021). Pemilihan strategi koping ini dipengaruhi oleh persepsi lansia terhadap stressor berupa nyeri serta kemampuan mereka dalam menilai situasi yang dianggap mengganggu keseharian.

Fenomena terkait mekanisme koping lansia terhadap nyeri sendi terlihat jelas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di panti, sebagian besar lansia dilaporkan mengalami keluhan nyeri sendi yang memengaruhi aktivitas sehari-hari. Menurut keterangan petugas panti, cara yang paling sering dilakukan lansia untuk menghadapi nyeri

tersebut cenderung bersifat pasif, seperti memilih beristirahat, menghindari aktivitas, atau tidak mengikuti kegiatan yang disediakan. Pola koping seperti ini berpotensi membatasi keterlibatan lansia dalam aktivitas panti dan memengaruhi kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran mekanisme koping yang digunakan lansia dalam menghadapi nyeri sendi.

Pada penelitian (Droppert dan Knowles, 2023), nyeri kronis pada penderita fibromyalgia terbukti berhubungan dengan meningkatnya distres psikologis, persepsi negatif terhadap penyakit, serta penurunan kualitas hidup, yang menunjukkan bahwa nyeri kronis merupakan stresor yang berdampak pada kondisi psikologis individu. Instrumen Brief COPE digunakan untuk menilai berbagai respons koping individu dalam menghadapi stres, termasuk stres yang berasal dari kondisi nyeri kronis. Penggunaan koping yang tidak adaptif diketahui berhubungan dengan meningkatnya distres psikologis serta kecenderungan mengkatastrofikkan nyeri, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan kualitas hidup. Oleh karena itu, instrumen Brief COPE dinilai sesuai digunakan untuk mengukur mekanisme koping pada individu dengan nyeri kronis sebagai stresor, karena mampu membedakan koping adaptif dan maladaptif yang berpengaruh terhadap kondisi psikologis dan kualitas hidup.

Pada penelitian (Nandini et al., 2024), mengkaji mekanisme koping pada lansia dengan menggunakan instrumen Brief COPE sebagai alat ukur. Penelitian lain juga menempatkan mekanisme koping sebagai faktor yang berhubungan dengan pengalaman nyeri kronis melalui pendekatan analitik.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian penelitian sebelumnya lebih menekankan pada hubungan atau pengaruh mekanisme koping terhadap luaran tertentu, sehingga gambaran mekanisme koping lansia terhadap nyeri sendi secara deskriptif dalam konteks keseharian masih terbatas. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan mekanisme koping lansia dalam menghadapi nyeri sendi sebagai stresor kronis menggunakan instrumen Brief COPE yang terdiri dari 28 pernyataan dalam 14 subskala. Pendekatan deskriptif ini diharapkan mampu memberikan gambaran nyata mengenai pola koping digunakan lansia dalam kehidupan sehari-hari.

Pemilihan topik ini didasarkan pada kebutuhan untuk memahami strategi koping lansia secara lebih mendalam agar tenaga kesehatan maupun pengelola panti dapat merancang pendekatan pendampingan yang sesuai. Dengan mengetahui pola koping yang mereka gunakan intervensi dapat difokuskan pada penguatan strategi adaptif yang lebih efektif dan mendukung kemandirian. Lokasi penelitian di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar, Kabupaten Blitar dipilih karena panti ini merupakan salah satu lembaga yang menampung lansia dengan beragam kondisi kesehatan dan kebutuhan pendampingan. Keberagaman ini memberikan peluang untuk memperoleh gambaran yang lebih utuh mengenai bagaimana lansia menanggapi nyeri sendi dalam lingkungan sosial yang terstruktur. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan kontribusi ilmiah dan praktis terkait mekanisme koping lansia terhadap nyeri sendi di lingkungan pelayanan sosial.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang dan landasan teori yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yakni "Bagaimana Gambaran mekanisme koping lansia dalam mengahadapi nyeri sendi di UPT Pelayanan Sosial Trena Werdha Blitar?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi gambaran mekanisme koping yang digunakan lansia dalam menghadapi nyeri sendi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi tingkat strategi *problem-focused coping* yang digunakan lansia dalam menghadapi nyeri sendi.
b. Mengidentifikasi tingkat strategi *emotion-focused coping* yang digunakan lansia dalam menghadapi nyeri sendi.
c. Mengidentifikasi tingkat *less useful coping/avoidance coping* sebagai respons koping lansia terhadap nyeri sendi.
d. Mengidentifikasi strategi koping yang paling dominan digunakan lansia dalam mengahadapi nyeri sendi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dan mampu memberikan manfaat baik secara teoritis, praktis, dan institusional.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memperkaya pengetahuan dalam keperawatan gerontik dan psikologi kesehatan, khususnya terkait mekanisme koping lansia terhadap nyeri sendi.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan membantu tenaga kesehatan, terutama perawat, dalam mengenali pola koping yang digunakan lansia saat menghadapi nyeri sendi. Informasi tersebut dapat digunakan sebagai dasar penyusunan intervensi nonfarmakologis, edukasi, serta dukungan psikososial yang sesuai kebutuhan lansia.

3. Manfaat Institusional

Bagi institusi pendidikan dan UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar temuan penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam perencanaan program pembinaan lansia, dokumentasi keperawatan, maupun intervensi promosi kesehatan terkait manajemen nyeri.