

ABSTRAK

Farah Ferennisa (2023). *Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis (Rematik) di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Karya Wanita*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Masnun, SST, S.Kep, M.Biomed, (II) Ns. Hj. Rusherina, S.Pd, S.Kep, M.Kes.

Rheumatoid Arthritis atau rematik merupakan suatu penyakit pada sistem muskuloskeletal yang umumnya sering dijumpai pada lansia. Rematik adalah penyakit inflamasi kronis autoimun, dimana imun seseorang bisa terganggu dan dapat menyebabkan hancurnya organ sendi dan lapisan pada sinovial, terutama pada tangan, kaki, dan lutut. Gejala yang sering timbul pada penderita rematik adalah peradangan sendi yang ditandai dengan pembengkakan sendi, warna kemerahan, panas, nyeri sendi dan terjadinya gangguan gerak. Salah satu teknik nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri sendi pada penderita rematik adalah melakukan senam rematik. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana penerapan senam rematik untuk menurunkan tingkat nyeri sendi pada lansia dengan rematik. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang lansia yang menderita rematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan senam rematik selama 7 hari dengan frekuensi satu hari sekali selama 15 menit, didapatkan penurunan skala nyeri pada kedua subjek. Kesimpulan pada studi kasus ini bahwa senam rematik dapat menurunkan skala nyeri.

Kata Kunci : Rematik, Nyeri Sendi, Senam Rematik

ABSTRACT

Farah Ferennisa (2023). Application of Rheumatic Exercise to Reducing Joint Pain in the Elderly with Rheumatoid Arthritis (Rheumatism) in the Work Area of Karya Wanita Health Center. Scientific Paper Case Study, DIII Nursing Study Program Pekanbaru, Department of Nursing, Health Polytechnic, Riau Ministry of Health. Supervisor (I) Ns. Masnun, SST, S. Kep, M. Biomed, (II) Ns. Hj. Rusherina, S.Pd, S.Kep, M.Kes.

Rheumatoid Arthritis or rheumatism is a disease of the musculoskeletal system which is commonly found in the elderly. Rheumatism is an autoimmune chronic inflammatory disease, in which a person's immune system can be compromised and can cause destruction of the joints and lining of the synovial organs, especially in the hands, feet and knees. Symptoms that often arise in people with rheumatism are joint inflammation which is characterized by joint swelling, redness, heat, joint pain and movement disorders. One of the non-pharmacological techniques that can be used to reduce joint pain in people with arthritis is to do rheumatic gymnastics. The purpose of this case study is to describe how the application of rheumatic gymnastics can reduce the level of joint pain in the elderly with rheumatism. This type of research was descriptive using qualitative research methods which were conducted on April 14-20 2023. The subjects in this study were two elderly people who suffer from arthritis. The results showed that after the application of rheumatic gymnastics for 7 days with a frequency of once a day for 15 minutes, there was a decrease in the pain scale in both subjects. The conclusion in this case study is that rheumatic gymnastics can reduce pain scale.

Keyword : Rheumatoid Arthritis, Joint Pain, Rheumatic Gymnastics