

**PENERAPAN SENAM REMATIK TERHADAP PENURUNAN
NYERI SENDI PADA LANSIA DENGAN *RHEUMATOID
ARTHRITIS* (REMATIK) DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS RUMBAI**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**MAYA FITRIA SARI
NIM. P032114401106**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

**PENERAPAN SENAM REMATIK TERHADAP PENURUNAN
NYERI SENDI PADA LANSIA DENGAN *RHEUMATOID
ARTHRITIS* (REMATIK) DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS RUMBAI**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

**MAYA FITRIA SARI
NIM. P032114401106**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



NAMA : MAYA FITRIA SARI
TEMPAT/ TANGGAL LAHIR : MINAS/ 31 MEI 2003
JENIS KELAMIN : PEREMPUAN
AGAMA : ISLAM
ALAMAT : JL. YOS SUDARSO GG
KCHATULISTIWA
NAMA ORANGTUA
AYAH : EDIZAL
IBU : NURBAITI

RIWAYAT PENDIDIKAN

NO	JENJANG PENDIDIKAN	TEMPAT PENDIDIKAN	TAHUN LULUS
1.	TK MIFTAHUL JANNAH	MINAS	2009
2.	SDN 03 MINAS BARAT	MINAS	2015
3.	MTSN 02 PEKANBARU	PEKANBARU	2018
4.	MAN 1 PEKANBARU	PEKANBARU	2021
5.	POLTEKKES KEMENKES RIAU	PEKANBARU	2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maya Fitria Sari

NIM : P032114401106

Program Studi : DIII Keperawatan

Instansi : Kemenkes Poltekkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 20 Mei 2024

Pembuat Pernyataan



Maya Fitria Sari

Mengetahui :

Pembimbing Utama

Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep
NIP. 198702192018012001

Pembimbing Pendamping

R. Sakhnan, SKM., M.Kes
NIP. 096406091989031003

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Maya Fitria Sari NIM P032114401106 dengan judul “Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan *Rheumatoid Arthritis* (Rematik) di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai” telah diperiksa dan disetujui untuk dijadikan pada seminar hasil Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau.

Pekanbaru, 22 Mei 2024

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep
NIP. 198702192018012001



R. Sakhnan, SKM., M.Kes
NIP. 096406091989031003

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Maya Fitria Sari NIM P032114401106 dengan judul “Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan *Rheumatoid Arthritis* (Rematik) di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai” telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau pada tanggal 30 Mei 2024 dan disetujui untuk penelitian.

Tim Penguji

Penguji Ketua : Ns. Syafrisar Meri Agridubella, M.Kep
(NIP. 198702192018012001)



Penguji Anggota I : Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep
(NIP. 197410081997032001)



Penguji Anggota II : Ns. Masnun, SST., S.Kep.,
M.Biomed
(NIP. 196412211985032003)



Mengetahui Ketua
Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau


Ns. Hj. Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes
NIP. 196504241988032002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis (Rematik) di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai”** ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian Akhir Program di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatann Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Rully Hevrialni, SST., Bdn., M.Keb., M.H selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Ibu Hj. Dince Safrina, S.ST., M.K.M Selaku Kepala Puskesmas Rumbai.
3. Ibu Hj. Ns. Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes, selaku ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
4. Ibu Ns. Idayanti, SPd., S.Kep., M.Kes, selaku ketua Prodi Jurusan DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau.
5. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M. Kep, selaku Pembimbing I pada Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.
6. Bapak R. Sakhnan, SKM., M.Kes, selaku Pembimbing II pada Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.

7. Ibu Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep selaku Penguji I pada Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.
8. Ibu Ns. Masnun, SST., S.Kep., M.Biomed selaku Penguji II pada Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.
9. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi DIII Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan ilmunya selama perkuliahan kepada penulis.
10. Teristimewa untuk Babah Edizal dan Mama Nurbaiti selaku orang tua, saudara kandung penulis Ari Gustiawarman S.T dan Zulrahmadi, beserta keluarga besar penulis yang telah banyak memberikan moril, material dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Teruntuk tuan pemilik NIM 210102057, yang telah senantiasa memberikan semangat, dukungan, motivasi, menjadi pengingat, dan mendengarkan keluhan penulis serta menemani penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dapat terselesaikan dengan baik.
12. Teristimewa untuk sahabat-sahabat saya Yona, Riza, Yenita, Vina, Elsa, Imut yang telah memberikan dukungan, semangat, masukan, dan kebersamaan kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pekanbaru, 20 Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Bagi Masyarakat	5
1.4.2 Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi	5
1.4.3 Manfaat Bagi Penulis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Lansia.....	7
2.1.1 Defenisi Lansia.....	7
2.1.2 Batasan-Batasan Lanjut Usia.....	7
2.1.3 Ciri-Ciri Lansia.....	8
2.1.4 Perubahan dan Masalah yang Dihadapi Lansia.....	9
2.2 Konsep Rematik.....	10
2.2.1 Defenisi Rematik.....	10
2.2.2 Klasifikasi Rematik	11
2.2.3 Etiologi Rematik.....	13

2.2.4	Manifestasi Klinis Rematik	14
2.2.5	Patofisiologis Rematik	15
2.2.6	Komplikasi Rematik.....	16
2.2.7	Penatalaksanaan Rematik	17
2.3	Konsep Nyeri	20
2.3.1	Defenisi Nyeri	20
2.3.2	Klasifikasi Nyeri.....	20
2.3.3	Mekanisme Nyeri	21
2.3.4	Pengkajian Nyeri	22
2.3.5	Pengukuran Intensitas Nyeri	23
2.4	Senam Rematik	25
2.4.1	Defenisi Senam Rematik	25
2.4.2	Tujuan Senam Rematik	25
2.4.3	Indikasi Senam Rematik.....	25
2.4.4	Kontraindikasi Senam Rematik.....	26
2.4.5	Penerapan Pemberian Senam Rematik.....	26
2.4.6	Prosedur Pelaksanaan Senam Rematik.....	26
BAB 3	METODE PENELITIAN	34
3.1	Rancangan Penelitian.....	34
3.2	Subjek Penelitian	34
3.2.1	Kriteria Inklusi	34
3.2.2	Kriteria Ekslusi.....	35
3.3	Fokus Studi	35
3.4	Definisi Operasional	35
3.4.1	Nyeri.....	35
3.4.2	Senam Rematik.....	36
3.4.3	Lansia	36
3.5	Metode Pengumpulan Data.....	36
3.6	Tempat dan waktu penelitian	37
3.6.1	Tempat penelitian	37
3.6.2	Waktu Penelitian.....	37
3.7	Pengolahan Data	37
3.8	Analisis Data dan Penyajian Data.....	38
3.9	Etika Penelitian	39
BAB 4	HASIL DAN PEMBAHASAN	41
4.1	Hasil Penelitian	41
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	41

4.1.2 Karakteristik Subjek Penelitian.....	41
4.1.3 Gambaran Umum Subjek	42
4.1.4 Pemaparan Studi Kasus	43
4.2 Pembahasan	53
4.3 Keterbatasan.....	56
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	57
5.1 Kesimpulan	57
5.2 Saran	57
5.2.1 Bagi Perawat dan Petugas Puskesmas.....	57
5.2.2 Bagi Pengembangan dan Penelitian Selanjutnya	57
5.2.3 Bagi Sunjek Penelitian dan Keluarga.....	58

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kriteria Klasifikasi Rematik Menurut <i>American Collage of Rheumatology</i> (ACR)	11
Tabel 4. 1 Data Umum dan Skala Nyeri pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis (Rematik) sebelum dilakukan Senam Rematik	44
Tabel 4. 2 Skala Nyeri pada Subjek Pertama Saat Penerapan Senam Rematik	48
Tabel 4. 3 Skala Nyeri pada Subjek Kedua Saat Penerapan Senam Rematik	53

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 NRS (Numeric Rating Scale).....	23
Gambar 2. 2 <i>Wong Baker FACES Pain Rating Scale</i>	24
Gambar 2. 3 VAS (<i>Visual Analog Scale</i>).....	24
Gambar 2. 4 Gerakan Pertama Senam Rematik.....	26
Gambar 2. 5 Gerakan Ke-Dua Senam Rematik	27
Gambar 2. 6 Gerakan Ke-Tiga Senam Rematik.....	27
Gambar 2. 7 Gerakan Ke-Empat Senam Rematik	27
Gambar 2. 8 Gerakan Ke-Lima Senam Rematik	28
Gambar 2. 9 Gerakan Ke-Enam Senam Rematik.....	28
Gambar 2. 10 Gerakan Ke-Tujuh Senam Rematik	28
Gambar 2. 11 Gerakan Ke-Delapan Senam Rematik.....	29
Gambar 2. 12 Gerakan Ke-Sembilan Senam Rematik.....	29
Gambar 2. 13 Gerakan Ke-Sepuluh Senam Rematik.....	29
Gambar 2. 14 Gerakan Ke-Sebelas Senam Rematik.....	30
Gambar 2. 15 Gerakan Ke-Dua Belas Senam Rematik	30
Gambar 2. 16 Gerakan Ke-Tiga Belas Senam Rematik.....	30
Gambar 2. 17 Gerakan Ke-Empat Belas Senam Rematik.....	31
Gambar 2. 18 Gerakan Ke-Lima Belas Senam Rematik.....	31
Gambar 2. 19 Gerakan Ke-Enam Belas Senam Rematik.....	31
Gambar 2. 20 Gerakan Ke-Tujuh Belas Senam Rematik.....	32
Gambar 2. 21 Gerakan Ke-Delapan Belas Senam Rematik.....	32
Gambar 2. 22 Gerakan Ke-Sembilan Belas Senam Rematik.....	32
Gambar 2. 23 Gerakan Ke-Dua Puluh Senam Rematik.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 Formulir Penentuan Judul Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 3 Formulir Kesiadaan Pembimbing 1
- Lampiran 4 Formulir Kesiadaan Pembimbing 2
- Lampiran 5 Surat Izin Pra Penelitian
- Lampiran 6 Surat Pelaksanaan Kegiatan Riset/ Pra Riset
- Lampiran 7 Surat Rekomendasi Penelitian Kepada Puskesmas Rumbai ol
- Lampiran 8 Surat Izin Penelitian Puskesmas Rumbai
- Lampiran 9 Lembar Jumlah Kasus Polimigia Reumatik Se-Puskesmas Pekanbaru
- Lampiran 10 Formulir Lembar Observasi Skala Nyeri (NRS)
- Lampiran 11 Formulir Lembar Observasi
- Lampiran 12 Lembar Observasi Skala Nyeri Subjek 1
- Lampiran 13 Lembar Observasi Skala Nyeri Subjek 2
- Lampiran 14 SOP Senam Rematik
- Lampiran 15 Lembar Persetujuan Responden/ *Inform Consent*
- Lampiran 16 *Inform Consent* Subjek 1
- Lampiran 17 *Inform Consent* Subjek 2
- Lampiran 18 Dokumentasi Penelitian Senam Rematik 22-28 April 2024
- Lampiran 19 Lembar Konsultasi Pembimbing 1
- Lampiran 20 Lembar Konsultasi Pembimbing 2
- Lampiran 21 Lembar Revisi Proposal Karya Tulis Ilmiah Penguji 1
- Lampiran 22 Lembar Revisi Proposal Karya Tulis Ilmiah Penguji 2
- Lampiran 23 Surat Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 24 Lembar Revisi Ujian Seminar Hasil

DAFTAR SINGKATAN

ACR	<i>(American Collage of Rheumatology)</i>
DMARD	<i>(Disease Modifying Anti Rheumatic Drugs)</i>
HLA	<i>(Human Leukocyte Antigen)</i>
NRS	<i>(Neumeric Rating scale)</i>
NSAID	<i>(Non Steroid Anti Inflamasi Drugs)</i>
SOP	<i>(Standart Operation Prosedur)</i>
VAS	<i>(Visual Analog Scale)</i>
WHO	<i>(World Health Organisation)</i>