

ABSTRAK

Maya Fitria Sari (2024). *Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia dengan Rheumatoid Arthritis (Rematik) di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai*. Karya Tulis Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S.Kep., M.Kep, (II) R. Sakhnan, SKM., M.Kes.

Rheumatoid Arthritis atau rematik merupakan penyakit autoimun sistemik kronik yang dapat menyebabkan inflamasi jaringan ikat, terutama dipersendian. 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 seperti adanya peradangan pada sendi biasanya ditandai dengan pembengkakan sendi, nyeri dan terjadinya gangguan mobilitas. 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. Saran bagi pengembangan ilmu dan peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar modifikasi terapi-terapi lainnya serta dapat dimasukkan ke dalam materi pembelajaran keperawatan gerontik khusus pada penderita rematik. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk menyarankan kepada subjek penelitian untuk tidak menggunakan produk bahan olesan yang dapat membantu mengurangi nyeri yang mengandung asam salisat (methyl salicylate).

Kata Kunci : Nyeri Sendi, Rematik, Senam Rematik

ABSTRACT

Maya Fitria Sari (2024). Application of Rheumatic Exercises to Reduce Joint Pain in Elderly People with Rheumatoid Arthritis (Rheumatism) in the Rumbai Community Health Center Working Area. Case Study Writing, Pekanbaru DIII Nursing Study Program, Nursing Department, Riau Ministry of Health Health Polytechnic. Supervisor (I) Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S.Kep., M.Kep, (II) R. Sakhnan, SKM., M.Kes.

Rheumatoid Arthritis or rheumatism is a chronic systemic autoimmune disease that can cause inflammation of connective tissue, especially in the joints. Rheumatism is a chronic autoimmune inflammatory disease, where a person's immune system can be disturbed and can cause destruction of joint organs and synovial lining, especially in the hands, feet and knees. Symptoms that often arise in sufferers, such as inflammation of the joints, are usually characterized by joint swelling, pain and impaired mobility. One non-pharmacological technique that can be used to reduce joint pain in rheumatic sufferers is doing rheumatic exercises. The aim of this case study is to describe how rheumatic exercise is applied to reduce the level of joint pain in elderly people with rheumatism. This type of research is descriptive using qualitative research methods. The subjects in this study were two elderly people who suffered from rheumatism. The results of the study showed that after applying rheumatic exercises for 7 days with a frequency of once a day for 15 minutes, there was a reduction in the pain scale in both subjects. The conclusion in this case study is that rheumatic exercises can reduce the pain scale. It is hoped that the results of this research can be used as a basis for modifying other therapies and can be included in gerontic nursing learning materials specifically for rheumatism sufferers. It is hoped that future researchers will advise research subjects not to use topical products that can help reduce pain that contain salicylic acid (methyl salicylate).

Keywords: Rheumatoid Arthritis, Joint Pain, Rheumatic Gymnastic