

**PENERAPAN SENAM REMATIK UNTUK MENURUNKAN
NYERI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID
ARTHRITIS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MELUR**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**DIVA RIZKI
NIM. P032114401012**



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

**PENERAPAN SENAM REMATIK UNTUK MENURUNKAN
NYERI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID
ARTHRITIS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MELUR**

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

**DIVA RIZKI
NIM. P032114401012**



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

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Diva Rizki

NIM : P032114401012

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil 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, 28 Mei 2024

Pembuat Pernyataan



Divi Rizki

NIM. P032114401012

Mengetahui:

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep
NIP. 197402021232322345

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

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Diva Rizki NIM. P032114401012 dengan judul “Penerapan Senam Rematik Untuk Menurunkan Nyeri Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Melur” telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada seminar Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau.

Pekanbaru, 28 Mei 2024

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep
NIP. 197402021232322345





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

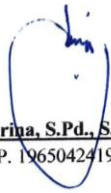
HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Diva Rizki NIM. P032114401012 dengan judul “Penerapan Senam Rematik Untuk Menurunkan Nyeri Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Melur” telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau pada tanggal 30 Mei 2024.

Tim Penguji

Penguji Ketua	: Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep	()
Penguji Anggota I	: Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes	()
Penguji Anggota II	: Ns. Idayanti, S.Pd., S.Kep., M.Kes	()

Mengetahui
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau


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

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmatNya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dengan judul “Penerapan Senam Rematik Untuk Menurunkan Nyeri Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Melur”. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian Akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Riau.

Atas terselesaikanya Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Rully Hevrialni, S.ST., Bdn., M.Keb., MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau.
2. Ibu Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau sekaligus Dosen Penguji I yang telah memberikan arahan dan masukan dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus hingga dapat menyelesaikan dengan baik.
3. Ibu Ns. Idayanti, S.Pd, S.Kep., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Riau sekaligus Dosen Penguji II yang telah memberikan arahan dan masukan dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.
4. Ibu Ns. Usraleli, S.Kep, M.Kep, selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya dengan penuh kesabaran dan

tanggung jawab guna memberikan bimbingan serta petunjuk kepada penulis dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.

5. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep, selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya dengan penuh kesabaran dan tanggung jawab guna memberikan bimbingan serta petunjuk kepada penulis dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.
6. Teristimewa rasa hormat dan sayang saya kepada Bapak saya Sukardi (alm) dan wanita hebat saya yakni Ibu Yuni Ratniwati yang luar biasa memberikan penuh kasih sayang, telah melahirkan, membesarkan, dan mendidik penulis memberikan dukungan dan doa yang tiada hentinya dan keberhasilan penulis.
7. Bapak ibu Dosen beserta staf Pengajar Jurusan Keperawatan yang telah memberikan ilmu serta pengetahuan kepada penulis selama menimba ilmu di Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

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

Pekanbaru, 28 Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Dasar Lansia.....	9
2.1.1 Definisi Lansia	9
2.1.2 Batasan-Batasan Umur Lansia	9
2.1.3 Proses Penuaan dan Perubahan Lansia	10
2.1.4 Penyakit yang Sering dialami Pada Lansia	10
2.2 Konsep Dasar Rematik.....	11
2.2.1 Definisi Rematik	11
2.2.2 Etiologi Rematik	11
2.2.3 Manifestasi Rematik.....	12
2.2.4 Patofisiologi Rematik.....	13
2.2.5 <i>Pathway</i> Rematik	14
2.2.6 Komplikasi Rematik.....	15
2.2.7 Penatalaksanaan Rematik.....	15
2.3 Konsep Dasar Nyeri	16
2.3.1 Definisi Nyeri.....	16
2.3.2 Etiologi Nyeri.....	17
2.3.3 Mekanisme Nyeri	18
2.3.4 Klasifikasi Nyeri	18
2.3.5 Pengkajian Awal Nyeri	19

2.3.6 Pengukuran Skala Nyeri.....	20
2.4 Konsep Dasar Senam Rematik.....	22
2.4.1 Definisi Senam Rematik	22
2.4.2 Tujuan Senam Rematik.....	22
2.4.3 Kontraindikasi Senam Rematik.....	22
2.4.4 Dosis Pelaksanaan Senam Rematik	23
BAB 3 METODE PENELITIAN	24
3.1 Jenis dan Desain Studi Kasus	24
3.2 Subyek Studi Kasus.....	24
3.3 Fokus Studi.....	25
3.4 Definisi Operasional.....	25
3.5 Instrumen Studi Kasus	26
3.6 Metode Pengumpulan Data	26
3.7 Lokasi dan Waktu Studi Kasus	27
3.8 Analisa Data dan Penyajian Data	27
3.9 Etika Studi Kasus	28
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	29
4.1 Hasil Studi Kasus	29
4.2 Pembahasan.....	46
4.3 Keterbatasan Studi Kasus	53
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	54
5.1 Kesimpulan.....	54
5.2 Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Data Umum dan Skala Nyeri pada Lansia dengan <i>Rheumatoid Arthritis</i> Sebelum (Pre) Dilakukan Senam Rematik.....	35
Tabel 4.2 Hasil Evaluasi Senam Rematik Pada Subyek 1 dan Subyek 2	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Pathway Rematik.....	15
Gambar 2.2	Pengukuran NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>).....	20
Gambar 2.3	Pengukuran <i>Faces Pain Scale</i> (FPS).....	21

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Skala Nyeri Sebelum (<i>Pre</i>) dan Sesudah (<i>Post</i>) Senam Rematik Pada Subyek 1	40
Grafik 4.2 Skala Nyeri Sebelum (<i>Pre</i>) dan Sesudah (<i>Post</i>) Senam Rematik Pada Subyek 2.....	44
Grafik 4.3 Skala Nyeri Sebelum (<i>Pre</i>) dan Sesudah (<i>Post</i>) Senam Rematik selama 7 hari	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan.....	62
Lampiran 2	Penentuan Judul Karya Tulis Ilmiah	63
Lampiran 3	Lembar Kesiediaan Pembimbing 1.....	64
Lampiran 4	Lembar Kesiediaan Pembimbing 2.....	65
Lampiran 5	Kegiatan Bimbingan 1	66
Lampiran 6	Kegiatan Bimbingan 2	68
Lampiran 7	Surat Izin Pra Penelitian Poltekkes Kemenkes Riau	69
Lampiran 8	Surat Pra Penelitian Kesbangpol	71
Lampiran 9	Surat Pra Penelitian Dinkes	72
Lampiran 10	Surat Pra Penelitian Puskesmas.....	73
Lampiran 11	SOP (<i>Standar Operasional Prosedur</i>) Senam Rematik	74
Lampiran 12	Formulir Lembar Observasi Skala Nyeri.....	83
Lampiran 13	Kuesioner Penelitian.....	85
Lampiran 14	Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>)	87
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian.....	89
Lampiran 16	Lembar Observasi Skala Nyeri.....	91
Lampiran 17	Kegiatan Bimbingan 1 Penelitian	93
Lampiran 18	Kegiatan Bimbingan 2 Penelitian	95