

**PENERAPAN SENAM REMATIK UNTUK MENURUNKAN
NYERI DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS PADA
LANSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
RUMBAI KOTA PEKANBARU**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS



**DELVIDWININGSIH TAMBA
NIM. P032214401049**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

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

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



**DELVIDWININGSIH TAMBA
NIM. P032214401049**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODID-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Delvi Dwiningsih Tamba
NIM : P032214401049
Tempat Tanggal Lahir : Pekanbaru, 05 Juli 2004
Agama : Kristen Protestan
Nama Ayah : Tonggor Tamba
Nama Ibu : Riamin Pasaribu
Alamat : Jl. Putih Pungguk

RIWAYAT PENDIDIKAN

No	Jenis Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun
1	SD	SD Santa Veronika	2010-2016
2	SMP	SMP Santa Veronika	2016-2019
3	SMA	SMAN 13 Pekanbaru	2019-2022
4	DIPLOMA	Poltekkes Kemenkes Riau	2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Delvi Dwiningsih Tamba
NIM : P032214401049
Program Studi : Diploma III Keperawatan
Institusi : Poltekkes 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 2025

Pembuat Pernyataan

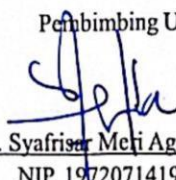


Delvi Dwiningsih Tamba

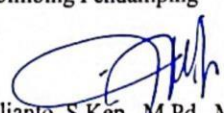
NIM. P032214401049

Mengetahui:

Pembimbing Utama


Ns. Syafrisa Meli Agritubella, M.Kep
NIP. 197207141992031003

Pembimbing Pendamping


Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP. 198702192018012001

HALAMAN PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH INI TELAH
DISETUJUI UNTUK DIUJIKAN
TANGGAL 28 Mei 2025

Oleh

Pembimbing Utama



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

Pembimbing Pendamping



Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP.197207141992031003

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH PENERAPAN SENAM REMATIK UNTUK
MENURUNKAN NYERI DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS PADA
LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS RUMBAI KOTA
PEKANBARU

Telah Diuji

Pada Tanggal 02 Juni 2025

Tim Penguji

Ketua Penguji

Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep.
NIDN. 1019028703

(.....)

Anggota Penguji

Penguji Anggota I
Hernitati, S.Pd., S.Kep., M.K.M.
NIDN. 4022066901

(.....)

Penguji Anggota II

Dr. Ibnu Rusdi, SKp., M.Kes
NIDN. 4023117001

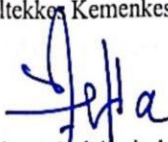
(.....)

Mengetahui,

Ketua
Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


Ns. Yullianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP.197207141992031003

Ketua
Prodi DIII Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


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

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena Berkat, Rahmat, dan Kasih Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus dengan judul **“Penerapan Senam Rematik Untuk Menurunkan Nyeri Dengan Rheumatoid Arthritis Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru”**.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Rully Hevrialni, SST, Bdn, M.Keb., MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di kampus Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Bapak Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau dan selaku dosen pembimbing kedua yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya guna memberikan bimbingan serta kepada penulis.
3. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau dan selaku Dosen Pembimbing utama yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya guna memberikan bimbingan serta petunjuk kepada penulis dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.

4. Ibu Dr. Shella Siska selaku Kepala UPT Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
5. Ibu Hernitati, S.Pd., S.Kep., M.K.M selaku penguji 1 dalam ujian Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Bapak Dr. Ibnu Rusdi, S.Kep., M.Kes selaku penguji 2 dalam ujian Karya Tulis Ilmiah ini.
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.
8. Dengan penuh rasa hormat dan kasih sayang, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak saya, Tonggor Tamba, dan Ibu saya yang luar biasa, Riamin Pasaribu, S.Pd. Mereka adalah orang tua penulis yang telah memberikan kasih sayang dan cinta yang tulus, membesarkan dan mendidik penulis, serta memberikan dukungan dan doa yang tiada henti demi keberhasilan penulis, bersama dengan abang saya, Bripda David Pamungka Tamba, dan adik saya, Deswita Agustin Tamba, yang selalu mendukung saya selama masa perkuliahan.
9. Rekan-rekan seperjuangan yang menemani selama masa perkuliahan adalah Emanuella br. Tobing, Septina Anjelika Siagian, Suci Jelita Napitupulu, Sindi Novianti, dan Ella Citra Wartti, serta teman-teman lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

Disamping itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.

Pekanbaru, 10 Februari 2025

Delvi Dwiningsih Tamba

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR GRAFIK.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
DAFTAR SINGKATAN.....	xix
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Bagi Masyarakat	5
1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan.....	5
1.4.3 Manfaat Bagi Penulis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Lansia	6
2.1.1 Definisi Lansia	6
2.1.2 Batasan Umur Lansia	6
2.1.3 Perubahan Pada Lansia	7
2.1.4 Kebutuhan Dasar Lansia	7
2.1.5 Penyakit yang Sering dialami Pada Lansia.....	8
2.2 Konsep Dasar Rematik	9

2.2.1	Definisi Rematik	9
2.2.2	Etiologi Rematik	10
2.2.3	Manifestasi Rematik	10
2.2.4	Patofisiologi Rematik	10
2.2.5	Komplikasi Rematik	11
2.2.6	Penatalaksanaan Rematik	11
2.3	Konsep Nyeri.....	13
2.3.1	Definisi Nyeri	13
2.3.2	Etiologi Nyeri	13
2.3.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nyeri.....	14
2.3.4	Klasifikasi Nyeri.....	16
2.3.5	Manifestasi Nyeri.....	17
2.3.6	Pengukuran Skala Nyeri	18
2.3.7	Pengkajian Awal Nyeri	20
2.4	Konsep Senam Rematik	21
2.4.1	Definisi Senam Rematik	21
2.4.2	Manfaat Senam Rematik.....	22
2.4.3	Tujuan Senam Rematik.....	22
BAB 3	METODE PENELITIAN	23
3.1	Rancangan Studi Kasus	23
3.2	Subjek Penelitian	23
3.2.1	Kriteria Inklusi.....	23
3.2.2	Kriteria Ekslusi	24
3.3	Fokus Studi.....	24
3.4	Definisi Operasional	24
3.4.1	Rematik	24
3.4.2	Nyeri	25
3.4.3	Senam Rematik	25
3.4.4	Lansia.....	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	30

4.1 Hasil Penelitian.....	30
4.4.4 Gambaran Lokasi Penelitian.....	30
4.1.2 Karakteristik Subjek Penelitian	31
4.1.3 Gambaran Umum Subjek	32
4.1.4 Pemaparan Studi Kasus.....	33
4.2 Pembahasan	45
4.3 Keterbatasan	48
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	49
5.1 Kesimpulan.....	49
a. Skala Nyeri Sebelum Senam Rematik.....	49
b. Skala Nyeri Setelah Senam Rematik	49
c. Perubahan Skala Nyeri	49
5.2 Saran.....	49
5.2.1 Bagi Responden	50
5.2.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan.....	50
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	50

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>	18
Gambar 2.2 <i>Visual Analogue Scale (VAS)</i>	19
Gambar 2.3 <i>Wong-Baker Faces Pain Scale (WB-FACES)</i>	20
Gambar 2.4 <i>Verbal Rating Scale (VRS)</i>	20

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Skala Nyeri Lansia <i>Rheumatoid Arthritis</i> sebelum Senam Rematik	33
Tabel 4.2 Hasil Evaluasi Senam Rematik Pada Subyek 1 dan Subyek 2	34
Tabel 4.3 Skala Nyeri Subjek 1 pada saat Penerapan Senam Rematik	39
Tabel 4.4 Skala Nyeri Subjek 2 pada saat Penerapan Senam Rematik	44

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Skala Nyeri Subjek 1.....	39
Grafik 4.2 Skala Nyeri Subjek 2.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden 1 (Informed Consent).....	55
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden 2 (Informed Consent).....	56
Lampiran 3. Dokumentasi Penelitian.....	57
Lampiran 4. Lembar Penentuan Judul Karya Tulis Ilmiah.....	59
Lampiran 5. Lembar Kesiediaan Pembimbing 1.....	60
Lampiran 6. Formulir Kesiediaan Pembimbing 2.....	61
Lampiran 7. Surat Izin Pra Penelitian.....	62
Lampiran 8. Surat Pelaksanaan Kegiatan Riset/Pra Riset.....	63
Lampiran 9. Jumlah Kasus Rheumatoid Arthritis Se-Puskesmas Pekanbaru 2024.....	64
Lampiran 10. Balasan Surat Izin Puskesmas Rumbai.....	65
Lampiran 11. Lembar Permohonan Pengkajian Kaji Etik	66
Lampiran 12. Lembar Lolos Kaji Etik	67
Lampiran 13. Lembar Observasi Skala Nyeri (NRS).....	68
Lampiran 14. Formulir Lembar Observasi Subjek 1.....	69
Lampiran 15. Formulir Lembar Observasi Subjek 2.....	70
Lampiran 16. Standar Prosedur Operasional (SPO) Senam Rematik	71
Lampiran 17. Lembar Revisi Penguji 1.....	78
Lampiran 18. Lembar Revisi Penguji 2.....	80
Lampiran 19. Lembar Konsultasi Pembimbing 1.....	82
Lampiran 20 Lembar Konsultasi Pembimbing 2.....	85

DAFTAR SINGKATAN

DMARD	: <i>Disease Modifying Anti-Rheumatic Drugs</i>
Lansia	: Lanjut Usia
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
OAINS	: Obat Anti Inflamasi Non-Steroid
RA	: <i>Rheumatoid Arthritis</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
SOP	: <i>Standard Operasional Procedure</i>
VAS	: <i>Visual Analogue Scale</i>
VRS	: <i>Verbal Rating Scale</i>
WB-FACES	: <i>Wong-Baker Faces Pain Scale</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>