

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

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**SILVI SURYANTI
NIM.P032214472058**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
DILUAR KAMPUS UTAMA
2025**

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

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus Ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan
Diluar Kampus Utama

**SILVI SURYANTI
NIM.P032214472058**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
DILUAR KAMPUS UTAMA
2025**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Silvi Suryanti

NIM : P032214472058

Program Studi : D3 Keperawatan di Luar Kampus Utama

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.

Pematang Reba, 21 Mei 2025

Pembuat Pernyataan



P032214472058

Mengetahui:

Pembimbing Utama

Ns. Sri Novita Yuliet, M.Kep.,Sp.Kep.K
NIP. 198607122008122002

Pembimbing Pendamping

Ns. Sety Julita, M.Kep
NIP. 198007032008012022

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH INI TELAH
DISETUJUI UNTUK DIUJIKAN
TANGGAL 21 Mei 2025**

Oleh

Pembimbing Utama



**Ns. Sri Novita Yuliet, M.Kep.,Sp.Kep.K
NIP.198607122008122002**

Pembimbing Pendamping



**Ns. Sety Julita, M.Kep
NIP.198007032008012022**

HALAMAN PENGESAHAN

PENERAPAN SENAM REMATIK TERHADAP PENURUNAN NYERI SENDI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS (REMATIK) DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS PEKAN HERAN

Telah Diuji
Pada Tanggal 21 Mei 2025

Tim Penguji

Ketua Penguji

Ns. Sri Novita Yuliet, M.Kep.,Sp.Kep.K
NIDN. 4012078602


(.....)

Anggota Penguji

Penguji Anggota I

Ns. Deswita, M. Kep
NIDN. 3428127401


(.....)

Penguji Anggota II

Ns. Yulianto, S.Kep, M, Pd, MPH
NIDN 3414077201


(.....)

Mengetahui,

Ketua
Jurusan keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


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

Ketua
Prodi DIII Keperawatan
Diluar Kampus Utama


Ns. Deswita, M. Kep
NIP.197412282005012004

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat melaksanakan kegiatan penelitian dan menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthritis* (Rematik) di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pekan Heran Kabupaten Indragiri Hulu” yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar A.Md.Kep. Tak lupa shalawat serta salam peneliti hanturkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga-Nya, sahabat- Nya, hingga kita pengikut-Nya.

Peneliti menyadari berbagai kekurangan atau ketidak sempurnaan dari Karya Tulis Ilmiah, yang disebabkan keterbatasan pengetahuan peneliti, untuk itu berbagai kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini akan sangat peneliti harapkan. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak semua yang berkepentingan. Maka dari itu, peneliti ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu peneliti dalam proses penelitian ini, yaitu:

1. Ibu Rully Hevriani, SST., Bdn., M.Keb., MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Bapak Ns. Yulianto, S.Kep, M.Pd, MPH selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
3. Bapak Dwi Ahmad Sudarajad, SKM selaku Kepala UPTD Puskesmas Pekan Heran.
4. Ibu Ns. Deswita, M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik kesehatan Kemenkes Riau Diluar Kampus Utama.

5. Ibu Sri Novita Yuliet, M.Kep.,Sp.Kep.K selaku Dosen Pembimbing I. Terimakasih atas bimbingan, kritik dan saran, dan selalu meluangkan waktunya disela kesibukan. Terimakasih ibu, semoga jerih payah mu terbayarkan aamiin.
6. Ibu Ns. Sety Julita, M.Kep selaku Dosen Pembimbing II sekaligus dosen PA peneliti, Terimakasih atas segala arahan dan nasehat yang telah di berikan sampai saat ini, semoga ibu selalu di lindungi Allah SWT aamiin.
7. Terimakasih teramat dalam untuk kedua orangtua peneliti. Bapak suryanto telah menjadi bapak yang hebat dan selalu tegar dalam kondisi apapun. Teruntuk ibu Suwarni terimakasih banyak atas doa yang selalu di berikan.
8. Semua pihak yang telah memberikan dorongan dan bantuannya selama penelitian dan penyelesaian laporan ini.

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

Pematang Reba, 18 Mei 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Lansia	6
2.2 Konsep Rematik	9
2.3 Konsep Nyeri.....	18
2.4 Senam Rematik.....	22
BAB 3 METODE PENELITIAN	31
3.1 Desain Penelitian	31
3.2 Subjek Penelitian	31
3.3 Fokus Studi	32
3.4 Definisi Operasional	32
3.5 Metode Pengumpulan Data	32
3.6 Tempat dan waktu penelitian.....	33
3.7 Analisis Data dan Penyajian	33
3.8 Etika Penelitian.....	34
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
4.1 Hasil Penelitian	36
4.2 Pembahasan	39
4.3 Keterbatasan	42
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	43
5.1 Kesimpulan	43
5.2 Saran	43
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 sebelum dilakukan Senam Rematik.....	38
Tabel 4.2 Skala Nyeri pada Subjek Pertama Saat Penerapan Senam Rematik.	39
Tabel 4.3 Skala Nyeri pada Subjek Kedua Saat Penerapan Senam Rematik....	39

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1. NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>).....	21
Gambar 2.2. Gerakan Pertama Senam Rematik.....	24
Gambar 2.3. Gerakan Ke-Dua Senam Rematik.....	24
Gambar 2.4. Gerakan Ke-Tiga Senam Rematik.....	24
Gambar 2.5. Gerakan Ke-Empat Senam Rematik.....	25
Gambar 2.6. Gerakan Ke-Lima Senam Rematik.....	25
Gambar 2.7. Gerakan Ke-Enam Senam Rematik.....	25
Gambar 2.8. Gerakan Ke-Tujuh Senam Rematik.....	26
Gambar 2.9. Gerakan Ke-Delapan Senam Rematik.....	26
Gambar 2.10. Gerakan Ke-Sembilan Senam Rematik.....	26
Gambar 2.11. Gerakan Ke-Sepuluh Senam Rematik.....	27
Gambar 2.12. Gerakan Ke-Sebelas Senam Rematik.....	27
Gambar 2.13. Gerakan Ke-Dua Belas Senam Rematik.....	27
Gambar 2.14. Gerakan Ke-Tiga Belas Senam Rematik.....	28
Gambar 2.15. Gerakan Ke-Empat Belas Senam Rematik.....	28
Gambar 2.16. Gerakan Ke-Lima Belas Senam Rematik.....	29
Gambar 2.17. Gerakan Ke-Enam Belas Senam Rematik.....	29
Gambar 2.18. Gerakan Ke-Tujuh Belas Senam Rematik.....	29
Gambar 2.19. Gerakan Ke-Delapan Belas Senam Rematik.....	30
Gambar 2.20. Gerakan Ke-Sembilan Belas Senam Rematik.....	30
Gambar 2.21. Gerakan Ke-Dua Puluh Senam Rematik.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Biodata Peneliti
- Lampiran 2 Jadwal Kegiatan
- Lampiran 3 Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 4 Surat Balasan Izin Pra Penelitian
- Lampiran 5 Surat Izin Melakukan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 6 Surat Balasan Izin Melakukan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 7 Surat Lolos Kaji Etik
- Lampiran 8 Bukti Proses Bimbingan
- Lampiran 9 Bukti Lembar Revisi
- Lampiran 10 Surat Permohonan Menjadi Responden (Informed Consent)
- Lampiran 11 Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 12 Formulir Lembar Observasi Skala Nyeri (NRS)
- Lampiran 13 Formulir Lembar Observasi
- Lampiran 14 SOP Senam Rematik
- Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian