

PENERAPAN SENAM REMATIK TERHADAP TINGKAT NYERI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARTASURA

Lucky Aprilia Kusumastuti¹, Sitti Rahma Soleman²

luckyaprilia03@gmail.com

Program Studi Diploma III Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Lansia rentan terhadap penyakit kronis dan masalah muskuloskeletal, seperti rheumatoid arthritis, yang ditandai oleh nyeri pada sendi dan ekstremitas. Penyakit ini dapat menyebabkan nyeri berkelanjutan, kelelahan, dan risiko cedera. Salah satu terapi non-farmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri sendi pada penderita rheumatoid arthritis adalah senam rematik, yang fokus pada pemeliharaan jangkauan gerak dan kesehatan fisik. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara dua responden sebelum dan sesudah penerapan senam rematik. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan metode deskriptif. Penelitian deskriptif bertujuan untuk memaparkan atau menggambarkan kejadian yang diamati dalam masyarakat. Penerapan senam rematik dilakukan selama 4 minggu dengan frekuensi sekali seminggu selama 8 menit. **Hasil:** Dari penelitian ini, ditemukan penurunan tingkat nyeri pada kedua responden yaitu pada N. Y dari 5 menjadi 1 dan Ny. Y dari 6 menjadi 2. **Kesimpulan:** Terapi senam rematik dapat menurunkan tingkat nyeri pada penderita *rheumatoid arthritis* (RA).

Kata Kunci : *Rheumatoid Arthritis, Nyeri, Senam Rematik*

