

**SENAM REMATIK TERHADAP NYERI SENDI PADA
LANSIA PENDERITA REMATIK
MELALUI MEDIA VIDEO**

Sri Sumarni

Email : manitmanit664@gmail.com

Program Studi Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar belakang: Rematik merupakan gangguan autoimun kronis dimana sistem kekebalan tubuh menyerang sendi, mengarah kepada peradangan, erosi, dan kelainan bentuk. Seiring bertambahnya usia maka orang tersebut akan rentan terkena penyakit terutama pada lanjut usia. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 angka kejadian rematik yang dilaporkan mencapai 20% dari penduduk dunia, dimana 20% tersebut mereka yang berusia 55 tahun ke atas. Sedangkan laporan jumlah penderita rematik di Indonesia mencapai 24,7%. Untuk itu diperlukan penatalaksanaan untuk mengatasi nyeri sendi pada lansia penderita rematik dengan cara non farmakologi yaitu dengan senam rematik. **Metode:** Dengan media video yang berjudul “Senam Rematik Untuk Mengatasi Nyeri Sendi”. **Hasil:** Luaran yang dihasilkan adalah media video tentang penatalaksanaan senam rematik untuk mengatasi nyeri sendi pada lansia penderita rematik. Menjelaskan tentang senam rematik, manfaat dan langkah - langkah senam rematik. **Kesimpulan:** Senam rematik dapat digunakan untuk mengatasi nyeri sendi pada lansia penderita rematik dan luaran yang dihasilkan mudah dipahami dan dilakukan oleh lansia penderita rematik.

Kata kunci: Rematik, lansia, nyeri sendi, senam rematik, video