

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

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan pada  
Program Studi Diploma III Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**LUCKY APRILIA KUSUMASTUTI**

**202112059**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

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

**Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan Program  
Pendidikan Diploma**

**KARYA TULIS ILMIAH  
Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan  
Pada Program Studi Diploma III Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**LUCKY APRILIA KUSUMASTUTI**

**202112059**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

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

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 3 Oktober 2024



**Lucky Aprilia Kusumastuti**

NIM. 202112059

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lucky Aprilia Kusumastuti  
NIM : 202112059  
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah  
Judul : Penerapan Senam Rematik Terhadap Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kartasura

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non- Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 3 Oktober 2024

Yang menyatakan



**Lucky Aprilia Kusumastuti**

202112059

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

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

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar sidang Karya Tulis Ilmiah Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Juni 2024

Pembimbing



Sitti Rahma Soleman, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0610088702

Mengetahui,

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M. Kep.

NIDN 0621018203

## PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan judul :

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

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Laporan Tugas Akhir ini telah diujikan pada sidang ujian Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 25 Juni 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 25 Juni 2024

Mengesahkan, Penguji

1. Hermawati, S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN. 0623027702
2. Dewi Kartika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN. 0617068001
3. Sitti Rahma Soleman, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN. 0902029301

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan



(Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M.Kep)

NIDN. 0621018203

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

Lucky Aprilia Kusumastuti<sup>1</sup>, Sitti Rahma Soleman<sup>2</sup>

[luckyaprilia03@gmail.com](mailto: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*

***APPLICATION OF RHEUMATIC GYMNASTICS TO PAIN LEVELS IN THE ELDERLY WITH RHEUMATOID ARTHRITIS IN THE WORKING AREA OF THE KARTASURA HEALTH CENTER***

Lucky Aprilia Kusumastuti<sup>1</sup>, Sitti Rahma Soleman<sup>2</sup>

[luckyaprilia03@gmail.com](mailto:luckyaprilia03@gmail.com)

Program Studi Diploma III Keperawatan  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

***ABSTRACT***

***Background:*** The elderly are vulnerable to chronic diseases and musculoskeletal issues, such as rheumatoid arthritis, which is characterized by pain in the joints and extremities. This disease can lead to persistent pain, fatigue, and an increased risk of injury. One effective non-pharmacological therapy for reducing joint pain in patients with rheumatoid arthritis is rheumatic exercise, which focuses on maintaining range of motion and physical health. ***Objective:*** The objective of this research is to describe the comparison of the final results between two respondents before and after the application of rheumatic exercises. ***Method:*** This research uses a case study approach with a descriptive method. Descriptive research aims to present or describe the events observed in society. The application of rheumatic exercises was carried out for 4 weeks with a frequency of once a week for 8 minutes. ***Result:*** From this study, a decrease in pain levels was found in both respondents, with N. Y's pain level dropping from 5 to 1 and Ny. Y's from 6 to 2. ***Conclusion:*** Rheumatic exercise therapy can reduce pain levels in patients with rheumatoid arthritis. (RA).

***Keywords :*** Rheumatoid Arthritis, Pain, Rheumatic Gymnastics

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan laporan KTI yang berjudul “Penerapan Senam Rematik Terhadap Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kartasura”. KTI ini diajukan untuk memenuhi persyaratan ujian akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan proposal skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan kepada penulis. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep., selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST, M.Keb., selaku Dekan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Tri Susilowati, S.Kep.,Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
4. Sitti Rahma Soleman, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku dosen pembimbing KTI yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan kami dalam penyusunan KTI ini.
5. Hermawati, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku penguji 1 yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan dalam penyelesaian KTI ini.
6. Dewi Kartika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku penguji 2 yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan dalam penyelesaian KTI ini.
7. Sitti Rahma Soleman, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku penguji 3 yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan dalam penyelesaian KTI ini.

8. Puskesmas Kartasura, sebagai lahan penelitian yang telah menyediakan tempat kepada penulis untuk melakukan penelitian.
9. Bapak Hartono dan Ibu Supanti selaku orang tua saya yang selalu memberikan doa semangat, dan dukungan kepada saya baik dalam bentuk materi, moral, maupun spiritual selama saya menempuh pendidikan.
10. Untuk diri saya sendiri yang telah berjuang melawan rasa malas, bekerja keras, dan tetap bertahan sejauh ini.
11. Sahabat-sahabat saya yang telah memberikan semangat dan motivasi selama ini.

Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam proposal Karya Tulis Ilmiah ini, untuk itu penulis mengharapkn kritik dan saran yang dapat membangun Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamu'alaikum warohmatullahi wabarakatuh.

Surakarta, 20 Juni 2024



Lucky Aprilia Kusumastuti

NIM. 202112059