

EDUKASI SENAM REMATIK SEBAGAI UPAYA UNTUMENURUNKAN INTENSITAS NYERI SENDI PADA LANSIA PENDERTA OSTEOARTHRITIS MELALUI VIDEO

Auliyaa Lintang Ardiantika
Auliyaaardiantika03@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang : Lansia merupakan proses terjadinya penuaan secara alamiah dan akan mengalami berbagai kemunduran salah satunya adalah persendian. Perubahan sistem persendian yang sering dialami pada lansia yaitu osteoarthritis. Menurut organisasi kesehatan dunia World Health Organization (WHO, 2023) sekitar 528 juta orang di seluruh dunia menderita osteoarthritis, meningkat 113% sejak tahun 1990. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menyebutkan prevalensi penyakit sendi berdasar diagnosis dokter di Indonesia sebesar 7,3% sedangkan di Jawa Tengah sebesar 6,3%. Osteoarthritis dapat diatasi menggunakan cara farmakologis dan *nonfarmakologis*. Salah satu contoh penatalaksanaan *nonfarmakologis* yaitu dengan senam rematik. **Tujuan :** Mengetahui pembuatan media Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) mengenai senam rematik sebagai media promotive untuk menurunkan nyeri pada lansia penderita osteoarthritis. **Metode :** Metode yang digunakan menggunakan media KIE berupa video sebagai media promotive yang berisi mengenai pengertian, manfaat, dan Gerakan senam rematik untuk menurunkan nyeri sendi. **Hasil :** Media KIE berupa video ini dapat didistribusikan secara langsung kepada kader posyandu lansia dan social media. **Kesimpulan :** Sebagai media Promosi, Informasi, dan Edukasi bagi masyarakat khususnya pada lansia terkait senam dalam menurunkan nyeri sendi.

Kata Kunci : *Lansia, Nyeri, Osteoarthritis, Senam Rematik*