

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGRI PEKANBARU**

Studi Kasus, Juli 2025

Trisnawati Sution

**Implementasi Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Skala Nyeri
Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis Di Panti Sosial Husnul
Khotimah Pekanbaru**

xiii + 109 + 6 Tabel + 8 Lampiran

ABSTRAK

Rheumatoid arthritis (rematik) adalah suatu kondisi nyeri sendi yang sering dialami oleh lansia akibat adanya kerusakan pada jaringan sendi. Penyakit ini bersifat kronis, progresif, dan dapat menurunkan kualitas hidup penderitanya karena menyebabkan keterbatasan aktivitas sehari-hari. Gejala yang paling sering muncul adalah nyeri sendi, bengkak, kaku pada pagi hari, serta keterbatasan pergerakan. Selama ini sebagian besar penderita rheumatoid arthritis hanya mengandalkan obat anti nyeri sebagai cara utama untuk mengurangi rasa sakit. Padahal, masih banyak penderita yang belum mengetahui adanya teknik nonfarmakologi yang dapat membantu menurunkan nyeri, salah satunya melalui senam rematik. Laporan tugas akhir dengan studi kasus ini bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan senam rematik terhadap penurunan skala nyeri akibat rheumatoid arthritis. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada 1 responden. Senam rematik dilakukan dengan mengobservasi skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi, yang diberikan selama 30 menit setiap hari selama 7 hari berturut-turut. Hasil studi kasus menunjukkan adanya penurunan skala nyeri dari 6 menjadi 1 setelah dilakukan senam rematik. Hal ini membuktikan bahwa senam rematik efektif dalam menurunkan nyeri pada pasien rheumatoid arthritis serta dapat dijadikan alternatif nonfarmakologi dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci : Lansia, , Rheumatoid Arthritis, Senam Rematik, Skala Nyeri

Daftar Bacaan : 19 Referensi (2016-2024)

**NURSING DIPLOMA STUDY PROGRAM FACULTY OF NURSING
INSTITUT OF HEALTH SCIENCE PAYUNG NEGRI PEKANBARU**

Case Studi, Jul 2025

Trisnawati Sution

***Implementation Of Rheumatic Exercise To Reduce Pain Scale In Elderly
People With Rheumatoid Arthritis At The Husnul Khotimah Social Home In
Pekanbaru***

xiii + 109 Pages + 6 Table + 8 Attachments

ABSTRACT

Rheumatoid arthritis (rheumatism) is a joint pain condition that is often experienced by the elderly due to damage to joint tissue. This disease is chronic, progressive, and can reduce the quality of life of sufferers because it causes limitations in daily activities. The most common symptoms are joint pain, swelling, stiffness in the morning, and limited movement. So far, most rheumatoid arthritis patients only rely on painkillers as the main way to reduce pain. In fact, there are still many sufferers who do not know that there are non-pharmacological techniques that can help reduce pain, one of which is through rheumatic exercises. The final project report with this case study aims to provide nursing care for the elderly with the application of rheumatic gymnastics to reduce the pain scale due to rheumatoid arthritis. The research method used was descriptive with a case study approach on 1 respondent. Rheumatic exercises were performed by observing pain scales before and after the intervention, which were administered for 30 minutes daily for 7 consecutive days. The results of the case study showed a decrease in the pain scale from 6 to 1 after rheumatic exercises were performed. This proves that rheumatic gymnastics is effective in reducing pain in rheumatoid arthritis patients and can be used as a non-pharmacological alternative in improving the quality of life of the elderly.

Keywords : Elderly, , Rheumatoid Arthritis, Rheumatoid Arthritis, Pain Scale

References : 19 (2016-2024)