

sendi. Kekakuan ini berbeda dengan kekakuan sendi pada osteoarthritis, yang biasanya hanya berlangsung selama beberapa menit dan selalu berulang dari satu jam. Belum ada pengobatan yang dapat digunakan untuk menyembuhkan rheumatoid. (Agusrianto et al., 2020).

Nyeri sendi merupakan suatu peradangan pada sendi yang ditandai dengan adanya pembengkakan pada sendi, warna kemerahan, panas, nyeri dan terjadinya gangguan gerak (Ningsih, 2012). Nyeri sendi bisa diatasi secara farmakologi maupun non-farmakologi, pengobatan farmakologi seringkali dapat menimbulkan efek samping yang panjang terutama pada lansia yang mengalami penurunan fungsi tubuh. Oleh karena itu, upaya non-farmakologi seringkali lebih banyak diminati, salah satu upaya non-farmakologi yang dapat dilakukan yaitu aktivitas fisik atau olahraga fisik (Dalimarta, 2014). Olahraga fisik tujuannya untuk mempertahankan pergerakan sendi dan berpengaruh dalam penurunan skala nyeri sendi (Stevenson & Roach. 2012 dalam Satria & Ningrum, 2023).

Salah satu dari olahraga fisik yang sederhana dan mudah dilakukan adalah senam rematik. Senam rematik merupakan senam yang befokus pada mempertahankan lingkup gerak sendi secara maksimal. Tujuan dari senam rematik ini yaitu mengurangi nyeri sendi dan menjaga kesehatan jasmani penderita rematik. Keuntungan lain dari senam rematik yaitu tulang menjadi lebih lentur, otot tetap kencang, memperlancar peredaran darah, menjaga kadar lemak darah tetap normal, tidak mudah mengalami cidera, dan kecepatan reaksi sel tubuh menjadi lebih baik. (Agusrianto et al., 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Badjeber, dkk, di tahun 2023 dalam jurnal “Asuhan Keperawatan Gerontik pada Pasien Rheumatoid Arthritis dengan Masalah Nyeri dengan Intervensi Senam Rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Kamonji Kota Palu” menyatakan bahwa senam rematik dapat menurunkan nyeri pada lutut dan lengan serta menurunkan kebas jari-jari tangan yang dialami lansia yang menderita *Rheumatoid Arthritis*. (Badjeber et al., 2023).

Selain itu terdapat penelitian yang dilakukan oleh (Agusrianto, dkk, di tahun 2020) mengenai Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Rheumatoid Arthritis Di Kelurahan Gebangrejo, yang menyatakan bahwa penerapan senam rematik dapat menurunkan skala nyeri yang dirasakan. (Agusrianto et al., 2020).

Berdasarkan studi kasus yang dilakukan oleh Harahap di tahun 2022 pada pasien lansia dengan *rheumatoid arthritis* dengan diagnosis keperawatan nyeri akut berhubungan dengan peradangan sendi, diberikan intervensi keperawatan sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), yakni manajemen nyeri. Adapun intervensi yang diberikan adalah lakukan pengkajian nyeri secara komperensif termasuk lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas dan faktor presipitasi, gunakan teknik komunikasi terapeutik untuk mengetahui pengalaman nyeri, evaluasi pengalaman nyeri masa lampau, ajarkan tentang teknik nonfarmakologi, kolaborasi dengan dokter jika ada keluhan dan tindakan nyeri tidak berhasil. Teknik nonfarmakologis yang dilakukan peneliti untuk mengurangi skala nyeri adalah penerapan senam rematik yang dilakukan selama 20-30 menit yang dilaksanakan selama 3 hari. Evaluasi yang didapatkan dari implementasi pada hari ketiga adalah nyeri pada persendian kaki dan tangan sudah mulai berkurang dan kekakuan sudah mulai berkurang. Skala nyeri sebelum dilakukan senam rematik yaitu enam, dan setelah dilakukan senam rematik skala nyeri berkurang menjadi tiga. (Harahap, 2021).

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk menulis “Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny. T dalam penerapan Senam rematik Terhadap penurunan Skala Nyeri Pada Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis Di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu”.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang diambil adalah “Bagaimana Asuhan Keperawatan Pada Ny. T Dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal : *Rheumatoid Arthritis* Dalam Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Skala Nyeri Di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu”.

## **C. TUJUAN**

### **1. Tujuan Umum**

Penulis mampu meningkatkan keterampilan dan kemampuan dalam melakukan Asuhan Keperawatan Pada Ny. T Dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal : *Rheumatoid Arthritis* Dalam Penerapan Senam Rematik

Terhadap Penurunan Skala Nyeri Di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu melakukan pengkajian pada Ny. T pasien rematik dengan masalah nyeri dalam penerapan senam rematik.
- b. Mampu menegakkan diagnosis keperawatan pada Ny. T pasien rematik dengan masalah nyeri dalam penerapan senam rematik..
- c. Mampu menyusun perencanaan intervensi keperawatan pada Ny. T pasien rematik dengan masalah nyeri dalam penerapan senam rematik.
- d. Mampu melaksanakan implementasi keperawatan pada Ny. T pasien rematik dengan masalah nyeri dalam penerapan senam rematik.
- e. Mampu mengevaluasi dari pelaksanaan intervensi keperawatan pada Ny. T pasien rematik dengan masalah nyeri dalam penerapan senam rematik.
- f. Mampu melaksanakan pendokumentasian proses keperawatan sebelum penerapan senam rematik dan sesudah penerapan senam rematik pada pasien rematik dengan masalah nyeri dalam penerapan senam rematik.

## **D. MANFAAT**

### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai literatur studi Pendidikan khususnya di bidang keperawatan dan sebagai bahan bacaan di perpustakaan Poltekkes Kemenkes Medan mengenai asuhan keperawatan pada lansia dengan rematik.

### **2. Bagi Tempat Penelitian**

Menjadi informasi serta bahan masukan dan referensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan pancur Batu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan asuhan keperawatan gerontik dalam penerapan Senam rematik terhadap penurunan skala nyeri pada lansia dengan Rheumatoid Arthritis.

### **3. Bagi Penulis Selanjutnya**

Menjadi sumber informasi dan referensi untuk mengembangkan asuhan keperawatan gerontik dalam penerapan Senam rematik terhadap penurunan skala nyeri pada lansia dengan Rheumatoid Arthritis.