

Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lansia Di Desa Tangkil Kulon Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan

Khoerur Rozikin, Dwi Fijianto

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

ABSTRAK

Rematik merupakan penyakit auto imun ketika sistem imun pada tubuh seseorang menyerang sel – sel tubuhnya sendiri. Tanda dan gejala rematik adalah peradangan, kelainan bentuk dan nyeri sendi yang paling sering dirasakan oleh penderita rematik. Tujuan studi kasus ini untuk mengetahui pengaruh senam rematik terhadap penurunan nyeri rematik pada lansia. Senam rematik merupakan gerakan yang menitikberatkan pada gerakan persendian sambil meregangkan dan menguatkan otot karena otot ini membantu persendian menopang tubuh. Metode studi kasus yang digunakan adalah metode deskriptif. Hasil studi kasus ini adalah pasien 1 maupun 2 mengalami penurunan nyeri setelah dilakukan senam rematik. Kesimpulan studi kasus ini yaitu terapi senam rematik efektif untuk menurunkan nyeri pada penderita Arthritis rheumatoid. Saran bagi perawat diharapkan dapat diajarkan sebagai alternatif tindakan dalam menurunkan nyeri Arthritis Rheumatoid pada lansia.

Kata kunci : *Arthritis Rheumatoid, nyeri, senam rematik*

Application of Rheumatic Gymnastics to Reduction of Rheumatoid Arthritis Pain in the Elderly in Tangkil Kulon Village, Kedungwuni District, Pekalongan Regency

Khoerur Rozikin, Dwi fijiarto

Diploma Three Nursing Study Program Faculty of Health Sciences University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

ABSTRAK

Rheumatism is an auto immune disease when a person's immune system attacks the body's own cells. The signs and symptoms of rheumatism are inflammation, deformity and joint pain that are most often felt by rheumatism sufferers. The purpose of this case study is to determine the effect of rheumatic exercise on reducing rheumatic pain in the elderly. Rheumatic gymnastics is a movement that focuses on joint movement while stretching and strengthening muscles because these muscles help joints support the body. The case study method used is descriptive method. The results of this case study are patients 1 and 2 experienced a decrease in pain after doing rheumatic exercises. The conclusion of this case study is that rheumatic exercise therapy is effective for reducing pain in patients with rheumatoid arthritis. Suggestions for nurses are expected to be used as an alternative action in reducing Rheumatoid Arthritis pain in the elderly

Keywords: *Rheumatoid Arthritis, pain, rheumatic exercise*