

Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Rheumatoid Arthritis Di Desa Dracik Kecamatan Batang Kabupaten Batang

Vanesa Tri Novana, Firman Faradisi

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. Gejala rematik yaitu inflamasi, deformitas, dan nyeri sendi yang paling dirasakan oleh penderita rematik. Senam Rematik merupakan terapi alternative yang sudah terbukti dapat menurunkan nyeri sendi pada pasien rematik. Tujuan studi kasus ini adalah untuk menggambarkan penggunaan terapi senam rematik pada pasien rematik. Metode yang digunakan adalah asuhan keperawatan dengan menerapkan terapi senam rematik. Instrumen penelitian berupa lembar observasi skala nyeri (Numerical Rating Scale). Hasil yang didapatkan pada klien 1 maupun 2 yaitu mengalami penurunan nyeri. Kesimpulan pada studi kasus ini bahwa senam rematik dapat menurunkan skala nyeri. Saran bagi perawat diharapkan dapat menerapkan tindakan senam rematik untuk menurunkan skala nyeri pada pasien rematik.

Kata kunci : *Rematik, nyeri, senam rematik*

The Implementation of Therapeutic Gymnastics to Reduce Joint Pain for Rheumatoid Arthritis Patients in Dracik Village, Batang District, Batang Regency Kabupaten

Vanesa Tri Novana, Firman Faradisi

Vocational Program in Nursing, Faculty of Health Sciences University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

ABSTRACT

Rheumatoid arthritis is an autoimmune disease when a person's immune system attacks the body's cells. Signs and symptoms of rheumatoid arthritis include joint inflammation and joint deformity. In most cases, patients with rheumatoid arthritis experience joint pain. Rheumatic Gymnastics is an alternative therapy that has been proven to reduce joint pain in rheumatic patients. The purpose of this case study is to describe the use of rheumatic exercise therapy in arthritic patients. The purpose of this case study is to examine therapeutic gymnastic in reducing pain among patients with rheumatoid arthritis. Two patients were taught to exercise therapeutic gymnastic. The research instrument is a pain scale observation sheet (Numerical Rating Scale). Two patients reported that there was a decreasing intensity of joint pain after doing exercise. This study concludes this particular exercise may reduce joint pain. Nurses are suggested to implement therapeutic gymnastics exercise in reducing pain among patients with Rheumatoid arthritis.

Keywords: *rheumatoid arthritis; pain; therapeutic gymnastics exercise*