

ABSTRAK

Penerapan Senam Rematik Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Keluarga Dengan Nyeri Asam Urat Di Desa Wonokromo Kecamatan Comal Kabupaten Pemalang

Isni Masyuta¹, Herni Rejeki²
Diploma Tiga Keperawatan FIKES UMPP

Asam urat merupakan salah satu penyebab nyeri sendi yang sering dikeluhkan oleh anggota keluarga yang disebabkan karena tingginya kadar purin dalam tubuh. **Tujuan** dari studi kasus ini adalah untuk menurunkan skala nyeri pada dua keluarga dengan asam urat menggunakan terapi senam rematik. **Metode** yang digunakan adalah asuhan keperawatan pada dua keluarga dengan masalah asam urat. **Instrumen** yang digunakan meliputi alat ukur nyeri (Numerical Rating Scale), alat ukur kadar asam urat (*easy touch* GCU), SOP senam rematik, dan lembar observasi skala nyeri. **Hasil** setelah dilakukan tindakan senam rematik selama 2 minggu, setiap hari dalam 30 menit, pada keluarga I terjadi penurunan nyeri dari skala 6 turun menjadi 2, sedangkan keluarga II dari skala nyeri 6 turun menjadi 1. Penurunan kadar asam urat pada keluarga I dari 7,4 mg/dl menjadi 6,0 mg/dl sedangkan keluarga II dari 6,8 mg/dl menjadi 5,8 mg/dl. **Simpulan** studi kasus ini menunjukkan bahwa penerapan senam rematik yang dilakukan secara rutin dapat menurunkan skala nyeri pada dua keluarga dengan nyeri asam urat. **Saran** bagi keluarga dengan nyeri asam urat yaitu mampu memahami penyakit asam urat dan mampu menerapkan senam rematik secara mandiri pada anggota keluarga jika nyeri muncul sewaktu-waktu.

Kata kunci: Asam Urat, Asuhan Keperawatan Keluarga, Senam Rematik