

**PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN SENAM REMATIK
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA
PENDERITA RHEUMATOID ARTHTRITIS DI DESA MANCASAN
KEC. BAKI KAB. SUKOHARJO**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
untuk Meraih Gelar Sarjana Keperawatan**



Disusun Oleh :

BELA ARFITASARI

J210160062

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2020

HALAMAN PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul

**PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN SENAM REMATIK
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA
RHEUMATOID ARTHITRITIS DI DESA MANCASAN KEC.BAKI
KAB.SUKOHARJO**



Oleh:

Pembimbing:

Abi Muhlisin, SKM., M.Kep

Hari, Tanggal: Selasa, 4 Februari 2020

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul :

**PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN SENAM REMATIK
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA
RHEUMATOID ARTHTRITIS DI DESA MANCASAN KEC.BAKI
KAB.SUKOHARJO**

Oleh:

BELA ARFITASARI

J210160062

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal: 10 Februari 2020

Pembimbing

Abi Muhlisin, SKM., M.Kep

NIK.629

Penguji:

1. Abi Muhlisin, SKM., M.Kep (.....)
2. Agus Sudaryanto, S.Kep., Ns., M.Kes (.....)
3. Arina Maliya, S.Kep., Ns., M.Si.Med (.....)

Menyetujui,
Kaprodi Keperawatan

Arum Pratiwi, S.Kp., M.Kes., Ph.D

NIK.660

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta**



Dr. Nurulazimah, SKM., M.Kes

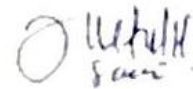
NIP.786

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

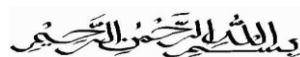
Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 4 Februari 2020
Penulis



BELA ARFITASARI
J210160062

KATA PENGANTAR



Puji syukur Alhamdulillah kita panjatkan kehadiran Allah atas segala limpahan nikmat, rahmat dan hidayahnya sehingga skripsi penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Pelatihan Senam Rematik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita *Rheumatoid Arthritis* di Desa Mancasan Kec.Baki Kab.Sukoharjo” dapat selesai tepat pada waktunya.

Penyusunan skripsi penelitian ini dilakukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penulis sendiri menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini selesai, hal tersebut tidaklah mudah untuk penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Sofyan Anif, M. Si., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan beserta jajarannya.
3. Arum Pratiwi, M.Kes., Ph.D selaku Ketua Program Studi Keperawatan beserta jajarannya
4. Abi Muhlisin, SKM., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, saran serta dukungan dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
5. Orang Tua dan Keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
6. Pihak Puskesmas, Desa , Bidan Desa Mancasan dan pihak-pihak lain yang telah telah memberikan izin dan membantu dalam penelitian saya.
7. Responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

Skripsi ini diajukan demi perubahan serta pembaharuan informasi terhadap masyarakat dalam mengatasi nyeri khususnya pada penderita *Rheumatoid Arthritis* di daerah penelitian. Penulis berharap agar skripsi penelitian ini tidak memiliki kekurangan. Namun, Penulis menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih banyak yang perlu diperbaiki karena penulis menyadari bahwa pengetahuan penulis yang sangat terbatas, sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun dan menjadikan skripsi penelitian ini menjadi lebih baik. Akhir kata, penulis berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang Keperawatan.

Surakarta, 5 Februari 2020

Bela Arfitasari

J210160062

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan kemudahan kepada saya dalam menyusun skripsi, skripsi ini saya sembahkan untuk :

1. Allah SWT, yang telah memberikan kesehatan, rahmat, hidayah, rezeki dan segalanya yang saya butuhkan selama proses menyusun skripsi.
2. Kedua orang tua dan adik - adik saya (Bapak Purjiyo, Ibu Pujiati, Putri Aurellia C.P. dan Deswitha Gendhis .M.). Terimakasih atas do'a, semangat, motivasi, cinta, kasih, sayang, serta pengorbanan yang telah diberikan.
3. Ketiga untuk diri saya sendiri yang telah dapat meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Abi Muhlisin, SKM., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, saran serta dukungan dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
5. Seluruh Dosen/Staff/Civitas akademika Program studi Keperawatan dan Fakultas Ilmu Kesehatan UMS yang ikut membantu saya dalam proses ini.
6. Daviq Bagus Setiadi yang selalu sedia membantu dan memberikan dukungan dan arahannya dalam penyusunan skripsi ini.
7. Assisten penelitian Itsnaani rahmadita Nur Latifaah, Sherpa Megatama Ayu, yang telah membantu saya dalam pengambilan sampel penelitian.
8. Teman Kos (Nurizki, Abidah, Aifa dan Aning) yang telah memberikan dukungan dan menemani sehari hari.
9. Teman-teman kampus saya dari awal saya masuk kuliah (Naani, Savira, Putri, Riza dan Devia) yang selalu bersedia membantu selama masa perkuliahan.
10. Teman seperbimbimbing yang telah berjuang bersama-sama
11. Teman-teman Keperawatan angkatan 2016, terkhusus untuk Kelas B yang telah berjuang bersama-sama.

MOTTO

***“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”
(Q.S. Ali-Imran [03] : 139)***

***“Dan karena rahmat-Nya, Dia jadikan untukmu malam dan siang, supaya kamu beristirahat pada malam itu dan supaya kamu mencari sebahagian dari karunia-Nya (pada siang hari) dan agar kamu bersyukur kepada-Nya.”
(Q.S. Al-Qashash [28] :73)***

***“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”
(Q.S. Al-Insyirah [94] :05)***

***“Boleh jadi kamu membenci sesuatu padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi pula kamu menyukai sesuatu padahal ia amat buruk bagimu, Allah mengetahui sedang kamu tidak mengetahui”
(Q.S. Al-Baqarah [02] :216)***

***“Don’t think that someone else is more blessed than you are. Allah blesses us in different ways. “
(Anonymous)***

***“Akan ada bahagia disetiap tetes keringat dari jerih payahmu. Jika hujan adalah kesedihan dan matahari adalah kebahagiaan maka kamu memerlukan keduanya untuk dapat melihat pelangi (kebahagiaan)”
(Penulis)***

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
PENGESAHAN SKRIPSI	iii
PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. <i>Rheumatoid Arthritis</i>	9
1. Pengertian <i>Rheumatoid Arthritis</i>	9
2. Epidemiologi <i>Rheumatoid Arthritis</i>	9
3. Etiologi <i>Rheumatoid Arthritis</i>	10
4. Faktor Resiko <i>Rheumatoid Arthritis</i>	11
5. Patofisiologi <i>Rheumatoid Arthritis</i>	12
6. Manifestasi klinis <i>Rheumatoid Arthritis</i>	13
7. Diagnosis <i>Rheumatoid Arthritis</i>	17

8. Pemeriksaan Penunjang <i>Rheumatoid Arthritis</i>	18
9. Penatalaksanaan <i>Rheumatoid Arthritis</i>	19
B. Nyeri.....	21
1. Pengertian Nyeri.....	21
2. Nyeri Pada <i>Rheumatoid Arthritis</i>	22
3. Klasifikasi Nyeri	22
4. Faktor yang Mempengaruhi Nyeri	24
5. Pengukuran Intensitas Nyeri	26
6. Penatalaksanaan Nyeri Pada <i>Rheumatoid Arthritis</i>	27
C. Senam Rematik	29
1. Pengertian Senam Rematik	29
2. Manfaat Senam Rematik	29
3. Indikasi Pemberian Senam Rematik	30
4. Kontra Indikasi Senam Rematik	30
5. Prinsip Penatalaksanaan Senam Rematik.....	30
6. Dosis Pemberian Pelatihan Senam Rematik	32
7. Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri	32
D. Kerangka Teori.....	33
E. Kerangka Konseptual	34
F. Pertanyaan Penelitian	34
G. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian	36
C. Populasi dan Sampel Penelitian	36
D. Kerangka Kerja Penelitian	38
E. Variabel Penelitian	39
F. Definisi Operasional.....	39
G. Instrumen Penelitian.....	40
H. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	40

	I. Rencana Penelitian	41
	J. Teknik Pengolahan dan Analisa Data	43
	K. Analisa Data	44
	L. Etika Penelitian	45
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
	A. Hasil Penelitian	47
	1. Karakteristik Responden	48
	2. Karakteristik Nyeri	49
	3. Analisa Univariat	51
	4. Uji normalitas data	52
	5. Analisa Bivariat	52
	B. Pembahasan	54
	1. Karakteristik Responden	53
	2. Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Senam Rematik	57
	3. Skala Nyeri Setelah Dilakukan Senam Rematik	58
	4. Pengaruh Pemberian Pelatihan Senam Rematik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita <i>Rheumatoid</i> <i>Arthritis</i>	59
	C. Keterbatasan Penelitian	62
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	63
	A. Kesimpulan	63
	B. Saran	64
	DAFTAR PUSTAKA	65
	LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian Penelitian	5
Tabel 2.1	Diagnosis <i>Rheumatoid Arthritis</i>	17
Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh Pemberian Pelatihan Senam Rematik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita <i>Rheumatoid Arthritis</i>	39
Tabel 4.1	Karakteristik Responden Desa Mancasan Baki Sukoharjo 24 Desember 2019 – 6 Januari 2020 (n:30).....	48
Tabel 4.2	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Skala Nyeri Sendi Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam Rematik Pada Kelompok Intervensi di Desa Mancasan 24 Desember 2019 – 6 Januari 2020	50
Tabel 4.3	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Skala Nyeri Sendi Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam Rematik Pada Kelompok Kontrol di Desa Mancasan 24 Desember 2019 – 6 Januari 2020	50
Tabel 4.4	Hasil Analisa Univarian Skala Nyeri Pretest dan Posttest Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol	51
Tabel 4.5	Hasil Uji Normalitas Data <i>Shapiro Wilk</i>	52
Tabel 4.6	Pengaruh Pemberian Pelatihan Senam Rematik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Kelompok Intervensi	52
Tabel 4.7	Pengaruh Pemberian Pelatihan Senam Rematik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Kelompok Kontrol.....	53
Tabel 4.8	Perbedaan Pemberian Pelatihan Senam Rematik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Intensitas Nyeri Deskriptif	26
Gambar 2.2 Skala Penilaian Numerik.....	27
Gambar 2.3 Skala Analog Visual.....	27

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1	Kerangka Teori Pengaruh Pemberian Pelatihan Senam Rematik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita <i>Rheumatoid Arthritis</i>	33
Bagan 2.2	Kerangka Konsep Pengaruh Pemberian Pelatihan Senam Rematik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita <i>Rheumatoid Arthritis</i>	34
Bagan 3.1	Kerangka Kerja Penelitian	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Lembar Observasi.....	73
Lampiran 2.	Permohonan Menjadi Responden.....	75
Lampiran 3.	Pernyataan Bersedia Menjadi Responden	76
Lampiran 4.	Standar Operasional Prosedur (SOP) Senam Rematik	77
Lampiran 5.	Permohonan Ijin Study Pendahuluan	78
Lampiran 6.	Surat Keterangan Studi Pendahuluan	79
Lampiran 7.	Permohonan Ijin Penelitian	80
Lampiran 8.	Surat Keterangan Penelitian	81
Lampiran 9.	Ethical Clearance Letter	82
Lampiran 10.	Hasil Penelitian.....	83
Lampiran 11.	Foto Dokumentasi	92

**PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN SENAM REMATIK
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA
RHEUMATOID ARTHTRITIS DI DESA MANCASAN KEC. BAKI KAB.
SUKOHARJO**

Bela Arfitasari*, Abi Muhlisin *

Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta Jl. Ahmad Yani, Tromol Pos 1, Pabelan,
Kartasura

Email: bela.arfitasari@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: *Rheumatoid Arthritis* (RA) merupakan gangguan autoimun kronis di mana sistem kekebalan tubuh menyerang sendi, mengarah kepada peradangan, erosi (pengikisan), dan kelainan bentuk. *Rheumatoid Arthritis* merupakan penyakit penyebab kecacatan peringkat 42. Sejauh ini penyebab pasti *Rheumatoid Arthritis* belum diketahui. Faktor resiko *Rheumatoid Arthritis* adalah rusaknya tulang rawan, jarak sendi antar tulang menjadi kecil, timbul nyeri, gangguan mobilitas dan kelainan bentuk tulang. Salah satu terapi non farmakologi untuk *Rheumatoid Arthritis* adalah senam rematik yang berfokus untuk gerak sendi. **Tujuan:** untuk Mengetahui pengaruh pemberian senam rematik dalam mengurangi intensitas nyeri pada penderita *Rheumatoid Arthritis*. **Metode:** Jenis penelitian eksperimen dengan rancangan *quasy-experimental design* dengan pendekatan *non-equivalent control group design*. Sampel penelitian ini berjumlah 30 responden. teknik sampling dengan *purposive sampling*. metode pengumpulan data menggunakan *Lembar observasi Numerical Rating scale (NRS)*. Metode analisa data menggunakan uji *wilcoxon test* untuk uji pengaruh dan uji *mann-whitney* untuk uji beda pengaruh. **Hasil:** berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 26(86.67%), mayoritas responden bekerja sebagai lain-lain sebanyak 16 (53.33%), mayoritas responden berusia > 60 tahun sebanyak 14 (46.67%), mayoritas responden berpendidikan SD sebanyak 11 (36.67%). Intensitas nyeri responden mengalami penurunan nyeri, sebelum diberi intervensi rata-rata memiliki tingkat nyeri sedang 11 (73.3%) dan setelah diberi intervensi rata-rata menurun menjadi tingkat nyeri ringan sebanyak 14 (93.3%). Berdasarkan hasil pengujian dengan *wilcoxon* didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian senam rematik terhadap penurunan nyeri dengan $p\text{-value } 0.000 < 0.05$. berdasarkan hasil uji *mann-whitney* didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan terhadap penurunan nyeri pada penderita *rheumathoid arthritis*.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pemberian senam rematik terhadap penurunan nyeri *rheumathoid arthritis*. Terdapat perbedaan pengaruh kelompok yang diberi senam rematik dan kelompok yang tidak diberi senam rematik terhadap penurunan nyeri penderita *rheumathoid arthritis*.

Kata Kunci: Senam Rematik, Penurunan Nyeri, *Rheumatoid Arthritis*

**IMPACT OF REUMATIC GYMNASTIC TRAINING TO REDUCE THE
INTENSITY OF PAIN IN RHEUMATOID ARTHRITIS PATIENTS IN
MANCASAN VILLAGE SUKOHARJO**

Bela Arfitasari*, Abi Muhlisin *

Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta Jl. Ahmad Yani, Tromol Pos 1, Pabelan,
Kartasura
Email: bela.arfitasari@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Rheumatoid Arthritis* (RA) is a chronic autoimmune disease which attack the immune system of the joints, leading to inflammation, erosion (erosion), and deformity. *Rheumatoid Arthritis* is a disease number 42 that causes disability. So far the exact cause of *Rheumatoid Arthritis* is unknown. Risk factors for *Rheumatoid Arthritis* are cartilage damage, small joints between bones, pain, mobility and bone deformities. One non-pharmacological therapy for *Rheumatoid Arthritis* is rheumatic gymnastic which focuses on joint motion. **Purpose :** To know the effect of rheumatic exercise in reducing the intensity of pain in patients with Rheumatoid Arthritis. **Method:** This type of experimental research with quasy-experimental design with non-equivalent control group design approach. The sample of this study was 30 respondents. sampling technique with purposive sampling. data collection methods using the Numerical Rating scale (NRS) observation sheet. The method of data analysis uses the Wilcoxon test to know the influence of gymnastic rheumatic on patient with *Rheumatoid Arthritis* and Mann-whitney test to know the differencies between the control group and intervention group. **Results:** Based on the results of the study found that the majority of respondents were female as many as 26 (86.67%), the majority of respondents worked as other as many as 16 (53.33%), the majority of respondents aged > 60 years were 14 (46.67%), the majority of respondents were educated Elementary school as many as 11 (36.67%). The pain intensity of respondents experienced a decrease in pain, before being given an intervention the average had a moderate pain level of 11 (73.3%) and after being given an average intervention decreased to a mild pain level of 14 (93.3%). Based on the results of testing with Wilcoxon, the results showed that there were the effect of rheumatic exercise on pain reduction with a p-value of $0.000 < 0.05$, based on the results of the mann-whitney test, it was found that there were differences between the control group and the treatment group for pain reduction in patients with rheumathoid arthritis. **Conclusion:** There is an effect of rheumatic arthritis in reducing rheumathoid arthritis pain. There is a difference in the effect of groups that are given rheumatic gymnastic and groups who are not given rheumatic gymnastic on the reduction in pain of rheumathoid arthritis sufferers.

Keywords: Rheumatic Gymnastic, Pain Relief, *Rheumatoid Arthritis*