

**PENERAPAN SENAM REMATIK UNTUK MENINGKATKAN  
KEMAMPUAN DALAM MERAWat ANGGOTA KELUARGA  
DENGAN NYERI KRONIS AKIBAT RHEUMATOID  
ARTHRITIS DI WILAYAH PUSKESMAS TAMANSARI  
KOTA TASIKMALAYA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan dalam memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan Program  
Pendidikan DIII Keperawatan pada Jurusan Keperawatan Tasikmalaya



**Oleh :**

**ROSMAYA HARTATI  
NIM. P2.06.20.1.19.030**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DII KEPERAWATAN  
TASIKMALAYA**

**2022**

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “Penerapan Senam Rematik Untuk Meningkatkan Kemampuan Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Nyeri Kronis Akibat Rheumatoid Arthritis di Wilayah Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya” Penyusunan Karya tulis Ilmiah ini merupakan salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan Program Studi DIII Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Penulis banyak mengalami hambatan dan kesulitan dalam pembuatan KTI, namun atas bantuan dan dorongan berbagai pihak, baik berupa saran petunjuk maupun penjelasan yang sangat membantu kelancaran penyusunan KTI. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Ibu Hj. Ani Radiati, S. Pd., M. Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S. Kep, Ners., M. Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Lia Herliana, S. Kep, Ners., M. Kep, selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Betty Suprapti, SKp., M.Kes, selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan serta bimbingan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik.

5. Ibu Kusmiyati, SKp., M.Kes, selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan serta bimbingan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Seluruh Staf Dosen Program Studi D III Keperawatan Tasikmalaya yang telah memberikan dukungan selama penulis mengikuti pendidikan.
7. Mamah, Bapak, dan Kakak serta keluarga besar yang selalu memberikan dukungan dan senantiasa selalu mendoakan penulis.
8. Asep P.H, Intan M, Sopia L, Indri Indriana, Dita Regina, Mia Inayatul yang merupakan sahabat terbaik yang selalu memberikan dukungan dan doa.
9. Sinta Widiyaningsih, Aliska D.W, Hilda Widiyaningsih, Windayani selaku sahabat yang baik selalu memberikan motivasi dan semangat dari pertama masuk perkuliahan sampai saat ini.
10. Seluruh teman-teman Program Studi DIII Keperawatan Tasikmalaya Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Penulis menyadari dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Tasikmalaya, 10 Juni 2022

Penulis

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA  
ROSMAY HARTATI  
P2.06.20.1.19.030  
Dr. Betty Suprapti, S.Kp., M.Kes<sup>1</sup>  
Kusmiyati, S.Kp., M.Kes<sup>2</sup>**

**PENERAPAN SENAM REMATIK UNTUK MENINGKATKAN  
KEMAMPUAN KELUARGA DALAM MERAWAT ANGGOTA  
KELUARGA DENGAN NYERI KRONIS AKIBAT RHEUMATOID  
ARTHRITIS DI PUSKESMAS TAMANSARI**

**ABSTRAK**

Rheumatoid Arthritis (RA) merupakan penyakit autoimun yang belum diketahui penyebab dan pengobatannya secara tuntas. Penderita hanya mengkonsumsi obat untuk meringankan gejalanya, karena penyakit RA ini dapat menyebabkan nyeri, kaku sendi, dan deformitas sendi. Berdasarkan angka prevalensi di Tasikmalaya terdapat 714 penderita yang mengalami RA, kejadian ini akan terus berlanjut bahkan meningkat sesuai dengan bertambahnya kelompok rentan terkena penyakit RA. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana penerapan senam rematik untuk meningkatkan kemampuan dalam merawat anggota keluarga dengan nyeri kronis akibat Rheumatoid Arthritis. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan study kasus dengan menggunakan dua keluarga sebagai subjek penelitian. Penelitian ini dilakukan selama 5 hari pada tanggal 15-20 April 2022, menggunakan instrumen penelitian *Cek list* SOP senam rematik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit dengan cara senam rematik meningkat setelah dilakukan pendidikan kesehatan mengenai rheumatid arthritis dan demonstrasi cara mengurangi nyeri kronis yaitu dengan senam rematik, keberhasilan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit dapat dilihat dari perubahan skala nyeri yang dirasakan oleh responden I sebelum melakukan senam rematik skala nyeri 6 setelah senam rematik nyeri berkurang menjadi skala 3 dari 1-10, sedangkan responden II sebelum senam rematik skala nyeri 7 setelah senam rematik nyeri berkurang menjadi skala 3 dari 1-10. Kesimpulan yang didapat dari penelitian ini terdapat perbedaan karakteristik pada kedua keluarga, perbedaan mengenai kemampuan keluarga dalam memenuhi 5 tugas keluarga, dan perbedaan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam merawat anggota yang sakit. Diharapkan keluarga mampu bersikap dan meningkatkan keterampilan sesuai dengan pengetahuan yang telah diperoleh dari pelaksanaan pendidikan kesehatan mengenai senam rematik

**Kata Kunci** : Rheumatoid Arthritis, Kemampuan Keluarga dalam merawat nyeri kronis, Senam Rematik

**Daftar Pustaka** : 25 buah ( tahun 2014 s.d tahun 2021)

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA**  
**POLTEKKES TASIKMALAYA MINISTRY OF HEALTH**  
**ROSMAY HARTATI**  
**P2.06.20.1.19.030**  
**Dr. Betty Suprpti, S.Kp., M.Kes<sup>1</sup>**  
**Kusmiyati, S.Kp., M.Kes<sup>2</sup>**

**THE APPLICATION OF RHEUMATIC GYMNASTICS TO IMPROVE  
THE FAMILY'S ABILITY TO CARE FOR FAMILY MEMBERS WITH  
CHRONIC PAIN DUE TO RHEUMATOID ARTHRITIS IN PUSKESMAS  
TAMANSARI TASIKMALAYA DISTRICT**

**ABSTRACT**

*Rheumatoid Arthritis (RA) is an autoimmune disease whose cause and treatment are not completely known. Patients only take medication to relieve their symptoms, because RA can cause pain, joint stiffness, and joint deformity. Based on the prevalence rate in Tasikmalaya there are 714 sufferers who experience RA, this incidence will continue and even increase in accordance with the increasing number of vulnerable groups affected by RA. The purpose of this study was to determine how the application of rheumatic exercise to improve the ability to treat family members with chronic pain due to Rheumatoid Arthritis. This study uses a qualitative method with a case study approach using two families as research subjects. This research was conducted for 5 days on 15-20 April 2022, using the research instrument Check list of rheumatic gymnastics SOPs. The results of this study indicate that the ability of families to care for sick family members by means of rheumatic exercise increased after health education regarding rheumatoid arthritis and demonstrations of how to reduce chronic pain was carried out by rheumatic exercise, the success of families in caring for sick family members can be seen from changes in the pain scale. perceived by respondent I before doing rheumatic exercise, pain scale 6 after rheumatic exercise, pain reduced to a scale of 3 from 1-10, while respondent II before rheumatic exercise, pain scale 7 after rheumatic exercise, pain reduced to a scale of 3 from 1-10. The conclusions obtained from this study are that there are differences in the characteristics of the two families, differences in the ability of families to fulfill 5 family tasks, and differences in family knowledge and skills in caring for sick members. It is hoped that the family will be able to behave and improve skills in accordance with the knowledge that has been obtained from the implementation of health education regarding rheumatic gymnastic.*

**Keywords** : *Rheumatoid Arthritis, Family Ability to treat chronic pain, Rheumatism Exercise*

**Bibliography** : 25 pieces ( in 2014 to 2021)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KATA PENGANTAR .....	i
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Tujuan umum.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Tujuan khusus.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Bagi Klien dan Keluarga .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Bagi Penulis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Bagi Puskesmas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Bagi Institusi Pendidikan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. KONSEP DASAR.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Konsep Dasar Rheumatoid Arthritis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Rheumatoid Arthritis	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Konsep Senam Rematik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. KERANGKA TEORI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

BAB III METODOLOGI KTI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Desain KTI.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Subyek KTI.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Fokus Studi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Definisi Operasional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Batasan Istilah (Definisi Konseptual) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Lokasi dan Waktu .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
G. Prosedur Penulisan KTI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
H. Teknik Pengumpulan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
I. Instrumen dan Pengambilan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
J. Analisa Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
K. Etika Studi Kasus .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. HASIL.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. PEMBAHASAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PENUTUP.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. KESIMPULAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. SARAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Manifestasi Ekstraartikular Rheumatoid Arthritis **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2.2 Kriteria Arthritis Rheumatoid .....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2.3 Kerangka Teori .....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4.1 Karakteristik Keluarga Dengan Masalah Nyeri Kronis Akibat RA  
.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4.2 kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan  
manajemen rheumatoid arthritis tidak efektif setelah dilakukan intervensi  
pendidikan kesehatan senam rematik.....**Error! Bookmark not defined.**



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Perbandingan Normal Sendi dan Rheumatoid Arthritis..... **Error!**

**Bookmark not defined.**

Gambar 2.2 Numeric Rating Scale (NRS) .....**Error! Bookmark not defined.**

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 : Surat Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 2 : Informed Consent

Lampiran 3 : Asuhan Keperawatan Keluarga

Lampiran 4 : SAP Rheumatoid Arthritis

Lampiran 5 : SAP Manajemen Nyeri (Senam Rematik)

Lampiran 6 : SOP Senam Rematik

Lampiran 7 : Lembar Persetujuan

Lampiran 8 : Lembar Bimbingan