

PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP SKALA NYERI PADA PENDERITA REUMATOID ARTRITIS DI PUSKESMAS CIAMIS

Reni Purwanti¹, Rosmiati², Jajuk Kusmawaty³

¹Mahasiswa STIKes Muhammadiyah Ciamis

²Dosen STIKes Muhammadiyah Ciamis

³Dosen STIKes Muhammadiyah Ciamis

INTISARI

Latar belakang : *Reumatoid Arthritis* merupakan penyakit inflamasi articular yang paling sering terjadi pada lansia. *Reumatoid Arthritis* adalah suatu penyakit kronis, sistemik yang secara khas berkembang perlahan-lahan dan ditandai oleh adanya radang yang sering kambuh pada sendi- sendi diartrodial dan struktur yang berhubungan. Menurut Dinas Kabupaten Ciamis dari keseluruhan Puskesmas Kabupaten Ciamis diagnosa kasus reumatoid arthritis sebanyak 17.492 kasus.

Tujuan : Untuk mengetahui Pengaruh Senam Lansia Terhadap Skala Nyeri Pada Penderita *Reumatoid Arthritis* Di Puskesmas Ciamis

Metode penelitian : metode penelitian ini adalah pre-experimental design dengan bentuk satu kelompok *One-Shot Case Study*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia berusia 45-59 tahun sebanyak 129 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *aksidental sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang berusia 45-59 tahun sebanyak 56 orang.

Hasil penelitian : hasil penelitian menyatakan bahwa ada pengaruh senam lansia terhadap skala nyeri pada penderita reumatoid arthritis di puskesmas ciamis, dengan nilai *significancy* pada hasil uji *wilcoxon* menunjukkan ($P = 0,029 < 0,05$).

Pembahasan : Artinya reumatoid arthritis bisa dikurangi dengan melakukan olahraga salah satunya yaitu dengan melakukan senam lansia. Senam yang dilakukan secara teratur dapat memperkuat otot-otot disekitar sendi, mengurangi rasa nyeri atau sakit, memperbaiki keseimbangan dan memberikan lebih banyak energi dalam tubuh.

Simpulan : senam lansia dapat berpengaruh terhadap skala nyeri penderita reumatod arthritis

Kata kunci : Senam Lansia, Skala Nyeri, *Reumatoid Arthritis*

Kepustakaan : 26 Referensi (2008-2018)

THE INFLUENCE OF GYMNASTICS SCALE OF PAIN ELDERLY SUFFERERS OF REUMATOID ARTHRITIS IN CLINICS CIAMIS

Reni Purwanti¹, Rosmiati², Jajuk Kusmawaty³

¹Student of STIKes Muhammadiyah Ciamis

²Lecture of STIKes Muhammadiyah Ciamis

³Lecture of STIKes Muhammadiyah Ciamis

ABSTRACT

Background: *Reumatoid Arthritis is inflammatory articular disease most often occurs in the elderly. Reumatoid Arthritis is a chronic, systemic disease typically develops slowly and is characterized by the presence of inflammation that often relapse on diartrodial joints and related structures. According To The Office Of Kabupaten Ciamis of the total of clinics Kabupaten Ciamis diagnose cases of reumatoid arthritis as much 17,492 case.*

Purpose : *to know the influence of Gymnastics on the Pain Scale Against Elderly sufferers of Reumatoid Arthritis In Clinics Ciamis*

Research methods: *the method of this research is the pre-experimental design with one group One-Shot Case Study. The population in this study is the elderly aged forty-five to fifty nine years as many as one hundred twenty nine people. The sampling technique in this research is accidentacl sampling. The sample in this study is the elderly aged forty five to fifty nine years as many as fifty six people.*

Research Results : *the research stated that there were elderly gymnastics influence the scale of pain in sufferers of reumatoid arthritis in clinics ciamis, with a value of significancy wilcoxon test results showed ($P = 0,029 < 0.05$).*

Discussion : *meaning rheumatoid arthritis can be reduced by doing sports one of which is by doing elderly gymnastics. Regular exercise can strengthen the muscles around the joints, reduce pain or ache, improve balance annd provide and provide more energy in the body.*

Conclusion : *elderly exercisers can impact the scale of pain sufferers reumatod arthritis*

Keywords : *Elderly Exercisers, Pain Scale, Reumatoid Arthritis*

Library : *26 Reference (2008-2018)*