

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Rheumatoid Arthritis (RA) merupakan penyakit autoimun inflamasi kronis yang ditandai dengan inflamasi persisten pada membran sinovial yang menyebabkan nyeri, pembengkakan, kekakuan, serta kerusakan sendi progresif. RA juga bersifat sistemik dan dapat memengaruhi organ seperti mata, paru, kulit, dan sistem kardiovaskular, sehingga berdampak signifikan terhadap kualitas hidup penderitanya (Smolen et al., 2020; Sparks, 2021).

Secara global, RA tetap menjadi masalah kesehatan dengan tren prevalensi yang meningkat. Studi Global Burden of Disease melaporkan bahwa sekitar 17–18 juta orang hidup dengan RA, dengan angka kejadian yang meningkat dalam satu dekade terakhir (Vos et al., 2020; Safiri et al., 2021). Peningkatan ini menunjukkan bahwa RA merupakan penyakit kronis dengan beban kesehatan global yang besar.

Data epidemiologi RA di Indonesia menunjukkan variasi prevalensi tergantung metode diagnosis dan sumber data. Laporan nasional memperkirakan prevalensi RA sekitar 0,3–0,7% pada populasi dewasa, sementara keluhan muskuloskeletal yang dilaporkan tenaga kesehatan dapat mencapai lebih dari 10%, terutama pada kelompok usia lanjut (Sihombing, 2020; Setiati et al., 2021). Perbedaan ini mencerminkan tantangan dalam deteksi dan diagnosis RA di tingkat pelayanan primer.

Tingkat regional, data Jawa Timur menunjukkan bahwa penyakit sendi masih menjadi salah satu masalah kronis yang sering ditemui, khususnya

pada kelompok lansia, dengan prevalensi yang tetap tinggi dalam beberapa laporan survei kesehatan provinsi (Lestari, 2020). Hal ini menegaskan bahwa RA dan keluhan nyeri sendi merupakan isu kesehatan yang penting untuk ditangani di daerah tersebut.

Secara lokal, Kabupaten Ponorogo juga mencatat tingginya kasus penyakit RA dan gangguan sendi. Laporan kesehatan daerah menunjukkan bahwa penyakit sendi termasuk dalam 10 besar penyakit terbanyak, terutama pada penduduk usia di atas 50 tahun, dengan jumlah kasus yang mencapai ribuan setiap tahun (Wahyuni, 2021). Sedangkan, angka kejadian RA di RSU Muhammadiyah Ponorogo mulai bulan Januari hingga November 2025 tercatat sebanyak 322 kasus (Rekam medis RSUM Ponorogo, 2025). Tingginya angka ini menegaskan bahwa RA merupakan masalah kesehatan yang nyata dan membutuhkan intervensi keperawatan yang tepat.

Nyeri akut menjadi salah satu keluhan utama pada RA, khususnya pada fase eksaserbasi. Nyeri ini terjadi akibat peningkatan mediator inflamasi yang memicu sinovitis, edema, dan peningkatan sensitivitas nosiseptor (McInnes & Schett, 2020). Nyeri yang tidak tertangani secara optimal dapat menyebabkan penurunan kemampuan fungsional, gangguan tidur, serta penurunan kualitas hidup pasien (Matcham et al., 2020).

Terapi farmakologis seperti NSAID, kortikosteroid, dan DMARD memang efektif dalam mengendalikan inflamasi RA, namun penggunaan jangka panjang dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan fungsi ginjal, hepatotoksisitas, serta peningkatan resiko infeksi (Singh et al., 2020).

Karena itu, strategi manajemen nyeri yang aman, efektif, dan dapat diterapkan jangka panjang sangat diperlukan.

Salah satu intervensi non-farmakologis yang terbukti bermanfaat adalah senam rematik, yaitu latihan fisik terstruktur yang bertujuan meningkatkan fleksibilitas sendi, memperkuat otot penyangga, meningkatkan aliran darah lokal, dan mengurangi kekakuan serta persepsi nyeri. Penelitian menunjukkan bahwa latihan fisik rutin dapat menurunkan nyeri, meningkatkan mobilitas, serta memperbaiki fungsi fisik pada pasien RA. (Cooney et al., 2021; Metsios et al., 2020). Selain itu, senam rematik dinilai aman dan mudah diterapkan baik di komunitas maupun fasilitas kesehatan primer karena intensitasnya yang ringan dan dapat disesuaikan dengan kondisi pasien.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Bagaimana penerapan senam rematik pada pasien *Rheumatoid Arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri akut di Poli Penyakit Dalam RSUD Muhammadiyah Ponorogo?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menyusun asuhan keperawatan dengan efektivitas penerapan senam rematik dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien dengan RA yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengkaji masalah kesehatan dan tingkat nyeri pada pasien RA dengan masalah keperawatan nyeri akut.

2. Mengidentifikasi dan menganalisis masalah keperawatan nyeri akut pada pasien RA.
3. Merencanakan intervensi keperawatan berupa penerapan senam rematik sebagai upaya penurunan tingkat nyeri.
4. Melaksanakan tindakan keperawatan melalui penerapan senam rematik sesuai standar prosedur operasional.
5. Melakukan evaluasi efektivitas senam rematik terhadap perubahan tingkat nyeri pasien RA dengan masalah keperawatan nyeri akut.
6. Melakukan dokumentasi keperawatan pada pasien RA dengan masalah keperawatan nyeri akut.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam manajemen nyeri pada pasien dengan RA melalui intervensi non-farmakologis. Penelitian ini dapat menjadi referensi dalam mata ajar Keperawatan Medikal Bedah dan Keperawatan Rehabilitasi terkait intervensi fisik untuk mengatasi nyeri dan meningkatkan fungsi sendi.

1.4.2 Manfaat Praktis :

1 Bagi Pasien dengan RA

Penerapan senam rematik diharapkan dapat membantu menurunkan tingkat nyeri, meningkatkan kelenturan dan fungsi sendi, serta meningkatkan kemampuan aktivitas sehari-hari sehingga berdampak pada peningkatan kualitas hidup pasien.

2 Bagi Peneliti

Peneliti berkesempatan mengaplikasikan ilmu serta mengetahui bagaimana Penerapan senam rematik pada pasien RA dengan masalah keperawatan nyeri akut

3 Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi acuan dalam memberikan asuhan keperawatan non-farmakologis yang efektif, aman, dan mudah diterapkan untuk menangani masalah nyeri akut pada pasien RA, sehingga berkontribusi pada peningkatan mutu pelayanan keperawatan dan keselamatan pasien

4 Bagi Masyarakat

Sebagai saran dan informasi pengetahuan yang baik bagi masyarakat tentang penanganan tingkat nyeri akut pada penderita RA dengan penerapan senam rematik, sehingga masyarakat dapat mengetahui penanganan yang dapat diaplikasikan ketika mengalami permasalahan yang serupa.

5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian lanjutan terkait intervensi latihan atau terapi fisik pada pasien RA, baik dalam pengembangan bentuk senam, modifikasi gerakan, maupun penelitian komparatif dengan teknik manajemen nyeri lainnya.