

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Rheumatoid Arthritis termasuk dalam kelompok penyakit rematik yang ditandai dengan terjadinya kerusakan sendi secara progresif, disertai manifestasi sistemik serta keterbatasan fungsi. Pada sebagian penderita, kondisi ini dapat berkembang secara lebih berat sehingga menyebabkan prognosis yang kurang baik, baik dari aspek fungsi maupun harapan hidup (Kalim, 2019). Pendekatan farmakologis sering menjadi pilihan utama, namun terapi non-farmakologis seperti terapi relaksasi *Benson* telah menunjukkan efektivitasnya dalam mengurangi nyeri tanpa efek samping sistemik (Labagow *et al.*, 2022; Kushariyadi *et al.*, 2023). Teknik terapi relaksasi benson merupakan terapi yang menggunakan teknik pernapasan dan bisa digunakan di rumah sakit pada pasien yang sedang mengalami nyeri. Pada relaksasi benson ada unsur tambahan keyakinan dalam bentuk kata-kata. Terapi ini telah banyak digunakan dan populer, termasuk di Amerika Serikat dan berbagai negara di dunia, sebagai metode untuk membantu menurunkan nyeri (Lauwsen & Dwiana, 2019).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), angka kejadian *Rheumatoid Arthritis* di dunia pada tahun 2018 mencapai sekitar 20% pada kelompok usia 55 tahun ke atas. Sementara itu, data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa angka kejadian *Rheumatoid Arthritis* di Indonesia mengalami peningkatan setiap tahunnya. Tercatat pada tahun 2015 terdapat 72.675 kasus, dan meningkat menjadi 102.995

kasus pada tahun 2019, sehingga terjadi penambahan sebanyak 30.320 kasus. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2020 juga menunjukkan bahwa prevalensi *Rheumatoid Arthritis* di Provinsi Jawa Timur mencapai 21,42%. Selain itu, di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan pada tahun 2026 tanggal 13 Januari 2026 tercatat 27 lansia penderita *Rheumatoid Arthritis*.

Rheumatoid Arthritis memiliki gejala khas yang sering dialami penderitanya, salah satunya adalah nyeri. Penyakit ini terjadi akibat penurunan fungsi anatomis pada sendi, yang menyebabkan berkurangnya cairan sinovial. Kondisi tersebut menimbulkan gesekan antar tulang saat sendi digerakkan. Nyeri pada *Rheumatoid Arthritis* bersifat kronis dan dapat mengakibatkan keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari serta penurunan rentang gerak sendi. Nyeri kronis umumnya disertai periode remisi, yaitu fase ketika gejala berkurang sebagian atau hilang sepenuhnya. Namun, pada sebagian besar penderita, periode remisi justru dapat menimbulkan rasa frustrasi yang berdampak pada kondisi psikologis (Ropei et al., 2018 dalam Fitri Ludfiyanti, 2020).

Rheumatoid Arthritis dapat dicegah melalui olahraga teratur, istirahat yang cukup, dan pemeriksaan kesehatan rutin. Penatalaksanaan nyeri pada penderita *Rheumatoid Arthritis* dapat dilakukan melalui terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis dinilai lebih efektif secara klinis, namun berisiko menimbulkan efek samping, sedangkan terapi nonfarmakologis berperan sebagai terapi pendukung dalam mengendalikan persepsi nyeri dan meningkatkan kemampuan klien dalam manajemen nyeri.

Pendekatan nonfarmakologis meliputi teknik relaksasi, seperti relaksasi napas dalam, relaksasi otot progresif, relaksasi Benson, serta stimulasi kutaneus berupa kompres hangat. Salah satu intervensi yang dapat diterapkan pada nyeri *Rheumatoid Arthritis* adalah relaksasi Benson, yang memanfaatkan minyak esensial untuk mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis, dengan metode aplikasi seperti inhalasi, pijat, kompres, dan berendam (Ropei et al., 2018; Purwandari et al., 201).

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan Terapi Relaksasi Benson Mengurangi Nyeri Pada Lansia Penderita *Reumatoid Arthritis* Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Bagaimana Penerapan Terapi Relaksasi Benson Dalam Mengurangi Nyeri Pada Lansia Penderita *Reumatoid Arthritis* Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien *Reumatoid Arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri Akut di UPT PSTW Magetan.
2. Merumuskan diagnosis keperawatan pada pasien *Reumatoid Arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri Akut di UPT PSTW Magetan.
3. Melakukan perencanaan keperawatan pada pasien *Reumatoid Arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri Akut di UPT PSTW Magetan.

4. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien *Reumatoid Arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri Akut di UPT PSTW Magetan.
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien *Reumatoid Arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri Akut di UPT PSTW Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapan dalam bidang keperawatan bagi akademik maupun praktik.

1.4.2 Manfaat Praktis

A. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait pentingnya penerapan terapi relaksasi benson dalam mengurangi nyeri Pada lansia penderita *reumatoid arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri akut.

B. Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan materi bagi petugas dalam menerapkan terapi relaksasi benson untuk mengurangi nyeri Pada lansia penderita *reumatoid arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri akut.

C. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bacaan dan pengembangan ilmu mengenai penerapan terapi relaksasi

Benson dalam mengurangi nyeri Pada lansia penderita *Reumatoid Arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri akut.

D. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian dan penulisan karya ilmiah akhir ners.

