

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI MANAJEMEN NYERI DENGAN
KOMBINASI TERAPI *BACK MASSAGE* DAN *SLOW BREATH
EXERCISE* PADA NYERI PASIEN LANSIA RHEUMATOID
ARTHRITIS DI WILAYAH KERJA UPTD
PUSKESMAS SUKARAYA
TAHUN 2024**



**ADAM EMHA ADYATMA
(PO7120221068)**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
TAHUN 2024**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI MANAJEMEN NYERI DENGAN
KOMBINASI TERAPI *BACK MASSAGE* DAN *SLOW BREATH
EXERCISE* PADA NYERI PASIEN LANSIA RHEUMATOID
ARTHRITIS DI WILAYAH KERJA UPTD
PUSKESMAS SUKARAYA
TAHUN 2024**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan



**ADAM EMHA ADYATMA
(PO7120221068)**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
TAHUN 2024**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Adam Emha Adyatma

Nim : PO7120221068

Program Studi : DIII Keperawatan Baturaja

Institusi : Poltekkes Kemenkes Palembang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Baturaja, Juni 2024

Pembuat Pernyataan



ADAM EMHA ADYATMA

NIM. PO7120221068

Mengetahui:

Pembimbing Utama



Lisdahayati, SKM., MPH
NIP.197011111990032001

Pembimbing Pendamping



Ns. Gunardi Pome, S.Ag., S.Kep., M.Kes
NIP.196905251989031002

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Adam Emha Adyatma NIM PO7120221068 dengan judul “Implementasi Manajemen Nyeri dengan Kombinasi Terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise* Pada Nyeri Pasien Lansia Rheumatoid Arthritis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sukaraya” telah diperiksa dan disetujui.

Baturaja, Juni 2024

Pembimbing Utama



Lisdahayati, SKM., MPH
NIP.197011111990032001

Pembimbing Pendamping



Ns. Gunardi Pome, S.Ag., S.Kep., M.Kes
NIP.196905251989031002

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Adam Emha Adyatma NIM PO7120221068 dengan judul “Implementasi Manajemen Nyeri dengan Kombinasi Terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise* Pada Nyeri Pasien Lansia Rheumatoid Arthritis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sukaraya Tahun 2024”. telah dipertahankan di depan dewan penguji Karya Tulis Ilmiah di Program Studi D-III Keperawatan Baturaja pada tanggal 20 Juni 2024.

Dewan Penguji

Penguji Ketua

Penguji Anggota 1

Penguji Anggota 2



Zanzibar, S.Pd., M.Kes

NIP. 19600205 198003 2001



Saprianto, SKM., M.Kes

NIP. 19670524 198803 1002



Lisdahayati, SKM., MPH

NIP. 19701111 199003 2001

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan




Ns. Gunardi Polme, S.Ag., S.Kep., M.Kes

NIP. 19690525 198903 1002

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Berjuanglah walau sampai membuatmu hancur lebur, dan rasakan hasilnya di masa yang mendatang”

PERSEMBAHAN:

Dengan rasa syukur dan hormat, Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan:

1. Kepada kedua orang tua saya tercinta, Bapak Agus Syamsul Fikri dan Ibu Suristri yang telah memberikan cinta, kasih sayang, dan dukungan tiada henti. Terimakasih atas segala pengorbanan dan perjuangan kalian memberikan yang terbaik untuk saya, doa yang selalu mengiringi setiap langkah saya. Semoga dedikasi ini menjadi bukti kecil dari rasa terimakasih yang mendalam atas semua yang telah kalian berikan.
2. Kepada saudara saya satu – satunya Weky Ikhbar Khorianum, S.I.P terimakasih atas dukungan, doa, serta bantuan yang engkau berikan selama ini. Kehadiranmu menjadi acuan untuk adikmu agar menjadi lebih baik lagi dan menjadi inspirasi setiap harinya, semoga kita berdua terus saling mendukung dan menginspirasi satu sama lain dalam setiap langkah perjalanan kita.
3. Untuk diri saya sendiri, terimakasih karena telah kuat dan berjuang hingga sampai pada titik ini, meskipun pada proses yang dilalui banyak rintangan yang datang namun kita membuktikan bahwa kita dapat melaluinya, semoga selalu kuat dalam setiap keadaan dan semoga hal baik terus berdatangan.
4. Untuk Destiani, terimakasih telah menjadi teman spesial dalam perjalanan & proses saya selama ini, telah menjadi support system serta selalu memberikan semangat pada setiap tahapannya. Semoga apa yang baik untuk kita selalu terjalin dalam setiap masanya.
5. Kepada saudara dan saudari sepupu saya M Yayan, Hesti Pantika, & Anita terimakasih atas segala dukungan selama ini. Semoga hal baik selalu menghampiri kita dalam setiap perjalanannya.

6. Teruntuk teman – teman saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas dukungan dan semangat yang selalu kalian berikan. Kehadiran kalian sangat berarti dalam perjalanan ini, semoga dedikasi ini menggambarkan rasa syukur atas semua yang telah kita perjuangkan selama ini.
7. Untuk pembimbing utama sekaligus dosen pembimbing akademik saya, Ibu Lisdahayati, SKM., MPH, terimakasih atas arahan dan nasihat selama ini. Semoga hal baik yang telah engkau berikan mendapatkan pahala yang berlimpah.
8. Untuk pembimbing pendamping sekaligus ketua program studi DIII Keperawatan Baturaja, Bapak Ns. Gunardi Pome, S.Ag., S.kep., M.Kes saya ucapkan terimakasih atas nasihat dan motivasi yang telah bapak berikan kepada saya. Kesederhanaan bapak memotivasi saya untuk terus berjuang dalam menggapai mimpi saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini secara tepat waktu. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Palembang Prodi Keperawatan Baturaja. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu, izinkan saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besar-Nya kepada:

1. Bapak Muhammad Taswin, Ssi., Apt., M.Kes selaku direktur Politeknik Kesehatan Palembang
2. Bapak Dr. Mulyadi, S.Kp, M.Kep selaku ketua jurusan keperawatan Politeknik Kesehatan Palembang
3. Bapak Ns. Gunardi Pome, S.Ag., S.Kep., M.Kes selaku ketua program studi Keperawatan Baturaja
4. Ibu Lisdahayati, SKM., MPH selaku Dosen Pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran pada proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah
5. Bapak Ns. Gunardi Pome, S.Ag., S.Kep., M.Kes selaku Dosen Pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan dan arahan pada proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah
6. Ibu Zanzibar, S.Pd., M.Kes selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan dan saran serta arahan dalam menyusun Proposal Karya Tulis Ilmiah
7. Bapak Saprianto, SKM., M.Kes selaku anggota penguji 1 yang telah memberikan masukan dan arahan dalam menyusun Proposal Karya Tulis Ilmiah
8. Bapak/Ibu Dosen dan Staff beserta Tenaga Pendidikan Program Studi Diploma III Keperawatan Baturaja yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, saya ucapkan terima kasih telah membimbing dan mendoakan serta

member arahan selama berada di kampus Program Studi Diploma III Keperawatan Baturaja

9. Ibu Puspa Linda, SKM selaku kepala UPTD Puskesmas Sukaraya yang telah memberikan izin untuk menyelesaikan penelitian Proposal Karya Tulis Ilmiah
10. Untuk kedua Orang Tua, Saudara, Sahabat, serta Teman-teman dekat, terima kasih atas dukungan dan doa dalam proses penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Saya menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Maka dari itu mohon saran dan masukan demi perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi saya sendiri dan bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan.

Baturaja, 20 Juni 2024

Penulis

ABSTRAK

Emha Adyatma, A 2024. *Implementasi Manajemen Nyeri Dengan Kombinasi Terapi Back Massage Dan Slow Breath Exercise Pada Nyeri Pasien Lansia Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sukaraya*. Program Diploma III Keperawatan, Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Palembang. Prodi Keperawatan Baturaja. Pembimbing (I): Lisdahayati, SKM., MPH, Pembimbing (II): Ns. Gunardi Pome, S.Ag., S.Kep., M.Kes.

Latar Belakang: Rheumatoid arthritis merupakan penyakit degenerative yang belum diketahui pasti penyebabnya, dan merupakan penyakit peradangan sistemik yang umum ditandai dengan adanya nyeri, kekakuan gerak, pembengkakan bahkan kerusakan pada sendi. Salah satu upaya untuk meringankan nyeri akibat rheumatoid arthritis adalah dengan penerapan kombinasi terapi *back massage* dan *slow breath exercise*. *Back massage* merupakan suatu teknik pemijatan pada punggung dengan usapan secara perlahan yang dapat memberikan relaksasi sehingga melebarkan pembuluh darah (Putri, 2019). *Slow breath exercise* adalah suatu latihan pernapasan yang dilakukan dengan cara menarik napas secara dalam dan di hembuskan secara perlahan sehingga memberikan relaksasi pada tubuh (Aritonang, 2020).

Metode: Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan pada 2 klien sebagai responden.

Hasil: Diperoleh diagnosa nyeri akut pada kedua klien, pengaruh kombinasi terapi *back massage* dan *slow breath exercise* dapat menurunkan nyeri rheumatoid arthritis dengan nyeri sebelumnya pada interval nyeri sedang menjadi nyeri ringan.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nyeri menurun, kombinasi terapi *back massage* dan *slow breath exercise* ini efektif untuk menurunkan nyeri pada klien dengan rheumatoid arthritis.

Saran: Diharapkan penerapan dari kombinasi terapi ini dapat menjadi salah satu pengobatan alternatif non farmakologis yang digunakan untuk mengurangi nyeri.

Kata Kunci: *Lansia, Rheumatoid Arthritis, Nyeri, Back Massage, Slow Breath Exercise*

ABSTRACT

Emha Adyatma, A 2024. *Implementation of Pain Management Using a Combination of Back Massage Therapy and Slow Breath Exercise for the Pain of Elderly Patients in the UPTD Working Area of Sukaraya Community Health Center*. Nursing Diploma III Program, Nursing Department, Health Polytechnis, Ministry of Health, Palembang. Baturaja Nursing Study Program. Supervisor (I): Lisdahayati, SKM., MPH, Supervisor (II): Ns. Gunardi Pome, S.Ag., S.Kep., M.Kes.

Background: Rheumatoid arthritis is a degenerative disease with an unknown exact cause and is a common systemic inflammatory disease characterized by pain, movement stiffness, swelling, and even joint damage. One effort to alleviate pain due to rheumatoid arthritis is by applying a combination of back massage therapy and slow breath exercise. Back massage is a technique of massaging the back with slow strokes that can provide relaxation and thus dilate blood vessels (Putri, 2019). Slow breath exercise is a breathing exercise performed by taking deep breaths and exhaling slowly to provide relaxation to the body (Aritonang, 2020).

Method: This study uses a descriptive design in the form of a case study with a nursing process approach involving 2 clients as respondents.

Results: A diagnosis of acute pain was obtained for both clients, and the combination of back massage therapy and slow breath exercise was found to reduce rheumatoid arthritis pain, decreasing it from a moderate pain interval to mild pain.

Conclusion: Based on the research results, pain was reduced; this combination of back massage therapy and slow breath exercise is effective in reducing pain in clients with rheumatoid arthritis.

Suggestion: It is hoped that the application of this combination therapy can become an alternative non-pharmacological treatment to reduce pain.

Keywords: *Elderly, Rheumatoid Arthritis, Pain, Back Massage, Slow Breath Exercise*

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN.....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Studi Kasus	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Studi Kasus	4
1.4.1 Bagi Masyarakat (Pasien atau Keluarga)	4
1.4.2 Bagi Pengembang Ilmu Pengetahuan dan Teknologi	4
1.4.3 Bagi Lokasi Studi Kasus, Tempat Pelaksanaan Studi Kasus	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Lanjut Usia	5
2.1.1 Definisi Lanjut Usia	5
2.1.2 Batasan Lanjut Usia	5
2.1.3 Karakteristik Lanjut Usia	6
2.1.4 Teori Menua Pada Lanjut Usia.....	7
2.1.5 Permasalahan Yang Terjadi Pada Lanjut Usia	8
2.2 Konsep Rheumatoid Arthritis	9
2.2.1 Definisi.....	9
2.2.2 Etiologi.....	9
2.2.3 Patofisiologi	10
2.2.4 Pathway.....	11
2.2.5 Manifestasi Klinis.....	12
2.2.6 Faktor Risiko	13
2.2.7 Pemeriksaan Diagnostik.....	14
2.2.8 Penatalaksanaan.....	14

2.3 Konsep Nyeri.....	15
2.3.1 Definisi Nyeri.....	15
2.3.2 Klasifikasi Nyeri.....	15
2.3.3 Tanda dan Gejala Nyeri	16
2.3.4 Pengukuran Skala Nyeri	17
2.4 Konsep Back Massage	17
2.4.1 Definisi.....	17
2.4.2 Manfaat Terapi Back Massage	18
2.4.3 Standar Operasional Prosedur Terapi Back Massage	18
2.4.4 Penelitian Terkait Back Massage	19
2.5 Konsep Slow Breath Exercise	21
2.5.1 Definisi.....	21
2.5.2 Manfaat Slow Breath Exercise	21
2.5.3 Langkah-langkah Slow Breath Exercise	21
2.5.4 Penelitian Terkait Slow Breath Exercise	22
2.6 Konsep Asuhan Keperawatan	23
2.6.1 Pengkajian	23
2.6.2 Diagnosa Keperawatan	24
2.6.3 Perencanaan Keperawatan	24
2.6.4 Implementasi Keperawatan	25
2.6.5 Evaluasi Keperawatan.....	26
BAB III METODE STUDI KASUS	26
3.1 Konsep Asuhan Keperawatan	27
3.2 Kerangka Studi Kasus.....	27
3.3 Definisi Istilah	28
3.4 Subyek Studi Kasus	28
3.5 Fokus Studi Kasus	28
3.6 Tempat dan Waktu Studi Kasus	39
3.7 Instrumen dan Metode Pengumpulan Data.....	29
3.8 Analisa dan Penyajian Data	30
3.9 Etika Studi Kasus	30
BAB IV HASIL STUDI KASUS.....	31
4.1 Keadaan Umum UPTD Puskesmas Sukaraya	31
4.1.1 Sejarah UPTD Puskesmas Sukaraya	31
4.1.2 Sarana dan Prasarana UPTD Puskesmas Sukaraya	32
4.1.3 Akses dan Mutu Pelayanan Kesehatan UPTD Puskesmas Sukaraya	32
4.2 Hasil Studi Kasus.....	33
4.2.1 Pengkajian	33
4.2.2 Analisa Data	37
4.2.3 Diagnosa Keperawatan	38
4.2.4 Intervensi Keperawatan	39
4.2.5 Implementasi Keperawatan	40
4.2.6 Evaluasi Keperawatan.....	44
BAB V PEMBAHASAN	47
5.1 Pembahasan Studi Kasus	47
5.2 Keterbatasan Studi Kasus	50

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
6.1 Kesimpulan	51
6.2 Saran	52
6.2.1 Bagi Klien	52
6.2.2 Bagi Institusi Pendidikan	52
6.2.3 Bagi UPTD Puskesmas	52

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

2.1 Nyeri Akut	16
2.2 Nyeri Kronis	16
2.3 Pengukuran Skala Nyeri	17
2.4 Evaluasi Keperawatan	23
4.1 Anamnesis Kasus I	33
4.2 Anamnesis Kasus II	34
4.3 Pemeriksaan Fisik Kasus I	34
4.4 Pemeriksaan Fisik Kasus II	35
4.5 Mekanisme Kesehatan Kasus I	36
4.6 Mekanisme Kesehatan Kasus II	36
4.7 Analisa Data Kasus I	37
4.8 Analisa Data Kasus II	38
4.9 Diagnosa Keperawatan	38
4.10 Intervensi Keperawatan Kasus I	39
4.11 Intervensi Keperawatan Kasus II	39
4.12 Implementasi Keperawatan Kasus I	40
4.13 Implementasi Keperawatan Kasus II	42
4.14 Evaluasi Keperawatan Kasus I	44
4.15 Evaluasi Keperawatan Kasus II	45
4.16 Evaluasi Hasil Kasus I	50
4.17 Evaluasi Hasil Kasus II	50

DAFTAR GAMBAR

2.2.4 Pathway	11
2.3.4 Pengukuran Skala Nyeri	17
3.2 Kerangka Studi Kasus	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Bukti Proses Bimbingan.....	64
Lampiran 2 Informed Consent.....	68
Lampiran 3 Pengkajian	70
Lampiran 4 Lembar Observasi Nyeri	76
Lampiran 5 Lembar Evaluasi Nyeri.....	78
Lampiran 6 Tabel Impelementasi Keperawatan	80
Lampiran 7 Standar Operasional Prosedur.....	83
Lampiran 8 Satuan Acara Penyuluhan.....	85
Lampiran 9 Lembar Kegiatan.....	86
Lampiran Curriculum Vitae	87
Lampiran 10 Dokumentasi	88
Lampiran Surat Izin Penelitian	89

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Lanjut usia akan mengalami suatu proses yang disebut Aging Process atau proses penuaan. Proses penuaan pada lanjut usia adalah siklus kehidupan yang ditandai dengan semakin rentannya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit, dan perubahan tersebut pada umumnya menyebabkan kemunduran kesehatan fisik dan psikologi. Salah satu kemunduran dari lanjut usia yang dapat mempengaruhi fisik serta psikologi dari lanjut usia adalah rasa nyaman (Anggraeni dalam Dilantari, dkk 2023).

World Health Organization (WHO, 2020) menyebutkan bahwa jumlah populasi dari lanjut usia diseluruh dunia mencapai 500 juta jiwa dan rata-rata berusia 60 tahun dengan prevalensi 8,69% dari total populasi penduduk dunia. Populasi lanjut usia di Asia Tenggara adalah 8% atau sekitar 142 juta jiwa, dan pada tahun 2050 populasi lanjut usia diperkirakan akan meningkat mencapai 3 kali lipat dibandingkan tahun sebelumnya (Friska, 2020). Menurut data Badan Pusat Statistik (2023), jumlah lanjut usia di Indonesia mencapai 21,7 juta jiwa dengan prevalensi sebesar 11,75% dari seluruh penduduk Indonesia. Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi lanjut usia di Indonesia yaitu sebesar 47,72% pada lanjut usia laki-laki dan 52,28% pada lanjut usia perempuan.

Badan Pusat Statistik mengatakan jumlah lanjut usia di Sumatera Selatan pada tahun 2023 adalah sebanyak 860.682 jiwa dengan prevalensi 9,92%, diantaranya adalah 48,26% pada lanjut usia laki-laki, dan 51,74% pada lansia perempuan, sedangkan prevalensi lanjut usia berdasarkan umur yaitu 64,87% pada usia 60-69 tahun, 26,37% pada usia 70-79 tahun, dan 8,75% pada usia 80 tahun ke atas (Badan Pusat Statistik Sumatera Selatan, 2023). Sedangkan dari Data Pemerintah Kabupaten Ogan Komering Ulu pada tahun 2023 didapatkan bahwa jumlah penduduk lanjut usia sebanyak 38.595 jiwa, diantaranya adalah 14.501 pada usia 60-64 tahun, 10.220 pada usia 65-69 tahun, 6.235 pada usia 70-74 tahun, dan 7.639 pada usia 75 tahun ke atas (Pembab OKU, 2023).

Nyeri pada lansia biasanya disebabkan oleh Penyakit Tidak Menular (PTM) salah satu contohnya adalah Rheumatoid Arthritis. Nyeri adalah pengalaman sensori yang tidak menyenangkan dari suatu emosional disertai kerusakan jaringan secara aktual maupun potensial atau kerusakan jaringan secara menyeluruh. Menurut Choirudi, Rheumatoid Arthritis adalah penyakit inflamasi non bakterial yang bersifat sistemik, dan cenderung kronik. Salah satu tanda dari Rheumatoid Arthritis adalah adanya nyeri yang dapat membuat penderita mengalami nyeri dan dapat mengganggu aktifitas sehari-hari serta menurunkan produktivitas (Pramono, dkk, 2019).

World Health Organization (2022) menyebutkan angka penderita Rheumatoid Arthritis di dunia yaitu sebanyak 18 juta jiwa dan jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat hingga tahun 2025 (Apriyeni, 2023). Dari data Badan Pusat Statistik (2023) prevalensi penderita Rheumatoid Arthritis di Indonesia mencapai angka 26,27% atau sebanyak 360.000 jiwa dengan perbandingan penderita dengan jenis kelamin wanita tiga kali lebih banyak dibandingkan laki-laki.

Badan Pusat Statistik Indonesia menyebutkan bahwa prevalensi Rheumatoid Arthritis yang terjadi di Provinsi Sumatera Selatan sebesar 27,22% (Badan Pusat Statistik, 2023). Sedangkan, menurut data Profil Kesehatan Kabupaten Ogan Komering Ulu tahun 2021 jumlah dominasi penyakit tidak menular 80% lebih besar dibandingkan dengan penyakit menular yaitu dengan prevalensi Rheumatoid Arthritis sebesar 11,4% (Profil Kesehatan Kabupaten OKU, 2022). Berdasarkan survey data di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sukaraya didapatkan data kunjungan lansia penderita Rheumatoid Arthritis berjumlah 22 pasien pada tahun 2021, pada tahun 2022 berjumlah 15 pasien, dan pada tahun 2023 berjumlah 24 pasien (Puskesmas Sukaraya, 2024).

Untuk meringankan nyeri salah satu terapi non farmakologis yang dapat diterapkan adalah dengan terapi *Back Massage* dan terapi *Slow Breath Exercise*. Terapi *Back Massage* adalah salah satu teknik memberikan tindakan pijat pada punggung dengan usapan secara perlahan, usapan dengan lotion memberikan sensasi relaksasi yang dapat melebarkan pembuluh darah sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi rasa nyeri (Pabebang, 2018). Sedangkan menurut

Azwaldi, dkk (2023) *Slow Breath Exercise* adalah salah satu terapi non farmakologis yang diterapkan dengan cara menarik napas secara dalam dan mengembuskan napas dengan lambat. Penerapan *Slow Breath Exercise* dapat meningkatkan sensitivitas baroreseptor dan mengurangi aktivitas sistem saraf simpatis serta meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis dan terjadinya relaksasi.

Berdasarkan penjelasan diatas dan beberapa data yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Impelementasi Manajemen Nyeri Dengan Kombinasi Terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise* Pada Nyeri Pasien Lansia Rheumatoid Arthritis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sukaraya”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah pengaruh dari Implementasi terapi *Back Massage* dengan kombinasi *Slow Breath Exercise* pada pasien lansia dengan masalah nyeri Rheumatoid Arthritis di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sukaraya.

1.3 Tujuan Studi Kasus

1.3.1 Tujuan Umum

Mengimplementasikan Manajemen Nyeri dengan Kombinasi Terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise* Pada Nyeri Pasien Lansia Rheumatoid Arthritis.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan Implementasi Manajemen Nyeri dengan kombinasi terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise* pada pasien lansia dengan masalah Nyeri
- b. Menganalisis hasil kombinasi Terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise* Pada Nyeri Pasien Lansia Rheumatoid Arthritis.

1.4 Manfaat Studi Kasus

1.4.1 Bagi Masyarakat (Pasien atau Keluarga)

- a. Pasien dapat menerapkan Implementasi kombinasi terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise* untuk meringankan Nyeri
- b. Adanya perubahan pada Nyeri yang dirasakan pasien dengan menerapkan Implementasi kombinasi terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise*
- c. Keluarga dapat menerapkan kombinasi terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise* pada anggota keluarga yang lain dengan masalah yang sama.

1.4.2 Bagi Pengembang Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Diharapkan studi kasus ini dapat bermanfaat sebagai wawasan pengetahuan baru bagi perawat dan pengembang ilmu pengetahuan dalam mengatasi masalah nyeri serta sebagai sumber informasi, kepustakaan dan referensi dalam pengembangan penelitian selanjutnya.

1.4.3 Bagi Lokasi Studi Kasus

Dapat memberikan informasi dan menerapkan teknik non farmakologi kombinasi terapi *Back Massage* dan *Slow Breath Exercise* dalam mengatasi atau meringankan nyeri khususnya pada lanjut usia penderita Rheumatoid Arthritis.

DAFTAR PUSTAKA

- Dilantari, E., Hartutik, S., Prastiwi, Y. I., & Asifah, M. (2023). *Penerapan Massage Punggung Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Bangsal Lavender RSUD Ir. Suekarno Kabupaten Sukoharjo*. *Jurnal Osadhawedyah*, 1(3), 141-149.
- Friska, B., Usraleli, U., Idayanti, I., Magdalena, M., & Sakhnan, R. (2020). *The Relationship of Family Support With the Quality of Elderly Living in Sidomulyo Health Center Work Area in Pekanbaru Road*. *JPK: Jurnal Proteksi Kesehatan*, 9(1), 1-8.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Profil Statistik Kesehatan 2023 Volume 7*.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Selatan. (2023). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur*.
- Pemerintah Kabupaten OKU. (2023). *Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten OKU*.
- Pramono, W. H. (2019). *Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia*. *Jkep*, 4(2), 137-145.
- Apriyeni, E., Patricia, H., & Rahayuningrum, D. C. (2023). *Self Management dan Kualitas Hidup Penderita Rheumatoid Arthritis*. *REAL in Nursing Journal*, 6(1), 59-65.
- Profil Kesehatan Kabupaten Ogan Komering Ulu. (2022). *Kasubag Program Informasi dan Humas Data Tahun 2021*.
- Pabebang, Y., Ranteallo, R.R., & Purnawaty, Y. (2022). *Pengaruh Terapi Pijat Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Artritis Reumatoid Pada Lansia Di Puskesmas Kecamatan Rantepangli*. *Toraja Utara 2018. Jurnal Ilmiah Promosi Kesehatan*, 6(2), 151-156.
- Azwardi, A., Mulyadi, M., Agustin, I., & Octaviani, B. (2023). *Penerapan Slow Deep Breath Exercise Tehadap Intensitas Nyeri Akut Pada Asuhan Keperawatan Hipertensi*. *Jurnal' Aisyiyah Medika*, 8 (2).
- Muhith, A. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Indonesia: Andi Publisher.
- Ruswadi, I. & Supriatun E. (2022). *Keperawatan Gerontik: Pengetahuan Praktis Bagi Perawat dan Mahasiswa Keperawatan*. Penerbit Adab.
- Mujiadi. & Rachmah, S. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi pertama*. Mojokerto: STIKes Majapahit Mojokerto.
- Sofia, R. D. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sya'diyah, H. (2018). *Keperawatan Lanjut Usia Teori dan Aplikasi Edisi I*. Sidoarjo: Indomedia Pustaka.
- Hasian. & Melfa, S. (2019). *Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik*. Universitas Kristen Indonesia.

- Larasuci, A. (2020). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Rheumatoid Arthritis*. Padang: Pustaka Galeri Mandiri.
- Nurudhin, A., Werdiningsih, Y., Prabowo, N. A. (2023). *Secretome Stem Sel Pada Tatalaksana Arthritis Reumatoid*. Penerbit Tahta Media.
- Setiati, S., Alwi, I., Aru, W., S., Simadibrata, K., M., Setiyohadi, B., & Fahrial S., A. (2014). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Edisi Keenam Jilid III*. Jakarta Pusat: InternaPublishing.
- Riska, W., E., P., Azis, M., Norong., Shanty M., L., & Noradina. (2022). *Keperawatan Medikal Bedah*. Indramayu: CV. Adanu Abimata.
- Manurung, N. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah Jilid 3, Konsep Mind Mapping dan Nanda NIC NOC*. Jakarta: Trans Info Media.
- Risnanto & Uswatun, I. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Muskuloskeletal*. Yogyakarta: Deepublish
- Yanti, A., & I Made., M. (2019). *Modul Ajar Keperawatan Dasar*. Universitas Kristen Indonesia, BMP.UKI: YA-22-KD-PK-II-2019.
- Tim Pokja SDKI PPNI. (2016). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPW PPNI.
- Rizaldy, T., P. (2016). *Konsep Nyeri dan Pengkajian Nyeri*. Fakultas Kedokteran UKDW. Yogyakarta: Betha Grafika.
- Kurniawan, S., N. (2015). *Continuing Neurological Education 4, Vertigo & Nyeri*. Malang: Universitas Brawijaya. UB press.
- Putri, R. M., Lutfi, A., & Alini., A. (2020). *Pengaruh Terapi Back Massage Terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia*. *Jurnal Ners*, 4(2), 40-46.
- Putri, I. R. R. (2019). *Penerapan Terapi Back Massage terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Keluarga dengan Rheumatoid Arthritis* (Doctoral dissertation, Tugas Akhir, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Abdillah, A. J., & Suwandi, M. F. (2020). *Pengaruh Back Massage terapi terhadap penurunan nyeri reumatik pada lansia*. *Jurnal kesehatan*, 11(2), 156-164.
- Fatika Sari, N. L., Sajidin, M., & Ibnu, F. (2022). *Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Masalah Nyeri Akut Dengan Penerapan Intervensi Slow Deep Breathing Pada Penderita Hipertensi*. (Doctoral dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat).
- Aritonang, Y. A. (2020). *The Effect of Slow Deep Breathing Exercise on Headache and Vital Sign in Hypertension Patients*. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 8(2), 174-182.
- Sugita, R. N., Syaharani, A. B., Irawan, N. E., & Mirawati, D. (2022). *Penerapan Slow Deep Breathing Exercise Sebagai Upaya Pencegahan Nyeri Pada Pasien Hipertensi Di Kecamatan Jebres Surakarta*. *Empowerment Journal*, 2(1), 11-15.

- Sumartini, N. P., & Miranti, I. (2019). *Pengaruh Slow Deep Breath Exercise Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Puskesmas Ubung Lombok Tengah*. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(1), 38-49.
- Tim Pokja SIKI PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPW PPNI.
- Tim Pokja SLKI PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPW PPNI.
- Nurhikmah. & Rusli., T. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jakarta. N.P: Penerbit NEM.
- Kalim, H., et, al. (2019) *Reumatologi Dasar*. (n.p.): Universitas Brawijaya Press.
- Rahayu, T. H. S. (2022). *Asuhan Keperawatan Dalam Penatalaksanaan Nyeri Rheumatoid Arthritis dengan Back Massage pada Ny. Y di Wisma 6 Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dewanta Cilacap*. Universitas Harapan Bangsa.
- Wulansari, D., & Yamin, M. (2019). *Penerapan Teknik Back Massage dalam Upaya Menurunkan Intensitas Nyeri pada Klien dengan Rheumatoid Arthritis*. *Jurnal Kesehatan*, 8(1).
- Suyasmini, N. M. (2021). *Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Post Operasi Hemorroidektomi dengan Slow Deep Breath Exercise di Ruang Pulih IBS RSUP Sanglah Denpasar*. Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- Abdillah, A. J., & Suwandi, M. F. (2020). *Pengaruh Back Massage terapi terhadap penurunan nyeri reumatik pada lansia*. *Jurnal kesehatan*, 11(2), 156-164.
- Prasetyaningsih, A. P., & Nurrohmah, A. (2023). *Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia*. *Public Health and Safety International Journal*, 3(02), 117-128.
- Lestari, Y. W. S. (2019). *Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia di Panti Wreda Harapan Ibu Semarang*. Universitas Widya Husada Semarang.
- Royani, E. (2021). *Penataklasaan Back Massage di Panti Tresna Werdha Teratai KM. 5 Palembang*. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 11(22), 26-35.
- Mudatsir, M., Ngatwadi, N., & Mulyadi, M. (2019). *Efektifitas Pengaruh Relaksasi Slow Deep Breath Exercise terhadap Nyeri Sendi pada Penderita Rheumatoid Arthritis*. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(1), 15-30.
- Joseph, A. E., Moman, R. N., Barman, R. A., Kleppel, D. J., Eberhart, N. D., Gerberi, D. J., & Hooten, W. M. (2022). *Effects of Slow Deep Breathing Exercise on Acute Clinical Pain in Adults: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials*. *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*, 27, 2515690X221078006.