

**PENGARUH SENAM REMATIK TERHADAP
PENURUNAN NYERI SENDI PADA LANSIA
DI DESA BUKIAN**



SKRIPSI

I WAYAN DANDI PRATAMA

**PROGRAM SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2023

**PENGARUH SENAM REMATIK TERHADAP
PENURUNAN NYERI SENDI PADA LANSIA
DI DESA BUKIAN**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh:

I WAYAN DANDI PRATAMA

NIM. C1119156

**PROGRAM SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH SENAM REMATIK TERHADAP PENURUNAN NYERI SENDI PADA LANSIA DI DESA BUKIAN

Diajukan Oleh:

I WAYAN DANDI PRATAMA
C1119156

Badung, 03 Juli 2023

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



(Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep)

NIDN. 0821058603

Pembimbing II



(Ns. Gede Arva Bagus Arisudhana S.Kep., M.Kep)

NIDN. 080802900

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



(Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep)

NIDN. 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**PROPOSAL INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

Tanggal: 12 Juli 2023

Yang Terdiri Dari:

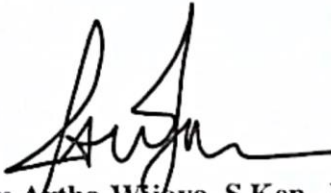
Ketua Penguji



(dr. I Nyoman Sutresna, M. Kes)

NIDN. 0814046102

Sekretaris Penguji



(Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep)

NIDN. 0821058603

Anggota Penguji



(Ns. Gede Arva Bagus Ariudhana, S.Kep., M.Kep)

NIDN. 080802900

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



(Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep)

NIDN. 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

Skripsi, Juni 2023

I Wayan Dandi Pratama

**Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di
Desa Bukian**

Xi + 57 + 8 tabel + 1 gambar + 18 lampiran

ABSTRAK

Penurunan fungsi organ memicu terjadinya berbagai penyakit degenerative dimana paling banyak diderita oleh lansia. Salah satu gangguan sistem yang sering dialami lansia adalah penurunan pada sistem muskuloskeletal khususnya rematik. Nyeri sendi paling sering disebabkan oleh proses penuaan, berkaitan dengan kerusakan pada tulang rawan sendi yang dialami menjadi tipis sehingga permukaan tulang tumbuh saling berdekatan. Salah satu upaya non farmakologi yang dapat menurunkan nyeri sendi yaitu senam rematik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh senam rematik terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di Desa Bukian.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan desain penelitian yang digunakan adalah *pre-experiment* dengan rancangan *One group pretest-posttest design*, populasi pada penelitian ini sejumlah 53 responden dengan penentuan sampel menggunakan teknik sampling jenis *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 41 responden. Instrumen pada penelitian ini yaitu, menggunakan SOP senam rematik dan *Numeric Rating Scale* (NRS). Penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*.

Berdasarkan hasil uji statistik yang menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh bahwa nilai *p-value* = 0,000 yang memiliki arti $p < 0,05$. Sehingga dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Desa Bukian. Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan terapi non farmakologi senam rematik dapat membantu lansia untuk mengurangi keluhan nyeri sendi sehingga lansia tetap dapat beraktivitas sehari – hari dan meningkatkan produktivitas kerja.

Kata Kunci: Senam Rematik, Nyeri Sendi, Lansia

Daftar Pustaka : 51 (2015-2021)

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate Thesis, June 2023

I Wayan Dandi Pratama

The Effect of Rheumatic Exercise on Reducing Joint Pain Felt by the Elderly in Bukian Village

Xi + 57 + 8 tables + 1 figure + 18 attachments

ABSTRACT

Decreased organ function triggers the occurrence of various degenerative diseases which are mostly suffered by the elderly. One of the system illnesses commonly experienced by the elderly is a reduction in the musculoskeletal system, particularly rheumatism. Joint pain is most commonly caused by the aging process, which involves deterioration to the joint cartilage, which thins and causes the bone surfaces to draw closer together. Rheumatic gymnastics is one of the non-pharmacological approaches of reducing joint pain. The aim of this study was to see determine the effect of rheumatic exercise on reducing joint pain felt by the elderly in Bukian Village.

The research design utilized in this study was a pre-experiment with a one group pretest-posttest design, the population in this study was 53 respondents, and the sample was obtained using a non-probability sampling technique known as purposive sampling. This study's sample size was 41 respondents. The SOP for rheumatic gymnastics and the Numeric Rating Scale (NRS) were used as instruments in this study. The Wilcoxon test is used in this investigation.

Based on the results of statistical tests using the Wilcoxon Signed Rank Test, the p -value = 0.000, indicating $p < 0.05$. Therefore, if H_0 was rejected and H_a was accepted, we can conclude that rheumatic gymnastics had an effect on lowering joint pain felt by the elderly in Bukian Village. Based on the findings of this study, it is envisaged that non-pharmacological therapy for rheumatic gymnastics can assist the elderly in reducing complaints of joint pain, allowing them to continue with their daily activities and boost job productivity.

Keywords : Rheumatic Exercise, Joint Pain, Elderly

Bibliography : 51 (2015-2021)

SURAT PERNYATAAN PENELITIAN

Saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : I Wayan Dandi Pratama

NIM : C1119156

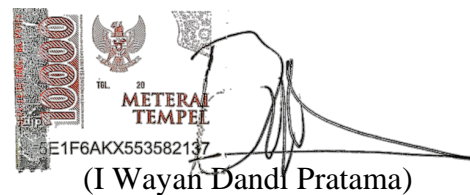
Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri

Sendi Pada Lansia Di Desa Bukian

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar – benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan Tugas Akhir ini adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 3 Juli 2023


E1F6AKX553582137
(I Wayan Dandi Pratama)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, berkat Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Desa Bukian.” sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada program studi keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usaha Bali. Selanjutnya penulis menyampaikan Terima Kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
3. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan, saran serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ns. Gede Arya Bagus Arisudhana, S. kep., M. Kep selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan, saran serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Kedua orang tua, saudara, dan pacar tersayang yang telah memberikan banyak dukungan dan pengertian selama proses menyelesaikan skripsi ini.
6. Teman-teman forum yang telah banyak memberikan semangat, dukungan, dan bantuan kepada penulis.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca penelitian ini

Badung, Juni 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
SURAT PERNYATAAN PENELITIAN	vi
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Pelayanan Keperawatan	6
2. Masyarakat	6
3. Institusi Pendidikan	6
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Konsep Lansia	10
1. Pengertian Lansia	10
2. Klasifikasi Lansia	11
3. Status Kesehatan Lansia	11
4. Perubahan Pada Lansia	12
B. Konsep Teori Nyeri Sendi	14

1. Pengertian Nyeri Sendi.....	14
2. Klasifikasi Nyeri.....	15
3. Etiologi Nyeri Sendi.....	16
4. Patofisiologi Nyeri Sendi.....	17
5. Penatalaksanaan Nyeri Sendi.....	18
6. Pengukuran Intensitas Nyeri.....	19
C. Konsep Senam Rematik.....	19
1. Pengertian Senam Rematik.....	19
2. Manfaat Senam Rematik.....	20
3. Gerakan Senam Rematik.....	21
D. Kerangka Teori.....	24
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DEFINISI OPERASIONAL.	25
A. Kerangka Konseptual.....	25
B. Hipotesis.....	26
C. Definisi Operasional.....	26
BAB IV METODE PENELITIAN	28
A. Rancangan Penelitian.....	28
B. Populasi dan Sampel.....	29
1. Populasi.....	29
2. Sampel.....	29
C. Tempat Penelitian.....	31
D. Waktu Penelitian.....	31
E. Etika Penelitian.....	32
1. <i>Informed Consent</i> (Lembar Persetujuan Menjadi Responden).....	32
2. <i>Anonymity</i> (Tanpa Nama).....	33
3. <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan).....	33
F. Alat Pengumpulan Data.....	33
1. Instrumen Penelitian.....	33
2. Validitas dan Reliabilitas.....	34
G. Proses Pengumpulan Data.....	35
1. Prosedur Administrasi.....	35
2. Prosedur Teknis.....	36

H. Pengolahan Data	38
1. <i>Editing</i>	38
2. <i>Coding</i>	38
3. <i>Entry</i>	39
4. <i>Cleaning</i>	39
I. Rancangan Analisa Data.....	39
1. Analisa Univariat.....	39
2. Analisa Bivariat	40
BAB V HASIL.....	41
A. Tempat dan Waktu Penelitian	4
1.....	
2.....	
B. Analisis Univariat	43
C. Analisis Bivariat	45
BAB VI PEMBAHASAN.....	46
A. Interpretasi Penelitian	47
B. Keterbatasan Penelitian	57
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	57
BAB VII PENUTUP.....	58
A. Simpulan.....	59
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN - LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Desa Bukian.....	26
Tabel 4. 1 Rancangan Penelitian Pra Eksperimental Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Desa Bukian.	28
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Jenis Kelamin.....	43
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia	43
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Pekerjaan.....	44
Tabel 5.4 Tingkat Nyeri Sendi Sebelum Diberikan Senam Rematik.....	44
Tabel 5.5 Tingkat Nyeri Sendi Setelah Diberikan Senam Rematik	45
Tabel 5.6 Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Desa Bukian.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Skala Nyeri Numerik	19
--	----

DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Kerangka Teori Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Desa Bukian..... 24

Skema 3. 1 Kerangka Konsep Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Desa Bukian..... 25

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1.** Surat Izin Studi Pendahuluan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali
- Lampiran 2.** Surat Balasan Studi Pendahuluan Perbekel Desa Bukian
- Lampiran 3.** Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 4.** Surat Balasan Puskesmas
- Lampiran 5.** Surat Balasan Desa
- Lampiran 6.** Surat Penanaman Modal
- Lampiran 7.** Surat Keterangan Kajian Etik
- Lampiran 8.** Rencana Penelitian
- Lampiran 9.** Informed Consent
- Lampiran 10.** Standar Operasional Prosedur Senam Rematik
- Lampiran 11.** Lembar Observasi Skala Nyeri NRS (Numeric Rating Scale)
- Lampiran 12.** Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
- Lampiran 13.** Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan
- Lampiran 14.** Karakteristik Responden Usia
- Lampiran 15.** Analisis skala nyeri pretest dan posttest
- Lampiran 16.** Uji Wilcoxon sign Rank Test
- Lampiran 17.** Dokumentasi
- Lampiran 18.** Lembar Bimbingan Proposal

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Nur, H., & Hardika. (2022). *Pengalaman Pengasuh Dalam Merawat Lansia Dengan Penyakit Kronis*.
- Almaududi, S., Syukri, M., & Astuti, C. P. (2021). Pengaruh Insentif Terhadap Kinerja Karyawan Pada Hotel Mexsicana Kota Jambi. *J-MAS (Jurnal Manajemen Dan Sains)*, 6(1), 96. <https://doi.org/10.33087/jmas.v6i1.233>
- Anik., S., Yani., I., & Murtutik., L. (2017). Efektifitas Senam Rematik Terhadap Kemampuan Berjalan Dengan Nyeri Sendi Untuk Mencapai Hidup Yang Sehat Dan Sejahtera Pada Lanjut Usia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(1).
- Arfianda, A., Tharida, M., & Masthura, S. (2022). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Penyakit Rheumatoid Arthritis Pada Lansia di Gampong Piyeung Manee Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar Factors Affecting the Occurrence of Rheumatoid Arthritis Disease in the Elderly in Piyeung Manee Village* . 8(2), 992–1002.
- Ausrianti, R., A, R. P., & Afnuhazi, R. (2022). Jurnal abdi mercusuar. *Edukasi Penggunaan Obat Herbal Untuk Daya Tahan Tubuh*, 2(1), 46–51.
- Bitcar, Hati, Y., & Lubis, C. R. (2022). Pelaksanaan Senam Rematik Pada Lansia Dalam Menurunkan Nyeri Sendi Dengan Penderita Osteoarthritis. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 133–139.
- Brunner & Suddarth. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : EGC.
- Brunner, & Suddarth. (2016). *keperawatan medikal bedah*. Jakarta : EGC.
- Candrawati, S. A. K., & Sukraandini, N. K. (2022). Kecemasan Lansia dengan Kondisi Penyakit Kronis. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(2), 348. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i2.631>
- Chabib, L., Ikawati, Z., Martien, R., & Ismail, H. (2016). *Review Rheumatoid Arthritis : Terapi Farmakologi , Potensi Kurkumin dan Analognya , serta Pengembangan Sistem Nanopartikel*. 3(1), 10–18.
- Charlish, A. (2018). *Jawaban-jawaban alternatif untuk artritis & reumatik*. Yogyakarta: Citra aji parama.
- Cindy Desmonika, Deny Eka Liasari, Renggo Prasetyo, P. D. F. (2022). Penyuluhan kesehatan tentang senam rematik lansia. *Journal of Public Health Concerns*, 2(2), 77–84.
- Elfrida, E. (2018). *Pengaruh rutinitas senam rematik terhadap penurunan tingkat nyeri pada lansia yang menderita rematik di panti sosial tresna werdha budi luhur kota jambi tahun 2018*. 7(2), 54–60.

- Elviani, Y., Gani, A., & Fauziah, E. (2022). *Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Pada Lansia di Desa Perigi Kecamatan Pulau Pinang Kabupaten Lahat*.
- Gasril, P. (2022). Peran Keluarga Dalam Mencegah Risiko Depresi Pada Lansia Bersama Bkkbn. *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*, 6(1), 130–134. <https://doi.org/10.37859/jpumri.v6i1.3489>
- Gusman Virgo, S. (2019). Efektivitas Kompres Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Lansia Yang Menderita Rheumatoid Arthritis Di Puskesmas Pembantu Bakau Aceh Wilayah Kerja Puskesmas Batang Tumu. *Jurnal Ners*, 3(Vol 3, No 1 (2019): APRIL 2019), 82–111.
- Hafizhah, Athaya, dkk. (2020). Kejadian Rheumatoid Arthritis Pada Lansia di Poliklinik Bandar Lampung. *Holistik Jurnal Kesehatan*.
- Hanifa, L., Rizal, R., Dasrin, D., & Riskawati, R. (2022). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Bagi Masyarakat Desa Mulyajaya Kecamatan Lasalimu Selatan Kabupaten Buton. *Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 2(2), 38–45. <https://doi.org/10.51214/japamul.v2i2.214>
- Hariyanto, H., Rohmah, E., & Wahyuni, D. R. (2018). Korelasi Kebersihan Botol Susu Dengan Kejadian Infeksi Saluran Pernafasan Akut (Ispa) Pada Bayi Usia 1-12 Bulan. *Jurnal Delima Harapan*, 5(2), 1–7. <https://doi.org/10.31935/delima.v5i2.51>
- Heny Rosiana, Ana Sundari, Triana Sri Hardjanti, E. W. (2022). *Pelatihan Senam Hamil Pada Kader Di Puskesmas Pegandon Kabupaten Kendal*. 3(no 2), 1–4.
- Heryana, A. (2020). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. *Penerbit Erlangga, Jakarta*, (June), 1–11. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.31268.91529>
- Hidayatullah, H., & Rejeki, S. (2022). Efektifitas Bubuk Kayu Manis Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Arthritis Gout. *Ners Muda*, 3(2). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8387>
- Hotman Royani, N. H. (2020). Senam Rematik pada Lansia di Panti Jompo Basilam di Kota Padangsidimpuan Tahun 2020. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa*, 2(1), 46–48.
- Irawati, W., Septimar, Z. M., & Wibisono, H. A. Y. . (2021). Hubungan Tingkat Stres Dengan Strategi Koping Pasien Hemodialisa. *Nusantara Hasana Journal*, 1(2), 37–39.
- Kemenkes RI. (2018). *Gambaran Kesehatan*.
- Kerans, T. O. (2018). Nyeri Gout Pada Lansia. *Jurnal Bagus*, 02(01), 402–406.

- Kuntana, Y. P., Krissanti, I., & Dewantara, R. (2022). *Pemberian Gelatin Hidrolisat Shank Ayam Kampung (Gallus gallus domesticus) terhadap Struktur Hati dan Ginjal Tikus (Rattus norvegicus) Osteoporosis*. 2(1), 368–379.
- Listyasari, E. (2019). Perbandingan Latihan Senam Jumsihat 1 Dengan Senam Jumsihat 2 Terhadap Kebugaran Jasmani. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 4(1), 27. <https://doi.org/10.33222/juara.v4i1.386>
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Migliaccio., & Malavolta. (2018). *Management of glucocorticoids- induced osteoporosis. role of teriparatide*.
- Muthia Nanda Sari. (2018). *PENGARUH SENAM REMATIK TERHADAP PERUBAHAN SKOR NYERI SENDI PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID ARTRITIS DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KELURAHAN SUNGAI JAWI LUAR KECAMATAN PONTIANAK BARAT KOTA PONTIANAK*. 57, 1–8.
- Nauli, F. A., Keperawatan, F., & Riau, U. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Covid-19 dengan Kualitas Tidur pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 7(1).
- Notoadmojo. (2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta: Selemba Medika.
- Parks, C. G, dkk. (2019). Insecticide Use and Risk of Rheumatoid Arthritis and Systemic Lupus Erthematosus in the Women’s Health Initiative Observational Study. *Arthritis Care & Research*, 63(2), 184–194.
- Pranata, L., Indaryati, S., Indah Fari, A., Studi Ilmu Keperawatan dan Ners, P., & Katolik Musi Charitas, U. (2021). Rom Movement Training On Care Giver. *Eprints.Ukmc.Ac.Id*, 4(2), 29–34.
- Rahmawati. (2017). Pengaruh Terapi Aktivitas Senam Ergonomis Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Pada Lanjut Usia Dengan Degeneratif Sendi. *Jurnal Publikasi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*, 1–10.
- Rusmiati. (2020). *Pengaruh Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan*. 21(1), 1–9.
- Siti, A. (2017). Manajemen Nyeri pada Lansia dengan Pendekatan Non-Farmakologi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(1), 179–182.

- Sitinjak, V. M., Hastuti, M. F., & Nurfianti, A. (2016). Pengaruh Senam Rematik terhadap Perubahan Skala Nyeri pada Lanjut Usia dengan Osteoarthritis Lutut. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 4(2), 139–150. <https://doi.org/10.24198/jkp.v4n2.4>
- Sonhaji, Sawitry, & Siahaya, S. (2021). Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Terapi Relaksasi Autogenik Dan Terapi Guided Imagery. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 16(1), 93–100. <https://doi.org/10.30643/jiksht.v16i1.125>
- Suci, Y. W., & Pramono, W. H. (2019). Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia. *Jkep*, 4(2), 137–145. <https://doi.org/10.32668/jkep.v4i2.263>
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dari R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Umaht, R. R. K., Mulyana, H., & Purwanti, R. (2021). Terapi Non Farmakologi Berbahan Herbal Untuk Menurunkan Nyeri Rematik: a Literature Riview. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(2), 183–191.
- Utami, B. R. J., Rusiana, H. P., & Zulkahfi. (2021). Status Kesehatan Dan Dukungan Sosial Lansia Di Kuripan Utara Wilayah Kerja Puskesmas Kuripan Lombok Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)*, 11(1), 42–50.
- Wijaya, A. K., Oktavidiati, E., & Wati, N. (2021). Penatalaksanaan Non Farmakologi Untuk Pengontrolan Skala Nyeri Artritis Rheumatoid Pada Usia Lanjut. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Raflesia*, 4(3), 660–669. <https://doi.org/10.36085/jpabr.v4i3.1638>
- Yanti, E., & Eliza, A. (2018). Pengaruh Pemberian Kolang-Kaling (*Arengia pinnata*) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Rematik Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumun. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 1(1), 45–52.
- Yeni, H. O., Surahman, F., & Sanusi, R. (2021). Pemberian Latihan Senam Aerobik Low Impact Terhadap Warga Tahanan di Rutan Kelas II B Karimun Kab. Tanjung Balai Karimun. *Abdi: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(2), 102–110. <https://doi.org/10.24036/abdi.v3i2.82>