

## BAB III

### HASIL LITERATURE REVIEW

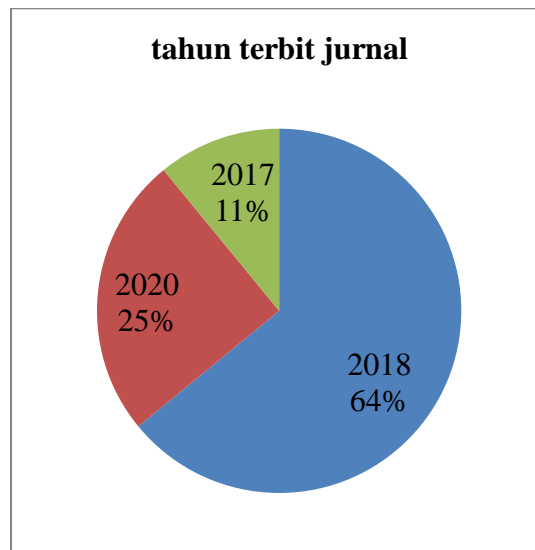
#### A. Karakteristik artikel

Karakteristik artikel dijelaskan berdasarkan 6 artikel penelitian yang telah dilakukan *review*. Untuk lebih jelasnya berikut adalah telaah dari 6 artikel penelitian dalam karakteristiknya.

##### 1. Identitas artikel

Identitas artikel yang ditelaah dalam penelitian ini menggunakan nama jurnal. Ditemukan 6 jurnal dengan 5 jurnal dari Indonesia (lokal) dan 1 artikel dari luar negeri. Untuk nama jurnal asal Indonesia tersebut adalah Jurnal Menara Ilmu, *Scientia Journal*, Jurnal Pengabdian, Healthy Journal dan Indonesia Trush Health Journal. Didapatkan juga satu jurnal asal Brazil dengan nama *the journal of physical therapy science*. Pada identitas artikel juga diidentifikasi berdasarkan penerbit artikel tersebut, diantaranya adalah LPPM UMSB, Scientia, Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan, Fikkes Unniba Bandung dan Stikes Murni Teguh yang merupakan institusi penerbit artikel lokal. Terdapat juga satu artikel internasional yang diterbitkan oleh Department of Physiotherapy, University of Sao Paulo. Untuk tahun terbit jurnal dalam 6 artikel penelitian, tahun terbit yaitu dalam kurun waktu 2017 sampai 2020

Berikut adalah terkait tahun terbit artikel yang digunakan dalam penelitian ini:

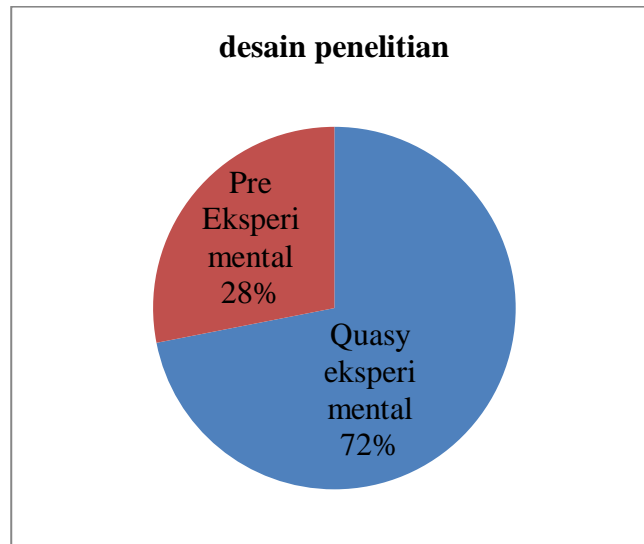


Gambar 3.1 Diagram tahun terbit jurnal

Berdasarkan tahun terbit jurnal, jurnal yang paling banyak dipergunakan adalah yang terbit di tahun 2018 sebanyak 64 % , tahun terbit 2020 sebanyak 25% dan sebanyak 11 % atau paling sedikit yang digunakan peneliti pada tahun 2017

## 2. Metode penelitian

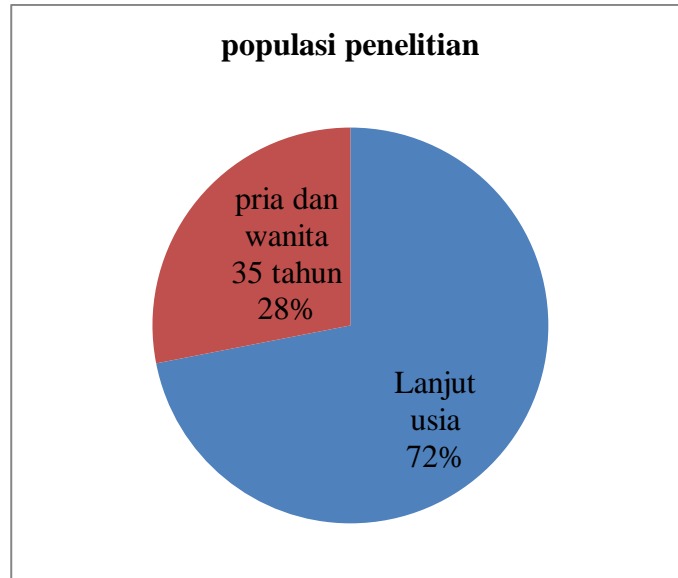
Metode penelitian dari 6 jurnal yang direview digambarkan berdasarkan desain penelitian tiap jurnal



Gambar 3.2 Diagram Desain penelitian

Gambar 3.2 menunjukkan desain penelitian terbanyak adalah quasy eksperimental dengan jumlah 72 % dan pre eksperimental dengan jumlah 28 % lebih sedikit dari quasy eksperimental.

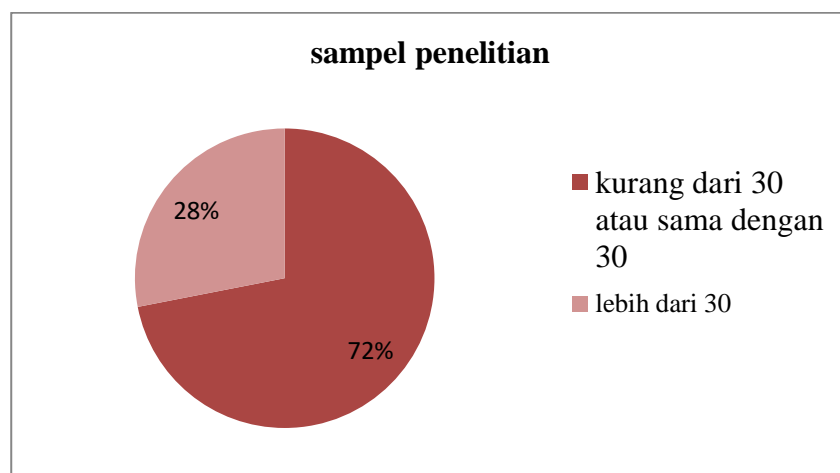
Metode penelitian dari jurnal yang di *review* digambarkan berdasarkan populasi.



Gambar 3.3 Populasi penelitian

Gambar 3.3 menunjukkan populasi penelitian yang mayoritas adalah lansia sebanyak 72 % dan wanita serta pria berumur 35 tahun atau lebih sejumlah 28 %

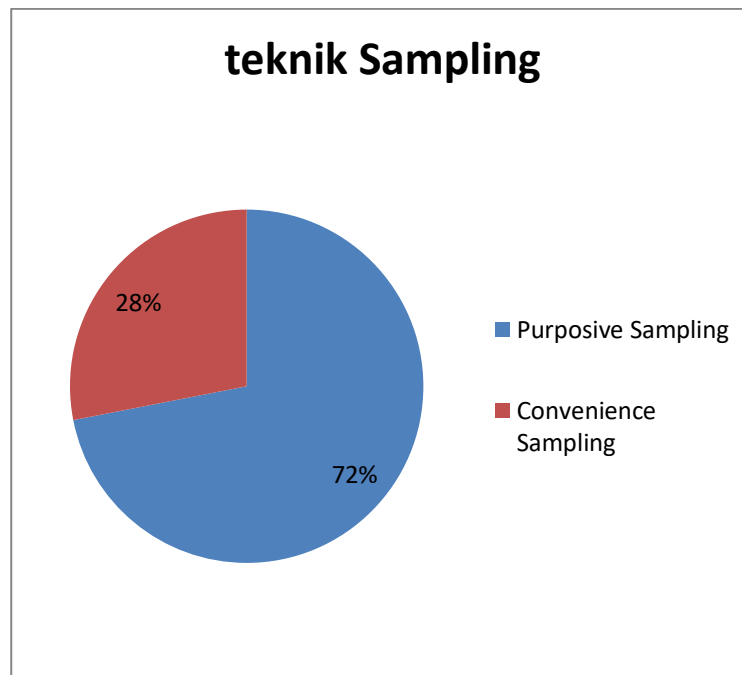
Metode penelitian dari artikel yang di *review* berdasarkan sampel



Gambar 3.4 Sampel

Metode penelitian berdasarkan jumlah sampel didalam jurnal yang ditelaah adalah paling banyak menggunakan jumlah sampel dibawah 30 sebanyak 72 % dan yang menggunakan sampel lebih dari 30 sebanyak 28 %.

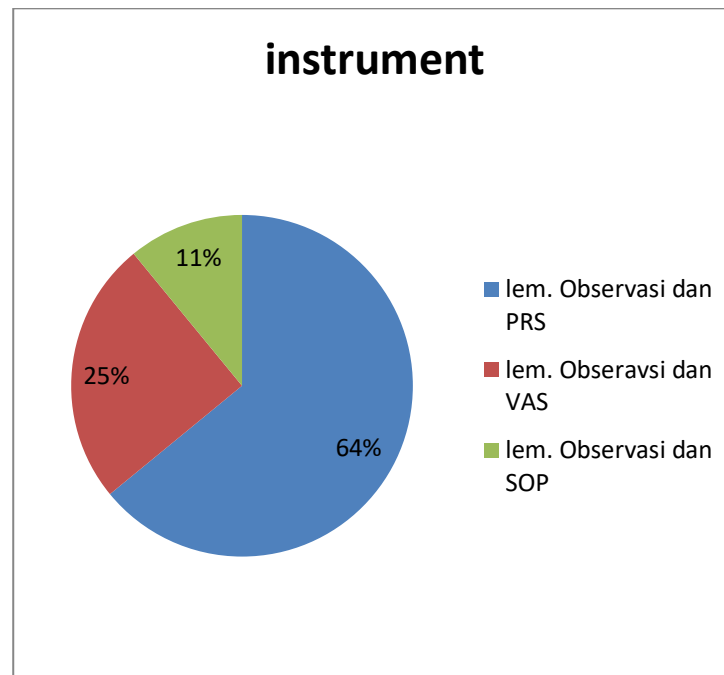
Metode penelitian dari jurnal yang di *review* berdasarkan teknik sampling



Gambar 3.5 Dalam teknik sampling

Teknik sampling yang digunakan paling banyak adalah purposive sampling sebanyak 72 % dan lebih sedikit ada penelitian yang menggunakan teknik convenience sampling sebanyak 28 %.

Metode penelitian dari jurnal yang diteliti digambarkan berdasarkan instrument



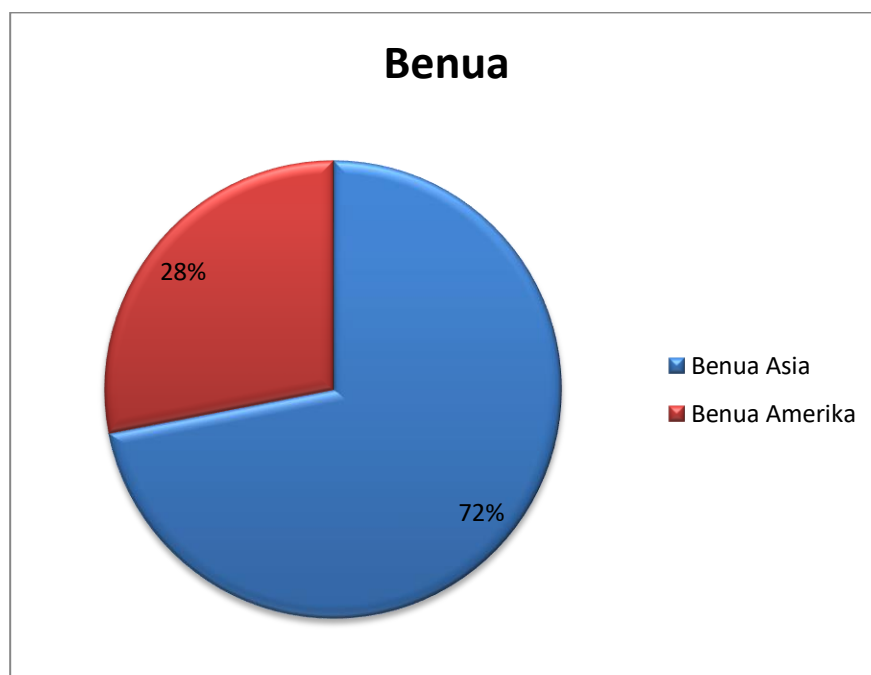
Gambar 3.6 Instrument Penelitian tiap jurnal

Pada instrumen yang digunakan pada tiap jurnal diperoleh hasil bahwa instrumen yang paling banyak digunakan adalah lembar observasi dan *Pain rating scale* sebanyak 64% sedangkan diurutan kedua ada instrumen lembar observasi dan *visual analog scale* sebanyak 25% dan SOP sebanyak 11 %

## B. Site Study (Benua, negara, propinsi/Kota)

Site study adalah lokasi dimana penelitian dilakukan yang ditunjukkan berdasar dengan lokasi benua, negara dan kota tempat dilakukannya penelitian tersebut.

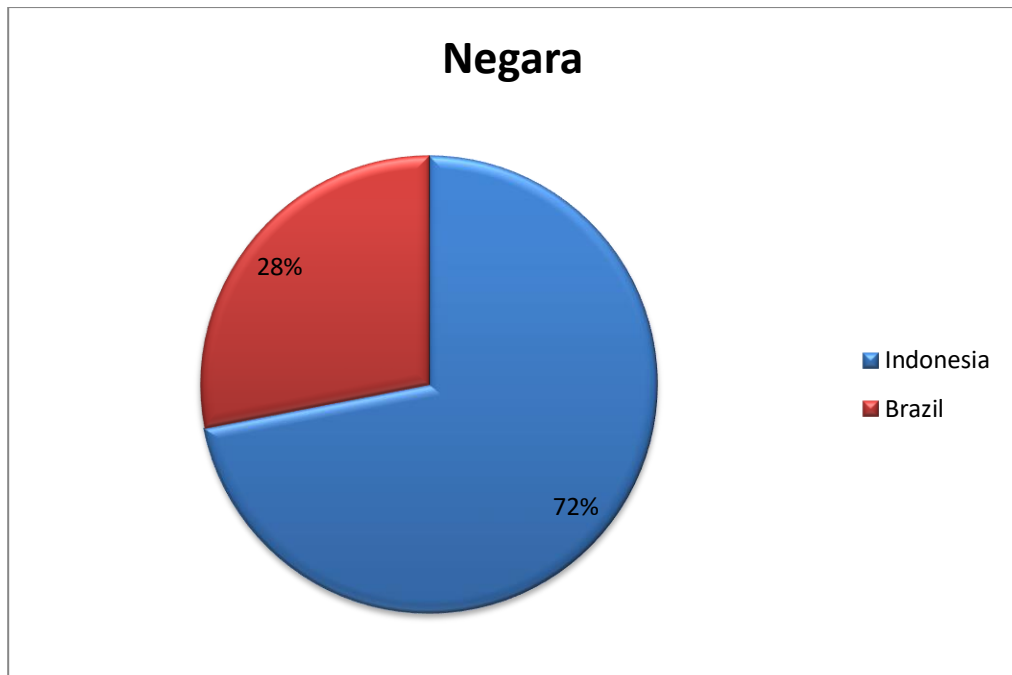
Site study berdasarkan benua



Gambar 3.7 Site Study Benua

Gambar diatas menunjukkan lokasi penelitian tiap artikel berdasarkan benua. Didapatkan hasil benua asia sebagai lokasi penelitian terbanyak sejumlah 72% diikuti oleh penelitian di benua amerika 28 %

Site study artikel yang ditelaah dalam penelitian ini menunjukkan tempat penelitian berdasarkan negara



Gambar 3.8 Negara

site study berdasarkan negara adalah indonesia 72 % dan Brazil sebanyak 28 %. Untuk site study tiap propinsi dihasilkan jumlah yaitu penelitian di Sumatera Utara (40 %), Sumatera Barat (40%), Jawa Barat (20%) dan Sao Paulo (20%).

Site study untuk kota dihasilkan Padang Panjang (13 %), Jambi (13%), Padang Sidempuan (13%), Bandung (13%), Binjai (13%).

### C. Pengaruh Senam Rematik dengan Penurunan Intensitas Nyeri

Hasil *literature review* yang dilakukan pada enam jurnal mengungkapkan senam rematik adalah senam yang mempunyai fokus untuk mempertahankan lingkup gerak sendi secara maksimal. Tujuan dari senam ini yaitu untuk mengurangi gejala nyeri sendi serta menjaga kesehatan jasmani penderita rematik. Senam rematik tersebut juga mempunyai manfaat dalam menjadikan tulang menjadi lentur, memperlancar peredaran darah, memperkencang otot serta menjaga kadar lemak darah tetap stabil, meningkatkan kemampuan kekuatan dan daya tahan otot serta menjaga kesehatan jantung. Senam rematik mempunyai



fokus dalam gerakan sendi dengan tujuan meregangkan otot, menguatkan otot serta menguatkan ototnya, karena fungsi dari otot adalah untuk membantu sendi menopang tubuh. Diharapkan dengan melakukan senam rematik menjadikan kualitas hidup penderita, khususnya lansia menjadi meningkat dan rasa nyeri bisa hilang sehingga dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL) untuk memenuhi kebutuhan keseharian menjadi maksimal, aktifitas lansia tidak terganggu sehingga mampu mandiri dan kualitas hidup menjadi lebih baik.

Menurut Keenam jurnal senam rematik memiliki fungsi memicu vasodilatasi perifer untuk memperlancar peredaran darah sebagai upaya menghilangkan gejala yang timbul karena rheumathoid arthritis seperti nyeri dan kekakuan. Senam rematik mempunyai proses menghambat jalannya impuls nyeri yang menuju ke otak atau hipotalamus dan menekan rasa nyeri dengan cara melebarkan pembuluh darah (vasodilatasi). Saat bagian tubuh merasa nyeri dan melakukan senam, maka rangsang nyeri tersebut akan terkirim menuju hipotalamus lewat sumsum tulang belakang, rangsangan yang terjadi pada reseptor panas dihipotalamus akan menyebabkan terjadinya vasodilatasi perifer atau pelebaran pembuluh darah. peredaran darah lancar dikarenakan vasodilatasi tersebut, hal ini yang menyebabkan pasokan oksigen dan nutrisi mampu tersalurkan secara maksimal ke seluruh tubuh. Peredaran darah yang lancar ini akan membuat nyeri sendi, kram otot dan kesemutan bisa berkurang dan bertujuan untuk meningkatkan produksi hormon endorfin oleh kelenjar pituitari sehingga membuat rasa nyaman dan senang yang secara tidak langsung sebagai pengalih perhatian pada rasa nyeri.

Cara melakukan senam rematik yang yang dibahas dalam jurnal Hotma & Riyani (2018), pertama adalah penderita melakukan gerakan pemanasan, dengan cara menggerakkan kepala dari dari kanan kekiri, atas dan bawah 8 kali hitungan,

setelah itu mengangkat kedua tangan dari samping ke arah atas dalam 8 kali hitungan, mengkaitkan tangan dan mengangkat tangan ke atas dan bawah, memutar bahu ke arah depan dan kebelakang, kepalkan kedua tangan dan buka dalam 8 kali hitungan, renggangkan tangan dan tekuk siku dengan gerakan ke kiri dan kekanan, mengangkat tangan kiri ke atas dan tangan kanan ke bawah dan ayunkan secara bergantian, angkat tungkai bawah secara bergantian kiri dan kanan dengan bantuan kedua tangan untuk gerakan pendinginan

Senam rematik adalah prosedur senam ringan yang bertujuan untuk meningkatkan produksi hormon endorfin oleh kelenjar pituitari sehingga membuat rasa nyaman dan senang yang secara tidak langsung sebagai pengalih perhatian pada rasa nyeri.

#### D. Skala sebelum dan sesudah intervensi senam

Berdasarkan ke enam artikel yang di *review* menunjukkan rasa nyeri pada penderita rheumathoid arthritthis sebelum dilakukan intervensi senam rematik. Penelitian yang menggunakan *quasy eksperimental* menunjukkan rasa nyeri atau skala nyeri pada kelompok intervensi terendah sebelum intervensi adalah sebesar skala 2 dan paling tinggi sebesar 5 (Erna, 2018). Skala nyeri pada kelompok kontrol sebelum intervensi terendah adalah 3, 19 dan tertinggi adalah 4 (afnuhazi, 2018). Skor tertinggi sebelum dilakukan senam rematik adalah 4.

Skala sesudah intervensi senam rematik terendah menciptakan penurunan 2 skala pada kelompok intervensi dan 1 pada kelompok kontrol.

Penelitian yang menggunakan pre eksperimental menunjukkan skor sebelum dilakukan senam terendah adalah 2,5 dan sesudah intervensi adalah 1 pada kelompok intervensi. Hasil uji statitik pada 5 jurnal di proleh nilai p-value 0,001

sampai dengan 0,00 yang berarti  $\text{sig} \leq (0,05)$  yang berarti terdapat penurunan setelah dilakukan senam rematik.

Hasil kajian literature pada keenam artikel ini menunjukkan penurunan nyeri setelah dilakukannya intervensi senam rematik ini.